

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ,
ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД**

Научная статья

УДК 159.955

DOI: 10.20323/1813-145X_2023_3_132_137

EDN: STMJOD

**Психологическая диагностика эмоциональных реакций подростков и юношей
из ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий**

Наталья Алексеевна Деревянкина¹, Марина Анатольевна Юферова²

¹Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского. 150000, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108/1

²Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского. 150000, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108/1

¹derevo110971@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4091-737X>

²ufermar@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5495-7954>

Аннотация. Специальная военная операция остро ставит вопрос сохранения психического здоровья не только военнослужащих, но и гражданского населения, проживающего в зоне активных боевых действий, а также в прифронтовых районах. В этой ситуации дети и подростки особенно уязвимы, так как в силу возрастных характеристик их психика обладает меньшими ресурсами и устойчивостью к психотравмирующим факторам. Значимость межличностных отношений, характерная для подросткового и юношеского возраста, важна для понимания эмоционального реагирования на гражданское противостояние, свидетелями которого оказываются подростки и юноши из вновь освобожденных территорий. Опыт свидетелей боевых действий, гражданского конфликта влияет на их эмоциональное состояние и его динамику. Статья посвящена описанию результатов мониторинга психоэмоционального состояния подростков и юношей, участников проекта «Университетские смены», реализованного в августе 2022 г. на базе ЯГПУ им. К. Д. Ушинского. В исследовании приняли участие 132 молодых человека в возрасте от 12 до 17 лет, прибывших из разных районов ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий. Исследование динамики эмоциональных реакций и эмоционального благополучия проводилось с помощью метода цветowych выборов Люшера (модифицированный восьмицветовой тест) в первый и в последний дни пребывания участников в лагере. Было установлено, что опыт пребывания в условиях физической и психологической безопасности и комфорта способствует стабилизации эмоционального состояния и снятию психоэмоционального напряжения, возвращая подросткам и юношам характеристики, свойственные их нетравмированным сверстникам. У юношей и девушек переживание стрессового опыта проходит по-разному. Различий между жителями ЛНР и ДНР и вновь освобожденных территорий почти не наблюдается.

Ключевые слова: метод цветowych выборов; эмоциональные реакции; эмоциональное благополучие

Для цитирования: Деревянкина Н. А., Юферова М. А. Психологическая диагностика эмоциональных реакций подростков и юношей из ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 3 (132). С. 137-147. http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_3_132_137. <https://elibrary.ru/STMJOD>

**PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY, PSYCHODIAGNOSTICS
OF DIGITAL EDUCATION ENVIRONMENTS**

Original article

**Psychological diagnostics of emotional reactions of adolescents and young men
from the LNR, DNR and newly liberated territories**

Nataliya A. Derevyankina¹, Marina A. Yuferova²

¹Candidate of psychological sciences, associate professor of the department of general and social psychology, Yaroslavl state pedagogical university named after K. D. Ushinsky. 150000, Yaroslavl, Respublikanskaya st., 108/1

²Candidate of psychological sciences, associate professor of the department of general and social psychology, Yaroslavl state pedagogical university named after K. D. Ushinsky. 150000, Yaroslavl, Respublikanskaya st., 108/1

¹derevo110971@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4091-737X>

²ufermar@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5495-7954>

Abstract. The special military operation sharply raises the issue of preserving the mental health of not only military personnel, but also civilians living in the active combat zone, as well as in front-line areas. In this situation, children and adolescents are especially vulnerable, since due to age characteristics, their psyche has less resources and resistance to psycho-traumatic factors. The importance of interpersonal relations, characteristic of adolescence and youth, is significant for understanding the emotional response to civil confrontation, which is witnessed by adolescents and young men from newly liberated territories. The experience of witnesses to hostilities, civil conflict affects the emotional state and its dynamics. The article is devoted to the description of the results of monitoring the psycho-emotional state of adolescents and young men, participants in the project «University Shifts», implemented in August 2022 on the basis of YSPU named after K. D. Ushinsky. The study involved 132 young people aged 12 to 17 years who arrived from different regions of the LPR, DPR and newly liberated territories. The study of the dynamics of emotional responses and emotional well-being was conducted using the Lusher color selection method (modified eight-color test) on the first and last days of the participants' stay in the camp. It was found that the experience of staying in conditions of physical and psychological safety and comfort contributes to the stabilization of the emotional state and the removal of psycho-emotional tension, returning to adolescents and young men the characteristics typical to their non-traumatic peers. Boys and girls experience stress in different ways. There are almost no differences between the residents of the LPR and the DPR and the newly liberated territories.

Keywords: color selection method; emotional reactions; emotional well-being

For citation: Derevyankina N. A., Yuferova M. A. Psychological diagnostics of emotional reactions of adolescents and young men from the LNR, DNR and newly liberated territories. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2023; (3): 137-147. (In Russ.). http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_3_132_137. <https://elibrary.ru/CTMJOD>

Введение

Мирные граждане, проживающее на территории Донецкой и Луганской Народных Республик, находятся в условиях затяжных военных действий разной интенсивности и в течение последнего десятилетия вынуждены адаптироваться к ситуации угрозы жизни и благополучия. Обстрелы, бомбардировки, захват заложников, насильственное удержание относятся к наиболее значимым психотравмирующим факторам современной жизни [Захарова, 2020]. Экстремальные психические состояния, вызванные дистрессом, становятся неотъемлемой составляющей повседневной жизни людей, что снижает ее качество и может повлечь за собой долгосрочные разрушительные для психики последствия, масштабы которых еще предстоит оценить.

Подростки и юноши — особая категория пострадавших: с одной стороны, в отличие от взрослых, они обладают меньшими ресурсами для совладания с травмирующим опытом, с другой — формирующееся самосознание и развивающаяся рефлексия позволяют осмысливать полученную информацию на основе сведений, поступающих из разных информационных источников, что влияет на складывающееся мировоззрение, определяет морально-нравственную и гражданскую позицию. Расширение опыта межличностного взаимодействия подростков и юношей в условиях безопасности создает условия для их личностного развития, самоопределения и социализации.

В рамках Федерального проекта «Университетские смены» при поддержке Министерства просвещения РФ школьники из ДНР и ЛНР зна-

комились с историей России на площадках ведущих педагогических университетов и институтов различных регионов страны.

В августе 2022 г. Ярославский государственный педагогический университет имени К. Д. Ушинского принимал участников проекта «Университетские смены» — юношей и девушек из ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий. Участники проекта из ЛНР и ДНР прибыли из районов, которые на протяжении 8 лет подвергались обстрелам со стороны Украины (Макеевка, Ясиноватая, Свердловск). Участники проекта из вновь освобожденных территорий (Мариуполь, поселки Троицкое и Меловое, села Луугинского района, Купянск Харьковской области) в течение нескольких месяцев пережили смену власти, активные боевые действия на территории их поселений, острое гражданское противостояние. Анализ литературы позволил квалифицировать данные ситуации как чрезвычайные, пережитые состояния — как экстремальные, а полученный опыт — как психотравмирующий [Бессел Ван дер Колк, 2020; Дмитриева, 2022]. Многие подростки и юноши испытали

– шоковые психические травмы (пережили внезапные обстрелы, были свидетелями гибели или ранения людей в результате обстрела, столкнулись со смертью близких, друзей);

– хронически действующие психотравмирующие ситуации: ситуации неопределенности, угрозы жизни, обсуждения темы военных действий, тревожные прогнозы, хроническая тревога за близких, ушедших на фронт.

В период нахождения в проекте дети смотрели сводки военных действий, получали известия от родственников о мобилизации отца или брата, переживали за близких, оставшихся дома. Интенсивный страх, тревога, растерянность и беспомощность — ключевые эмоциональные состояния у детей, проживающих в условиях военного конфликта, переживание эмоциональных состояний негативной модальности начинает преобладать в эмоциональной сфере [Ковалевская, 2020]. Некоторым подросткам приходили угрозы расправы от украинских националистов за то, что они сейчас находятся в России. Участники, прибывшие из разных территорий, настороженно относились друг к другу, одновременно демонстрировали чувство собственной неадекватности и тревогу по поводу этого чувства. Ощущение уникальности своего опыта препятствовало установлению непосредственного и продуктивного контакта с окружающими в начале смен.

Внутри отрядов участников наблюдалась реакция группирования по территориальному признаку.

В то же время участники проекта демонстрировали уникальный опыт выживания: они знали различия звуков боевых снарядов и беспилотников; понимали, как и когда бежать в укрытие, какие укрытия являются эффективными; разясняли, что делать, если в момент обстрела по дороге в школу человек оказался на открытом пространстве и др. Мы наблюдали, как многие подростки настороженно вели себя в первые дни пребывания в проекте — прятали голову в плечи при громких звуках, изучали незнакомое помещение на предмет безопасного места.

Перед психологической службой проекта стояла задача сопровождения всех участников проекта, особенно — подростков и юношей. Это требовало не только внимательного наблюдения, но и быстрой и надежной диагностики эмоциональных реакций участников. Жесткие временные ограничения, большой объем выборки, необходимость немедленной конвертации результатов диагностики в практику стали вызовом для всей команды университетских смен. Наши предыдущие исследования позволили обосновать диагностическое и консультативное сопровождение участников смен. Н. А. Деревянкина, изучая эмоциональное благополучие детей и подростков в нормативных кризисах, выявила взаимосвязь эмоционального состояния и контекстных факторов [Деревянкина, 2022]. М. А. Юферова исследовала реакции детей и подростков на неблагоприятные взаимоотношения в среде сверстников [Юферова, 2022].

В качестве основного метода диагностики эмоционального состояния был выбран Метод цветочных выборов Люшера (модифицированный восьмицветовой тест). Мы опирались на модификации Л. Н. Собчик [Собчик, 2001] и И. И. Цыганок [Цыганок, 2007]. Важные достоинства этой методики — краткая и простая процедура, возможность многократного использования в работе с одними и теми же испытуемыми. Таким образом, МЦВ стал базовым методом экспресс-диагностики эмоционального состояния участников смены. В. П. Шинкаревский считает использование теста Люшера корректным для изучения воздействия на человека эмоционально окрашенной информации [Шинкаревский, 2016]. Н. И. Чернецкая выявила достоверную связь выборов цветочных таблиц МЦВ с самооценкой [Чернецкая, 2015]. Е. В. Распопин описывает цветочные выборы в МЦВ как маркеры суици-

дального риска [Распопин, 2013]. И. А. Кудрявцев и Е. Э. Декало обнаружили связь цветовых выборов и антисуицидальной устойчивости [Кудрявцев, 2012].

Цель исследования: измерение динамики эмоциональных реакций и эмоционального благополучия участников проекта Университетские смены.

Методы и процедура исследования: Метод цветовых выборов Люшера (модифицированный восьмицветовой тест). Исследование проводилось методом непосредственного предъявления участникам цветовых таблиц для быстрого и спонтанного выбора в первый и последний дни пребывания в проекте. Фиксировался порядок выбора — ранг цветовой таблицы. Работа с данными осуществлялась как работа с рангами цветовых таблиц.

Учитывались следующие показатели МЦВ:

– Ранг каждой из 8 цветовых таблиц в выборе 1 и последнего (10) дня.

– Актуальная тревога (сумма компенсаций и тревог). Максимальное значение 12.

– Гетерономность/автономность. Гетерономность понимается как пассивность, чувствительность, склонность к зависимости от мнения окружающих (значения выше 0). Автономность понимается как тенденции активности, инициативности, самостоятельности, стремления к самоутверждению и успеху (значения ниже 0).

– Концентричность/эксцентричность. Концентричность — сосредоточенность на собственных проблемах (значения выше 0). Эксцентричность — «субъект интересуется окружением как объектом воздействия или источником получения помощи» (значения ниже 0).

– Баланс личностных свойств. Значения выше 0 указывают на тенденции противоречивости и неустойчивости, значения ниже 0 — на тенденции сбалансированности и взаимосвязанности.

– Баланс вегетативной нервной системы. Значения выше 0 указывают на преобладание тонуса симпатической нервной системы, катаболических обменных процессов (возбуждение и активность). Значения ниже 0 указывают на преобладание тонуса парасимпатической нервной системы (торможение и отдых).

– Работоспособность (интервал значений от 9,1 до 20,9) и процент работоспособности (рассчитывается как отношение показателя работоспособности к максимальному значению).

– Наличие стрессового состояния (интервал значений от 0 до 42,6) и процент от максимального значения.

– Суммарное отклонение от аутогенной нормы (интервал значений от 0 до 32). И. И. Цыганок предлагает выделять 5 уровней выраженности — от полного отсутствия нервно-психической напряженности и высокой нервно-психической устойчивости до выраженной непродуктивной напряженности.

– Коэффициент вегетативного баланса (интервал значений от 0,2 до 5). И. И. Цыганок предлагает выделять 4 уровня выраженности — от астенических тенденций до повышенной возбудимости.

Методы статистической обработки данных — коэффициент корреляции Спирмена (для выявления значимых взаимосвязей), критерий Вилкоксона и критерий Манна — Уитни для выявления статистически значимых различий.

В общем исследовании также использовались следующие методики: Семантический дифференциал времени, методика диагностики самооценки Дембо — Рубинштейн, Шкала базовых убеждений Р. Янов-Бульман, Многофакторный опросник эмпатии М. Дэвиса, Торонтская алекситимическая шкала. Задача этой статьи — описание и осмысление результатов мониторинга эмоциональных реакций участников проекта непосредственно в дни его проведения. Обсуждение результатов использования других методик будет предпринято в следующих публикациях.

Характеристика выборки

Всего в проекте приняли участие 132 человека в возрасте от 12 до 17 лет, прибывших из разных районов ЛНР, ДНР и вновь освобожденных территорий (на июль 2022 г.). Структура выборки представлена в Таблице 1. Мы предположили, что обнаружим различия в эмоциональном реагировании не только между девушками и юношами, но также между участниками из разных областей. Одна из гипотез относительно травматического опыта участников касается того факта, что подростки и юноши из ДНР и ЛНР в течение 8 лет проживали в условиях пролонгированного военного конфликта, а для участников из вновь освобожденных территорий это относительно новая ситуация. Мы ожидали обнаружить значимые различия между участниками университетских смен из разных зон конфликта.

Таблица 1

Число участников проекта «Университетские смены» ЯГПУ им. К. Д. Ушинского (август 2022 г.)

№	Группа	Число (в %)	№	Группа	Число (в %)
1	Девушек	53,79	1	Свердловск + район	17,42
2	Юношей	46,21	2	Меловое + район	15,15
			3	Троицкое	14,39
1	12-летних	9,85	4	Лутугинский район	18,94
2	13-летних	11,36	5	Мариуполь	7,58
3	14-летних	9,85	6	Ясиноватая + Максеевка	9,09
4	15-летних	32,58	7	Купянск + район	17,42
5	16-летних	30,30			
6	17-летних	6,06	1	ЛНР + ДНР	45,45
			2	Вновь освобожденные территории	54,55

Обсуждение результатов

В первую очередь мы проверили наличие связи между цветовыми выборами 1-го и последнего дней (коэффициент корреляции Спирмена). Для каждой цветовой таблицы выбор 1-го дня оказал-

ся связан прямой связью с выбором последнего дня на высоком уровне значимости ($p \leq 0,001$). На наш взгляд, это свидетельствует о неслучайности выбора и позволяет использовать полученные данные для дальнейшего анализа.

Таблица 2

Значения коэффициента корреляции рангов цветовых таблиц в 1-й и последний дни ($0,xxx^*$ — уровень $p \leq 0,05$; $0,xxx^{**}$ — уровень $p \leq 0,01$; $0,xxx^{***}$ — уровень $p \leq 0,001$)

Выбор	1синий	1зеленый	1красный	1желтый	1фиолетовый	1коричневый	1черный	1серый
2 синий	0,333***	-0,136	-0,101	-0,153	-0,035	-0,281***	0,180*	0,049
2 зеленый	-0,106	0,475***	-0,082	0,030	-0,071	0,142	-0,156	-0,095
2 красный	-0,109	-0,150	0,449***	0,165	-0,031	-0,089	-0,049	-0,205*
2 желтый	-0,141	,191*	-,205*	0,559***	0,019	,180*	-0,277***	-,196*
2 фиолетовый	0,121	-0,108	0,103	-0,034	0,485***	-0,008	-,263**	-0,332***
2 коричневый	-0,125	0,077	-0,037	0,040	0,076	0,400***	-,207*	0,002
2 черный	0,101	-,236**	0,059	-0,429***	-0,281***	-,176*	0,585***	,207*
2 серый	0,044	-0,102	-,256**	-,186*	-0,156	-0,001	0,111	0,606***

В общем цветовом выборе 1-го и 10-го дней статистически значимые различия обнаружены в выборе красного и коричневого цветов, а также в

выборе фиолетового цвета на уровне тенденций (критерий Вилкоксона, $p \leq 0,05$).

Таблица 3

Частота выбора красного, коричневого и фиолетового цвета (в %)

Выбор	Позиции в цветовом ряду							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1 красный	10,61	18,18	19,70	13,64	8,33	6,82	9,09	13,64
2 красный	11,36	24,24	17,42	15,91	10,61	7,58	6,06	6,82
1 коричневый	3,03	2,27	6,06	6,82	12,88	18,94	24,24	25,76
2 коричневый	0,76	3,03	3,79	3,79	10,61	19,70	25,00	33,33
1 фиолетовый	21,21	17,42	9,85	14,39	12,88	9,85	5,30	9,09
2 фиолетовый	25,76	19,70	15,15	12,88	4,55	6,82	6,82	8,33

Таким образом мы видим существенное уменьшение числа выборов красного в 7 и 8 очередь, и повышение частоты его попадания на 2 позицию. С коричневым — обратная ситуация. На 10 день подростки и юноши статистически чаще ставят его на 8 позицию. Красный цвет в начале цветового ряда отражает стенический тип реагирования и выявляет напряженность потреб-

ности в проявлении активности. Сдвиг красного на последние позиции трактуется как тенденция к безудержности в сочетании с компульсивной агрессией. Коричневый цвет символизирует чувственную основу ощущений. При физическом дискомфорте, чувстве утраты корней и домашнего очага этот цвет сдвигается к началу ряда. На 8 позиции коричневый цвет символизирует отри-

цание потребности в расслаблении или подавление физиологических потребностей. Все это может пониматься как приближение цветового ряда к конвенциональному, за 10 дней произошла общая нормализация состояния испытуемых, что сказалось на выборе цветовых эталонов. В частности, мы зафиксировали увеличение числа участников с потребностью в активности, уменьшение переживания утраты (это можно объяснить переживаниями отрыва от дома в 1-й день и надеждой скорого возвращения в последний) и снижение уровня неконтролируемой агрессии.

В целом уменьшилась частота выбора фиолетового для 5 и 6 мест и увеличилась для первых трех позиций. По мнению Л. Н. Собчик, позиция фиолетового цвета в начале ряда отражает потребности, характерные для эмоционально незрелой личности — в фантазировании, иррацио-

нальности притязаний, субъективизме, индивидуалистичности, возможности предъявлять нереалистичные требования к жизни. В то же время для 5 и 6 позиций (обозначается как позиция «=») значение фиолетового трактуется следующим образом: «Стремление не обнаружить свою сентиментальность и обидчивость, эгоцентрическая сосредоточенность на своих проблемах» [Собчик, 2001, с. 83]. На наш взгляд, сдвиг фиолетового к началу ряда можно трактовать как возвращение возрастной нормы — переживаний и характеристик, свойственных подросткам и юношам.

Средние оценки для показателей МЦВ, связанных с рангами основных цветовых эталонов, представлены в Таблице 4. Для выявления значимости различий использовался критерий Вилкоксона, $p \leq 0,05$.

Таблица 4

Средние оценки показателей МЦВ

Показатели	1 день	10 день	Примечания
Работоспособность	16,58	17,06	Различия статистически значимы
Процент от максимальной работоспособности	63,36	67,42	
Стресс	11,51	8,65	Различия статистически значимы
Процент от максимального стресса (42,6)	27,03	20,31	
Актуальная тревога	3,17	2,27	Различия значимы
Актуальная тревога	3,16	2,27	Различия значимы

Вторичные показатели МЦВ свидетельствуют о существенном снижении тревоги и уровня стресса и повышении работоспособности.

Мы провели сравнение результатов цветовых выборов в 1 и 10 дни между группами девушек и

юношей, а также между группами ДНР+ЛНР и вновь освобожденных территорий. Выявлены значимые различия в выборе зеленого и фиолетового цветов в 1-й день и коричневого в 10-й, а также в показателе КВБ1.

Таблица 5

Частота выбора зеленого, фиолетового и коричневого цветов (в %) девушками, юношами, участниками из ЛНР+ДНР и вновь освобожденных территорий

Выбор	Респондент	Позиции в цветовом ряду							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1 зеленый	девушки	8,45	4,23	19,72	19,72	19,72	9,86	11,27	7,04
	юноши	29,51	14,75	18,03	8,20	13,11	8,20	3,28	4,92
1 фиолетовый	девушки	28,17	21,13	12,68	9,86	8,45	8,45	1,41	9,86
	юноши	13,11	13,11	6,56	19,67	18,03	11,48	9,84	8,20
2 коричневый	ДНР+ЛНР	0,00	3,33	1,67	0,00	10,00	18,33	26,67	40,00
	в/о	1,39	2,78	5,56	6,94	11,11	20,83	23,61	27,78

30 % юношей в 1-й день смены ставили зеленый цвет на 1-е место, для девушек характерен сдвиг зеленого в середину цветового ряда — по 20 % девушек поставили его на 3-е, 4-е и 5-е места. Отношение к фиолетовому цвету противоположное. Если девушки явно предпочитали выбирать фиолетовый первым или вторым цветом, то юноши чаще сдвигали его в середину ряда — на

позиции 4 (обозначается знаком «x») и 5 (обозначается знаком «=»). Зеленый на 1-й позиции интерпретируется как «скептический настрой и стремление противодействовать обстоятельствам». Сдвиг зеленого на 3-ю и 4-ю позиции понимается как тенденция к проявлению упорства, настойчивости и требовательности. Выбор +5 (фиолетовый на первой позиции) интерпрети-

руется как эмоциональность с ранимостью и сензитивностью, х5 — трудности адаптации, чувствительность к средовым воздействиям. Таким образом, различия в цветовых выборах зеленого и фиолетового юношами и девушками свидетельствуют, на наш взгляд, о сходном эмоциональном состоянии, проявляющемся разными способами. Для всех характерны чувствительность и зависимость от среды. Но если в поведе-

нии юношей более выражены тенденции протеста, то для девушек больше характерны ранимость и иррациональность.

Показатель КВБ1 (коэффициент вегетативного баланса 1 дня) — средние значения у девушек 1,29, у юношей — 1,06. И. И. Цыганок выделяет 4 диапазона в зависимости от способности к активности и переносимости нагрузок.

Таблица 6

Выраженность КВБ1 в группах юношей и девушек (в%)

Уровни КВБ	1-й день		10-й день	
	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши
Астения, хроническое утомление	7,04	3,28	5,63	6,56
Установка на оптимизацию расходов сил	22,54	37,70	22,54	26,23
Установка на активность	30,99	36,07	29,58	37,70
Повышенная возбудимость, суетливость	39,44	22,95	42,25	29,51

Различия значимы только для юношей и девушек и только для 1-го дня. Очевидно, что среди девушек в 1-й день существенно больше критично утомленных в состоянии астении и гипермобилизации. Это подтверждается показателем работоспособности и БВНС (Таблица 7) — для девушек среднее значение в 1-й день для работоспособности меньше единицы, для БВНС 0,8 (преобладание тонуса симпатической нервной системы). Для юношей средний показатель работоспособности равен 0,3, БВНС — 0,22 (преобладание тонуса парасимпатической нервной си-

стемы). Состояние юношей характеризуется большей тенденцией к оптимальной и продуктивной мобилизации. К 10-му дню значимость различий в состоянии юношей и девушек исчезает. Мы можем осторожно предположить, что это свидетельствует о хорошей работе команды проекта, в результате которой произошло согласование состояний участников даже на уровне показателя КВБ.

Показатели Гетерономность/Автономность и Концентричность/Эксцентричность следует рассмотреть отдельно (Таблица 8).

Таблица 7

Показатели МЦВ, значимо различающиеся у юношей и девушек (средние)

Показатели	Девушки	Юноши
Гетерономность/Автономность 1	0,828169	-0,22623
Концентричность/Эксцентричность 1	-1,01127	0,301639
Баланс вегетативной нервной системы 1	0,828169	-0,22623
Работоспособность 1	-1,01127	0,301639
Гетерономность/Автономность 2	-0,07324	0,990164

Таблица 8

Выраженность тенденций Г/А и К/Э в группах юношей и девушек (в%)

Тенденция	1-й день		10-й день	
	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши
Тенденция к эксцентричности	64,79	36,07	64,79	59,02
Тенденция к концентричности	30,99	55,74	32,39	37,7
0 (уравновешенность К/Э)	4,23	8,2	2,82	3,28
Тенденция к гетерономности	56,34	36,07	45,07	59,02
Тенденция к автономности	39,4	57,38	47,88	36,07
0 (уравновешенность Г/А)	4,23	6,56	7,04	4,92

В первый день среди девушек преобладает тенденция к эксцентричности (интерес к окружению), среди юношей — тенденция к концентричности (сосредоточенность на себе), при этом среди юношей «уравновешенных» в 2 раза больше, чем среди девушек. К 10 дню уменьшилось число «уравновешенных» в обеих группах и исчезли значимые различия по этому признаку, но произошло это за счет юношей. Именно в их группе отмечается «сдвиг» в сторону эксцентричности — уменьшилась сосредоточенность на себе, повысился интерес к окружающему миру.

Значимые различия выраженности показателя Гетерономность/Автономность между девушками и юношами наблюдаются и в 1 день, и в 10 день.

Мы видим, что в 1-й день в группе девушек преобладает тенденция к гетерономности (пассивность, зависимость, сензитивность), в группе юношей — тенденция к автономности (независимость, активность, доминантность). К 10 дню соотношение меняется на противоположное. В группе девушек число «уравновешенных» и автономных увеличивается, в группе юношей — уменьшается. Мы полагаем, что эта тенденция важна с точки зрения понимания влияния стресса на позицию в отношениях с миром. Возможно, здесь отражается влияние трудных жизненных ситуаций на закрепление «мужских» и «женских» ролей: ситуация угрозы поляризует такие качества как автономность и зависимость, вынуждает юношей и подростков принимать их не-

критично, без учета своих реальных особенностей. Нормализация ситуации вокруг юношей и подростков, приводящая к нормализации состояния, возвращает распределение автономности/зависимости к балансу, связанному с реальными особенностями и состояниями респондентов.

Сравнение результатов цветовых выборов в группах ЛНР+ДНР и вновь освобожденных территорий показало 3 значимых различия — выбор коричневого цвета в последний день (Таблица 9) и показатель Г/А в 1-й и 10-й дни.

Выбор коричневого цвета участниками группы ЛНР+ДНР является более определенным — подавляющее большинство респондентов ставят коричневый цвет в конец ряда. В целом присутствие коричневого на 7-й и 8-й позициях интерпретируется как тенденция к самоограничению, связанная с нарушением баланса в отношениях. Коричневый на 5-й и 6-й позициях рассматривается как признак удовлетворенности физиологических потребностей. Выбор х6 (коричневый на 3-й и 4-й позициях) интерпретируется как присутствие переживаний тревоги и неуверенности, перенапряжение и потребность в отдыхе. Две рассматриваемые группы различаются числом астенизированных (среди подростков из в/о их к 10 дню оказалось больше) и склонных подавлять свои потребности (таких больше среди участников из ЛНР+ДНР).

Таблица 9

Выраженность тенденций Г/А в группах ЛНР+ДНР и вновь освобожденных территорий (в%)

Тенденция	1-й день		10-й день	
	ДНР+ЛНР	в/о	ДНР+ЛНР	в/о
Тенденция к гетерономности	41,67	51,39	48,33	54,17
Тенденция к автономности	53,33	43,06	45	40,28
0 (уравновешенность Г/А)	5	5,56	6,67	5,56

В 1-й день в группе ДНР+ЛНР автономных чуть больше, чем гетерономных. В группе в/о преобладает тенденция к гетерономности. К 10 дню число автономных снижается в обеих группах, но в группе ЛНР+ДНР их остается все еще больше, чем в группе в/о. Возможно, этот процесс отражает различия в переживании опыта участия в военном конфликте юношей и подростков из разных регионов. На наш взгляд, этот результат требует перепроверки и дальнейших исследований. Что касается общей тенденции — снижении числа автономных — этот показатель хорошо согласуется с другими данными, свиде-

тельствующими об общей «инфантилизации» выборки, ее приближении к возрастной норме.

В целом, на наш взгляд, при таком большом количестве данных три значимых различия скорее свидетельствуют об отсутствии специфических реакций подростков из разных территорий, чем подтверждают их наличие. Это говорит о том, что эмоциональные состояния испытуемых могут быть обусловлены широким спектром разнообразных причин, которые будут учтены в наших дальнейших исследованиях. Наше предположение о значимости территории проживания не подтвердилось.

Выводы

Таким образом, мы зафиксировали следующие феномены.

За 10 дней смены произошло увеличение числа участников с потребностью в активности, уменьшение интенсивности переживания утраты и снижение уровня неконтролируемой агрессии.

В целом во всей выборке произошло «возвращение» возрастной нормы — переживаний и характеристик, свойственных «обычным» подросткам и юношам.

Вторичные показатели МЦВ свидетельствуют о существенном снижении тревоги и уровня стресса и повышении работоспособности.

Для всех участников характерны чувствительность и зависимость от среды. Но если в поведении юношей более выражены тенденции протеста, то для девушек больше характерны ранимость и иррациональность.

В 1 день смены среди девушек наблюдалось существенно больше переутомленных (в состоянии астении и гипермобилизации). Состояние юношей в большей степени характеризовалось тенденцией к оптимальной и продуктивной мобилизации. К 10-му дню значимость различий в состоянии юношей и девушек исчезла.

В группе юношей к 10 дню уменьшилось число концентричных и «уравновешенных», что свидетельствует об ослаблении тенденции к сосредоточенности на себе, о повышении интереса к окружающему миру.

В группе девушек к 10 дню увеличивается число «уравновешенных» и автономных, в группе юношей число «уравновешенных» и автономных уменьшается.

Группы ЛНР+ДНР и вновь освобожденные территории различаются числом астенизированных за 10 дней смены (среди участников из в/о их к 10 дню оказалось больше) и склонных подавлять свои потребности (таких больше среди участников из ЛНР+ДНР).

В 1-й день в группе ДНР+ЛНР автономных насчитывалось чуть больше, чем гетерономных. В группе в/о преобладала тенденция к гетерономности. К 10 дню число автономных снизилось в обеих группах, но в группе ЛНР+ДНР их осталось больше, чем в группе в/о.

Очевидно, за 10 дней смены произошла общая нормализация состояния испытуемых.

Территория проживания (ДНР, ЛНР или вновь освобожденные территории) не определяет специфичности эмоциональных реакций на травматический опыт.

Вопрос о механизмах и факторах зафиксированных изменений остается открытым. Команда

Университетских смен сознательно ставила перед собой следующие задачи: обеспечить удовлетворение базовых социальных и духовных потребностей участников, насытить эмоциональную сферу позитивными событиями и впечатлениями, создать доброжелательную, дружескую атмосферу вовлеченности подростков и юношей в совместные творческие занятия. Основной акцент в оказании психологической помощи был сделан на эмоциональном отреагировании пережитого опыта, вынесении его «вовне», что во многом способствовало снижению интенсивности переживания стрессовых и постстрессовых состояний. В индивидуальном консультировании велась работа в краткосрочном формате, направленная на поддержку и стабилизацию личности. На наш взгляд, опыт участия подростков и юношей в Университетских сменах, даже такой непродолжительный, решает следующие психологические задачи:

1. Стабилизация эмоционального состояния и снятие психоэмоционального напряжения.
2. Накопление разнообразного, осязаемого, эмоционально насыщенного опыта функционирования в мирной реальности.
3. Расширение конструктивных индивидуальных стратегий взаимодействия, и как следствие — коррекция субъективной картины мира, самосознания, направленности личности.

Библиографический список

1. Ван дер Колк Б. Тело помнит все. Москва : Бомбора, 2020. 464 с.
2. Воронин Р. М. Применение модифицированного теста Люшера для оценки эффективности техник психической саморегуляции у курсантов Академии ФСИН России / Р. М. Воронин, В. И. Огородников // Прикладная юридическая психология. 2020. № 1 (50). С. 23-29.
3. Дервянкина Н. А. Изменение психологического благополучия школьников с задержкой психического развития при переходе в среднее звено // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 4 (127). С. 176-185.
4. Дмитриева Н. В. Психологическая и психическая травма. Теория и практика психотерапии / Н. В. Дмитриева, Е. В. Афанасикова. Санкт-Петербург : Изд-во ВВМ, 2022. 192 с.
5. Захарова Н. М. Психические и поведенческие нарушения у мирного населения региона, подвергнувшегося локальным военным действиям / Н. М. Захарова, М. Г. Цветкова // Психология и право. 2020. Том 10. № 4. С. 185-197.
6. Ковалевская А. П. Влияние экстремальной ситуации военного конфликта на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста // Вестник ВятГУ. 2020. № 2. С. 142-148.

7. Кудрявцев И. А. Психологические маркеры суицидального риска по результатам тестов Л. Сонди и М. Люшера / И. А. Кудрявцев, Е. Э. Декало // Российский психиатрический журнал. 2012. № 5. С. 56-65.
8. Мельников В. И. Применение модифицированного теста Люшера для диагностики психических состояний личности / В. И. Мельников, В. Г. Леонтьев // Психопедагогика в правоохранительных органах, 2001. № 2 (16). С. 112-114.
9. Психологическая диагностика расстройств эмоциональной сферы и личности: коллект. моногр. / науч. ред. Л. И. Вассерман, О. Ю. Щелкова. Санкт-Петербург: Скифия-принт, 2014. 408 с.
10. Распопин Е. В. Маркеры суицидального риска в методе цветовых выборов // Международный научно-исследовательский журнал. 2013. № 6 (13). Часть 3. С. 88-89.
11. Собчик Л. Н. МЦВ — метод цветовых выборов. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера: практическое руководство. Санкт-Петербург: Речь, 2001. 112 с.
12. Цыганок И. И. Цветовая психодиагностика. Модификация полного клинического теста Люшера: методическое руководство. Санкт-Петербург: Речь, 2007. 264 с.
13. Чернецкая Н. И. Особенности цветовых выборов по тесту Люшера у лиц с разным уровнем самооценки // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Том 14. С. 51-59.
14. Шинкаревский П. В. Использование теста САН и метода цветового выбора для изучения электрической активности головного мозга испытуемых при восприятии эмоционально окрашенной информации // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Биологические науки. 2016. № 2. С. 61-63.
15. Юферова М. А. Буллинг как феномен психологического кризиса детей и подростков // Психологическое благополучие личности в меняющемся мире: сборник научных материалов / под науч. ред. В. В. Белкиной. Ярославль: РИО ЯГПУ 2022. С. 81-85.
16. Voronin R. M. Application of the modified Lusher test to evaluate the effectiveness of mental self-regulation techniques among cadets of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia / R. M. Voronin, V. I. Ogorodnikov // Applied Legal Psychology. 2020. № 1 (50). Pp. 23-29.
17. Derevyankina N. A. Changes in the psychological well-being of schoolchildren with mental retardation during the transition to the secondary level // Yaroslavl Pedagogical Bulletin. 2022. № 4 (127). pp. 176-185.
18. Kudryavtsev I. A., Dekalo E. E. Psychological markers of suicidal risk based on the results of L. Sondi and M. Lusher tests // Russian Psychiatric Journal. № 5. 2012. pp. 56-65.
19. Melnikov V. I., Leontiev V. G. Application of the modified Lusher test for the diagnosis of mental states of personality // Psychopedagogy in law enforcement agencies. 2001. № 2 (16). pp. 112-114.
20. Psychological diagnostics of disorders of the emotional sphere and personality: Collection. monogr. / Scientific ed. L. I. Wasserman, O. Y. Shchelkova. St. Petersburg: Scythia-print, 2014. 408 p.
21. Raspopin E. V. Markers of suicidal risk in the method of color choices // International Scientific Research Journal. 2013. № 6 (13). part 3. page 88
22. Sobchik L. N. MTSV — the method of color choices. Modified eight-color Lusher test. Practical guide. St. Petersburg, Publishing house «Speech», 2001. 112 p.
23. Tsyganok I. I. Color psychodiagnostics. Modification of the complete clinical Lusher test: A Methodological Guide. St. Petersburg: Speech, 2007. 264 p.
24. Chernetskaya N. I. Features of color choices according to the Lusher test in persons with different levels of self-esteem // Izvestiya Irkutsk State University. Series: Psychology. 2015, Volume 14. Page 51
25. Shinkarevsky P. V. The use of the SAN test and the color selection method for studying the electrical activity of the brain of subjects in the perception of emotionally colored information // Scientific Notes of the Crimean Engineering Pedagogical University. Series: Biological Sciences. 2016. № 2. pp. 61-63.
26. Yuferova M. A. Bullying as a phenomenon of psychological crisis of children and adolescents // Psychological well-being of personality in a changing world: collection of scientific materials / Under the scientific editorship of V. V. Belkina. Yaroslavl: RIO YAGPU 2022. pp. 81-85.

Reference list

1. Van der Kolk B. Telo pomnit vse = The body remembers everything. Moskva: Bombora, 2020. 464 s.
2. Voronin R. M. Primenenie modifitsirovannogo testa Ljushera dlja ocenki jeffektivnosti tehnik psihicheskoy samoreguljicii u kursantov Akademii FSIN Rossii = The use of a modified Lusher test to assess the effectiveness of mental self-regulation techniques in cadets of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia / R. M. Voronin, V. I. Ogorodnikov // Prikladnaja juridicheskaja psihologija. 2020. № 1 (50). S. 23-29.
3. Derevjankina N. A. Izmenenie psihologicheskogo blagopoluchija shkol'nikov s zaderzhkoj psihicheskogo razvitija pri perehode v srednee zveno = Changing the psychological well-being of school children with delayed mental development in transferring to the middle stage // Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik. 2022. № 4 (127). S. 176-185.
4. Dmitrieva N. V. Psihologicheskaja i psihicheskaja travma. Teorija i praktika psihoterapii = Psychological and mental trauma. Theory and practice of psychotherapy / N. V. Dmitrieva, E. V. Afanasikova. Sankt-Peterburg: Izd-vo VVM, 2022. 192 s.
5. Zaharova N. M. Psihicheskie i povedencheskie narushenija u mirnogo naselenija regiona, podvergshego-sja lokal'nym voennym dejstvijam = Mental and behavioral disorders in civilians of the region subjected to local military actions / N. M. Zaharova, M. G. Cvetkova // Psihologija i pravo. 2020. Tom 10. № 4. S. 185-197.
6. Kovalevskaja A. P. Vlijanie jekstremal'noj situacii voennogo konflikta na jemocional'noe sostojanie detej dosh-

kol'nogo vozrasta = The impact of the extreme situation of military conflict on the emotional state of preschool children // Vestnik VjatGU. 2020. № 2. S. 142-148.

7. Kudrjavcev I. A. Psihologicheskie markery suicidal'nogo riska po rezul'tatam testov L. Sondhi i M. Ljushera = Psychological markers of suicidal risk from L. Sondhi and M. Lusher test results / I. A. Kudrjavcev, E. Je. Dekalo // Rossijskij psichiatricheskij zhurnal. 2012. № 5. S. 56-65.

8. Mel'nikov V. I. Primenenie modifitsirovannogo testa Ljushera dlja diagnostiki psihicheskikh sostojanij lichnosti = Application of a modified Lusher test for the diagnosis of mental personality states / V. I. Mel'nikov, V. G. Leont'ev // Psihopedagogika v pravoohranitel'nyh organah, 2001. № 2 (16). S. 112-114.

9. Psihologicheskaja diagnostika rasstrojstv jemotional'noj sfery i lichnosti = Psychological diagnosis of emotional and personality disorders : kollekt. monogr. / nauch. red. L. I. Vasserman, O. Ju. Shhelkova. Sankt-Peterburg : Skifija-print, 2014. 408 s.

10. Raspopin E. V. Markery suicidal'nogo riska v metode cvetovyh vyborov = Suicidal risk markers in color selection method // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal. 2013. № 6 (13). Chast' 3. S. 88-89.

11. Sobchik L. N. MCV — metod cvetovyh vyborov. Modifitsirovannyj vos'micvetovoj test Ljushera = ICV is a method of color selection. Modified eight-color Lusher test : prakticheskoe rukovodstvo. Sankt-Peterburg : Rech', 2001. 112 s.

12. Cyganok I. I. Cvetovaja psihodiagnostika. Modifikacija polnogo klinicheskogo testa Ljushera = Color psychodiagnosics. Modification of the complete Lusher clinical test : metodicheskoe rukovodstvo. Sankt-Peterburg : Rech', 2007. 264 s.

13. Cherneckaja N. I. Osobennosti cvetovyh vyborov po testu Ljushera u lic s raznym urovnem samoocenki = Features of color choices according to the Lusher test in persons with different levels of self-esteem // Izvestija Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. Serija: Psihologija. 2015. Tom 14. S. 51-59.

14. Shinkarevskij P. V. Ispol'zovanie testa SAN i metoda cvetovogo vybora dlja izuchenija jelektricheskoy aktivnosti golovnogogo mozga ispytuemyh pri vosprijatii jemotional'no okrashennoj informacii = Use of the SAN test and color selection method to study the electrical activity of subjects' brains when perceiving emotionally stained information // Uchenye zapiski Krymskogo inzhenerno-pedagogicheskogo universiteta. Serija: Biologicheskie nauki. 2016. № 2. S. 61-63.

15. Juferova M. A. Bulling kak fenomen psihologicheskogo krizisa detej i podrostkov = Bullying as a phenomenon of psychological crisis of children and adoles-

cents // Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti v menjajushhemsja mire : sbornik nauchnyh materialov / pod nauch. red. V. V. Belkinov. Jaroslavl' : RIO JaGPU 2022. S. 81-85.

16. Voronin R. M. Application of the modified Lusher test to evaluate the effectiveness of mental self-regulation techniques among cadets of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia / R. M. Voronin, V. I. Ogorodnikov // Applied Legal Psychology. 2020. № 1 (50). Pp. 23-29.

17. Derevyankina N. A. Changes in the psychological well-being of schoolchildren with mental retardation during the transition to the secondary level // Jaroslavl Pedagogical Bulletin. 2022. № 4 (127). pp. 176-185.

18. Kudryavtsev I. A., Dekalo E. E. Psychological markers of suicidal risk based on the results of L. Sondhi and M. Lusher tests // Russian Psychiatric Journal. № 5. 2012. pp. 56-65.

19. Melnikov V. I., Leontiev V. G. Application of the modified Lusher test for the diagnosis of mental states of personality // Psychopedagogy in law enforcement agencies. 2001. № 2 (16). pp. 112-114.

20. Psychological diagnostics of disorders of the emotional sphere and personality: Collection. monogr. / Scientific ed. L. I. Wasserman, O. Y. Shchelkova. St. Petersburg: Scythia-print, 2014. 408 p.

21. Raspopin E. V. Markers of suicidal risk in the method of color choices // International Scientific Research Journal. 2013. № 6 (13). part 3. page 88

22. Sobchik L. N. MTSV — the method of color choices. Modified eight-color Lusher test. Practical guide. St. Petersburg, Publishing house «Speech», 2001. 112 p.

23. Tsyganok I. I. Color psychodiagnosics. Modification of the complete clinical Lusher test: A Methodological Guide. St. Petersburg: Speech, 2007. 264 p.

24. Chernetskaya N. I. Features of color choices according to the Lusher test in persons with different levels of self-esteem // Izvestiya Irkutsk State University. Series: Psychology. 2015, Volume 14. Page 51

25. Shinkarevsky P. V. The use of the SAN test and the color selection method for studying the electrical activity of the brain of subjects in the perception of emotionally colored information // Scientific Notes of the Crimean Engineering Pedagogical University. Series: Biological Sciences. 2016. № 2. pp. 61-63.

26. Juferova M. A. Bullying as a phenomenon of psychological crisis of children and adolescents // Psychological well-being of personality in a changing world: collection of scientific materials / Under the scientific editorship of V. V. Belkina. Jaroslavl : RIO YAGPU 2022. pp. 81-85.

Статья поступила в редакцию 09.03.2023; одобрена после рецензирования 21.04.2023; принята к публикации 19.05.2023.

The article was submitted 09.03.2023; approved after reviewing 21.04.2023; accepted for publication 19.05.2023.