

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 4. С. 122–126. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 4, pp. 122–126.

ISSN 2073-1426

Информационная статья

УДК 159.922

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-122-126>

**НОВОСТИ КОСТРОМСКОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУЧНОЙ ШКОЛЫ:  
О VI МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
«ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ:  
УСТОЙЧИВОСТЬ И ИЗМЕНЧИВОСТЬ ОТНОШЕНИЙ, ЛИЧНОСТИ, ГРУППЫ  
В ЭПОХУ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ»**

**Сапоровская Мария Вячеславовна**, доктор психологических наук, профессор, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, [mv\\_saporovskaya@ksu.edu.ru](mailto:mv_saporovskaya@ksu.edu.ru), <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

**Крюкова Татьяна Леонидовна**, доктор психологических наук, профессор, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, [tat.krukova44@gmail.com](mailto:tat.krukova44@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0003-0825-3232>

**Хазова Светлана Абдурахмановна**, доктор психологических наук, профессор, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, [s\\_hazova@ksu.edu.ru](mailto:s_hazova@ksu.edu.ru) <https://orcid.org/0000-0002-3657-0086>

**Тихомирова Елена Викторовна**, кандидат психологических наук, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, [tichomirowa82@mail.ru](mailto:tichomirowa82@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-3844-4622>

**Аннотация.** В статье представлено содержание и основные результаты VI Международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности». Отмечены новые и особо дискуссионные темы, обращено внимание на теоретическое и прикладное значение, новые перспективы развития данной научной проблематики.

**Ключевые слова:** стресс и совладающее поведение, вызовы, угрозы, потери, близкие отношения, уязвимость и стрессоустойчивость (ресурсность), новая дисфункциональность, психологическая помощь и поддержка

**Благодарности.** Благодарим за помощь в организации и проведении конференции директора института педагогики и психологии д-ра психол. наук А.Г. Самохвалову

**Для цитирования:** Сапоровская М.В., Крюкова Т.Л., Хазова С.А., Тихомирова Е.В. Новости Костромской психологической научной школы: о VI Международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности» // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 4. С. 122–126. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-122-126>

Database Paper

**NEWS OF THE KOSTROMA SCHOOL OF PSYCHOLOGY:  
ABOUT THE VI INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE  
“PSYCHOLOGY OF STRESS AND COPING BEHAVIOR:  
STABILITY AND VARIABILITY OF RELATIONSHIPS, INDIVIDUALS, GROUPS  
IN THE AGE OF UNCERTAINTY”**

**Maria V. Saporovskaya**, Doctor of Psychology, Professor Kostroma State University, Kostroma, Russia, [mv\\_saporovskaya@ksu.edu.ru](mailto:mv_saporovskaya@ksu.edu.ru) <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>

**Tatyana L. Kryukova**, Doctor of Psychology, Professor Kostroma State University, Kostroma, Russia, [tat.krukova44@gmail.com](mailto:tat.krukova44@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0003-0825-3232>

**Svetlana Ab. Khazova**, Doctor of Psychology, Professor Kostroma State University, Kostroma, Russia, [s\\_hazova@ksu.edu.ru](mailto:s_hazova@ksu.edu.ru) <https://orcid.org/0000-0002-3657-0086>

**Elena V. Tikhomirova**, PhD in Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russia, [tichomirowa82@mail.ru](mailto:tichomirowa82@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-3844-4622>

**Abstract.** The review article presents the content and main results of the VI International Scientific Conference «Psychology of Stress and Coping Behavior: Stability and Variability of Relationships, Individuals, Groups in the Age of Uncertainty». New and especially debatable topics are presented, theoretical and applied significance, new prospects for the development of this scientific problem are noted.

**Keywords:** stress and coping behavior, challenges, threats, losses, close relationships, vulnerability and stress resistance (resourcefulness), new dysfunctionality, psychological help and support

**Acknowledgments.** We thank the Director of the Institute of Pedagogy and Psychology, Doctor of Psychology, for help in organizing and holding the conference Samokhvalova A.G.

**For citation:** Saporovskaya M.V., Kryukova T.L., Khazova S.A., Tikhomirova E.V. News of the Kostroma School of Psychology: about the VI International Scientific Conference "Psychology of Stress and Coping Behavior: Stability and Variability of Relationships, Individuals, Groups in the Age of Uncertainty". Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 4, pp. 122–126. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-122-126>

В сентябре 2022 года в Костромском государственном университете при участии Института психологии РАН, Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, Российского психологического общества, Гродненского государственного университета им. Я. Купалы состоялась VI Международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности», которая объединила в едином научном пространстве крупных ученых, практиков и начинающих исследователей данной проблемы. Цель конференции состояла в создании дискуссионного пространства для представления новых результатов исследований, взаимодействия, общения, вдохновения и обмена новыми идеями для исследователей и практиков из разных сфер психологии, психологического консультирования и психотерапии с учетом усложнившегося за последнее время контекста жизни человека.

На конференции в Костроме собралось около 200 специалистов, включая представителей ближнего зарубежья (Белоруссия, Киргизстан, Казахстан, Таджикистан). География российских участников разнообразна: Москва, Санкт-Петербург, Новосибирск, Омск, Ростов-на-Дону, Таганрог, Тюмень, Чебоксары, Казань, Ярославль, Краснодар, Ижевск, Екатеринбург, Донецк и др. В конференции приняли участие представители более 50 научных организаций. В сборнике материалов опубликована 101 статья. Сделано 8 пленарных и 51 секционных докладов. Кроме того, в программу конференции вошли: панельная дискуссия «Психология стресса и совладающего поведения: актуальные проблемы исследований»; симпозиум «Динамическая целостность личности как фактор совладания с вызовами цифрового общества»; серия мастер-классов и открытых лекций, которые вызвали живой интерес у коллег, а также слушателей из числа практиков и студентов университета.

Конференция позволила осмыслить самые острые вопросы стрессогенности социальной среды, тенденций и ресурсов совладания современного человека в лавине социальных трансформаций; обсудить и обобщить передовой опыт в изучении проблем стресса и совладания в контекстах современности; обозначить задачи и перспективы новых науч-

ных исследований в данной области; организовать дискуссионное пространство для поиска новых путей решения современных исследовательских задач и внедрения в практику полученных результатов.

Основные направления работы конференции: социокультурный контекст стресса и совладающего поведения; психология здоровья и благополучия vs психологии несовладания; динамика совладания в контексте жизненных траекторий (жизненного пути) личности и группы; психология близких отношений и семья: жизненные трудности и совладание; стресс-менеджмент и копинг в организациях; уязвимость и стрессоустойчивость (ресурсность) личности и группы; новая функциональность и дисфункциональность человека: стрессоры и факторы совладания; психотехнологии совладающего поведения: психодиагностика, профилактика и профессиональная помощь.

Первая часть пленарного заседания была представлена панельной дискуссией на тему «Психология стресса и совладающего поведения: актуальные проблемы исследований». Модераторы дискуссии (Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова) в режиме свободной дискуссии представили научному сообществу новые разработки научной школы за последние пять лет, обозначили современные тенденции в исследовании копинга. Здесь были затронуты следующие темы: изменение позиции исследователя с учетом новых вызовов, угроз, потерь; вакцинальное поведение и его связь с различными видами социального поведения (в том числе совладающим); связь субъективной оценки события и субъективной оценки потенциальных возможностей совладания; факторы и индикаторы снижения психоэмоционального здоровья у российских женщин среднего возраста, связанные с жизненным стилем; совладание и положительные эффекты противодействия вызовам, угрозам, потерям у людей разных социальных категорий (например, инвалидов). В завершении дискуссии в докладе молодого исследователя О.Ю. Одинцовой было представлено новое научное направление – психология диадического стресса и совладания в близких отношениях.

Вторая часть пленарного заседания была посвящена докладам гостей конференции. Так, значительное внимание исследователей было уделено совладанию

с неопределенностью (Д.А. Леонтьев, А.Н. Моспан), осознанной саморегуляции как ресурсу преодоления стресса в ситуации неопределенности (В.И. Моросанова), невыразимому травматическому опыту как основанию понимания немислимого (В.В. Знаков), негативным эмоциям и чувствам как детерминантам состояний (Л.В. Куликов), адаптационному синдрому, параметрам неспецифического ответа психики на угрозу (Е.Л. Доценко). В трех докладах поднимались острые темы, связанные с определенным возрастным и профессиональным контекстом: копинг-механизмы подростков с устойчивым противоправным поведением (И.А. Горьковая, А.В. Микляева), динамика функциональных состояний в течение вахтового заезда (Н.Н. Симонова), профессиональный стресс и способы совладания с ним у медицинских работников (А.Б. Холмогорова).

Поднятые проблемы нашли отражение и продолжение в рамках секционных заседаний. Наиболее многочисленной по количеству докладов стала секция «*Психология семьи и близких отношений: жизненные трудности и совладание*» (модераторы А.Ю. Маленова, М.В. Сапоровская). Были рассмотрены весьма разнообразные темы – от детско-родительских отношений до партнерских. Были подняты вопросы изучения мотивов отложенного материнства (М.Е. Блох). Представлен опыт изучения психического здоровья женщин, использовавших вспомогательные репродуктивные технологии, и их детей (А.С. Деева, В.О. Аникина, Е.Д. Эрнепесова). Представлены результаты изучения эмоционального состояния женщин в период беременности и после родов с учетом их копинг-ресурсов (С.С. Савенышева, И.В. Грандильевская, И.А. Аринцина). Большой интерес вызвали представленные исследователями специфика травматического родительского стресса (И.В. Тихонова), субъективная картина копинга и ее гендерные особенности у подростков и их родителей (А.Ю. Маленова) и проблема алиментарного ожирения и его связи с контекстом семейных отношений (М.П. Билецкая, Д.С. Полумеева). В рамках изучения партнерских отношений подняты вопросы психологии разлуки (А.С. Каменская, М.С. Сапоровская), специфики связи генерализованного типа привязанности партнеров и функциональности близких отношений (Т.П. Опекина), а также особенностей близости в реальных и онлайн-отношениях (В.В. Шибакова, Е.В. Тихомирова).

Секция «*Стресс-менеджмент и копинг в организациях*» традиционно стала одной из самых насыщенных. Участники подчеркивали, что на фоне усиления стрессогенности среды риски снижения психологического благополучия и повышения профессионального выгорания работающего населения возрастают, что требует активного поиска возможностей их ни-

велирования. В рамках работы секции поднимались следующие вопросы: возможность снижения тревожности педагогов (А.И. Матвеева, И.В. Воробьева); особенности совладания преподавателей и студентов высшей школы с трудностями дистанционного обучения в период пандемии (Е.В. Тихомирова, О.Н. Вишневецкая); возможность достижения баланса работы и личной жизни IT-специалистов (Е.А. Столярчук, Н.Е. Водопьянова, Ч.З. Исланова); профессиональная успешность персонала сервисной организации (Т.Н. Лобанова). Особой практической значимостью отличался доклад, посвященный стрессу психологов на рабочем месте (Л.А. Павлова, Т.Л. Крюкова). Интересный и новый феномен «тайм-синдрома» был раскрыт в исследовании М.Ю. Широкой, посвященного соотношению понятий хронического и информационного стресса (на примере деятельности менеджеров по продажам). Ряд исследователей (М.А. Круглова, В.А. Круглов, И.А. Агеева) отметили, что важным ресурсом психологического благополучия в современном контексте является толерантность к неопределенности (на примере менеджеров разного уровня). В то же время была подчеркнута амбивалентность связи толерантности к неопределенности и стрессоустойчивости (на примере водителей такси с разным стажем профессиональной деятельности) (Л.Ю. Крутелева). Противоречивые результаты позволили сформулировать вывод о том, что для представителей разных профессиональных и стажевых страт характерны специфические ресурсы стрессоустойчивости и предикторы психологического благополучия.

Участники секции подчеркнули, что особым контекстом, несомненно, стал период пандемии COVID-19, который потребовал от представителей ряда профессий способности сохранять высокий уровень работоспособности в особо тяжелых условиях. В связи с этим живой отклик среди проблематики, поднятой на секции, получила тема совладания медперсонала в период пандемии. Ю.В. Малова представила результаты исследования, посвященного изучению взаимосвязи эффективности совладания со стрессом у сотрудников COVID-госпиталей и особенностей их отношения к параметрам соматического и психического здоровья, здоровому образу жизни. Авторы также пришли к выводу о том, что прогностически более благоприятным для конструктивного отношения к здоровью в условиях пандемии является такой фактор, как высокий уровень медицинской компетентности. В развернувшейся дискуссии участники секции отметили, что необходимо способствовать внедрению психологического сопровождения и программ укрепления соматического и психологического здоровья медперсонала, особенно в условиях изоляции на рабочем месте в период пандемий.

Тема новых контекстов, в том числе COVID-19, нашла свое развитие и в рамках секции «*Развитие совладания в онтогенезе: копинг, возраст и благополучие*». Ю.В. Быховец в своем докладе продемонстрировала, что опыт столкновения с COVID-19 привел к трансформации личностных планов и целей жизни переболевших, их горизонт планирования сузился до одного дня, появилось сожаление о сокращении жизненной перспективы. Участники секции выразили мнение, что с учетом новых условий жизни необходимо переосмыслить ресурсы сохранения здоровья человека для обеспечения его жизнеспособности. Живую дискуссию вызвал доклад коллег из Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, посвященный интегральной ресурсной концепции здоровья личности, которая, на взгляд ученых, может выступать основой для понимания смысла стратегий совладания со стрессом. В зависимости от способа взаимодействия человека и мира авторы представили четыре принципа личностного функционирования, которые соотносятся с иерархией моделей личности (Е.Ю. Коржова, Е.К. Веселова). Участники секции отметили высокий эвристический потенциал представленной модели. Также проблема ресурсов нашла развитие в докладе М.А. Крыловой о ментальной репрезентации трудной жизненной ситуации в период взрослости на разных уровнях: понятийном, ассоциативном, образном и оценочном. На примере разных социально-демографических групп было продемонстрировано важное значение таких личностных ресурсов человека, как осмысленность жизни, саморегуляция, адекватность самооценки, семантические способности (Н.О. Леоненко, Д.Д. Гильмуддинова, О.А. Жученко, А.И. Чернова). Участники секции отметили, что наиболее значимую роль в расширении диапазона адаптационных и регулятивных возможностей играет система ментальных ресурсов субъекта. Эта закономерность сохраняет свою актуальность и в случае людей с различными вариантами дизонтогенеза (Т.Н. Адеева). Тема внешних ресурсов нашла отражение в докладе, посвященном возможностям теории экологических систем У. Бронфенбреннера как модели организации психологической помощи детям, переживающим горе (А.А. Баканова).

В рамках секционного заседания «*Новая функциональность и дисфункциональность: стрессоры и факторы совладания*» значительный интерес вызвал доклад о циклической динамике копинга (Е.В. Битюцкая), в котором автор предпринял попытку описать виды циклов копинга, раскрыть признаки циклической динамики, а также представил классификацию, включающую уровни циклов копинга. Также широкая дискуссия развернулась при обсуждении потенциалов адаптивного интеллек-

та (В.В. Гут) и практик осознанности (Е.В. Казанцева, О.А. Холина). В свете обсуждения личностных ресурсов для совладания с неопределенностью (Д.А. Леонтьев, А.Н. Моспан) особо созвучным стал доклад А.С. Кузнецовой, который отличался практической значимостью и вызвал неподдельный интерес участников секции. В докладе был представлен анализ направлений работы и технологий оптимизации функциональных состояний на основе приемов психологической саморегуляции. Костромские исследователи подняли интересный вопрос о том, как ранее изученные феномены (к примеру, просоциальное поведение, обман) преломляются и трансформируются в новом контексте современности (Т.Л. Крюкова и др.).

В рамках секции «*Контекстуальный подход в психологии стресса и копинга*» также были рассмотрены самые разнообразные контексты и средовые факторы стресса в современной мире. Коллеги из Екатеринбурга (О.В. Кружкова, А.И. Матвеева) в ходе представления доклада убедительно обосновали актуальность в изучении городской среды, которая быстро меняется и вносит коррективы как в поведение людей, так и в особенности взаимодействия с городским пространством. Авторы отметили, что цифровые риски не воспринимаются как факторы среды, а также на фоне общих глобальных вызовов некоторые стресс-факторы (например, реальные риски и угрозы) не воспринимаются жителями так остро, как раньше. Ю.В. Потапова отразила в своем докладе проблему психологического благополучия студентов с разными миграционными установками (А.Ю. Маленова, А.А. Маленов, Ю.А. Трушичкина). Была отмечена высокая актуальность исследования, так как изучение миграционного поведения, его факторов и следствий для регионов, где убыль населения заметно превышает прирост, является одним из направлений поиска целенаправленных механизмов управления этими процессами. И.Р. Абитов представлял исследование, цель которого – определение ситуаций, в которых суеверность выполняет функцию компенсации недостатка информации и контроля, например беременность и ситуация тяжелого соматического заболевания. Автор подчеркнул, что суеверия – это «иллюзия контроля над сложной ситуацией» и они помогают спокойно дожить до волнующего события (в данном случае изучались женщины, ожидающие роды). Участники секции рассуждали о мистическом и научном мышлении и их соотношении. Особый интерес вызвал доклад профессора М.М. Кашапова о специфике ресурсности мышления как предпосылке совладания учителей и специалистов по социальной работе. Успешный копинг, по мнению докладчика, характеризуется гибкостью, эффективностью достижения результата,

по мере уменьшения уровня ресурсности профессионального мышления происходит повышение выраженности синдрома эмоционального выгорания. Участники развернувшейся дискуссии пришли к выводу, что ресурсное мышление может развиваться в любом возрасте (отношение определяет результат), а ресурсность мышления – это более постоянная характеристика. Ресурсное мышление профессионала надситуативно, может проявляться в любом виде деятельности. Таким образом, в работе секции нашли отражение наиболее значимые вызовы современности: глобализация, миграция, цифровизация, высокая неопределенность будущего и многое другое.

Близкой по содержанию и не менее насыщенной стала секция, которая проходила в онлайн-формате «*Вызовы современности и копинг*». География участников данной секции широка: Кострома, Санкт-Петербург, Екатеринбург, Москва, Ярославль, Новосибирск, Ижевск, Тверь, Могилев (Белаурь) и мн. др. На секции были представлены как фундаментальные, так и практико-ориентированные доклады. Особо стоит выделить доклад Е.В. Волковой и И.О. Куваевой о продуктивности совладающего интеллекта, который в узком смысле авторы понимают как успешное разрешение ситуации и субъективную удовлетворенность результатом; в широком – как сохранение способности субъекта развивать ресурсы и конвертировать их в позитивные результаты. Участники секции отметили важную роль задачи, связанной с разработкой объективной методики измерения совладающего интеллекта. Кроме того, в рамках секции были затронуты и другие, не менее интересные темы: роль метакогнитивных процессов для снижения риска эмоционального выгорания врачей (Н.А. Русина), диспозициональной осознанности в возрастании личной эффективности руководителей (Е.А. Дорошева); проблема личностных предикторов (черты темной триады) профессионального выгорания у работников медицинской сферы (Т.Ф. Мухамедзянов). Таким образом, наиболее острой стала проблема ресурсов совладающего субъекта в мире с высокой степенью неопределенности, ненормативных, непрогнозируемых рисков.

В рамках симпозиума «*Динамическая целостность личности как фактор совладания с вызовами цифрового общества*», модератором и идейным вдохновителем которого выступила Т.Д. Марцинковская, были рассмотрены различные личностные качества и аспекты совладания с проблемами виртуального и транзитивного общества, помогающие или, напротив, препятствующие позитивному благополучию в сложных жизненных ситуациях в многоаспектном цифровом мире. В работе симпозиума в смешанном формате приняли участие сотрудники института пси-

хологии им. Л.С. Выготского РГГУ, сотрудники лаборатории психологии подростка Психологического института РАО и преподаватели кафедры психологии личности Санкт-Петербургского университета.

Кроме пленарного и секционных заседаний в рамках конференции состоялись три открытых лекции: А.С. Кузнецовой (МГУ им. М.В. Ломоносова) «Эффективное самоуправление функциональным состоянием в стрессовых ситуациях при помощи приемов целевой психологической саморегуляции»; Е.В. Битюцкой (МГУ им. М.В. Ломоносова) «Трудная ситуация сквозь призму жизненного сценария»; И.А. Горьковой (Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет МЗ РФ) «Проблемные поля судебно-психологической экспертизы». Были проведены 3 мастер-класса: Е.Л. Михайловой (МГППУ) «Разочарование крупным планом»; А.Ю. Маленовой (ОмГУ им. Ф.М. Достоевского) «Сила стресса, или ресурсный стресс-менеджмент в профессиональной и учебной деятельности»; Playback-театр (Кострома) перформанс «А что у нас на завтра(к)?». Все предложенные форматы нашли живой отклик у широкой аудитории участников.

Важный прикладной эффект данной конференции выражается в повышении внимания научной и социально значимой общественности к изменяющемуся поведению человека в условиях новых вызовов и угроз, а также изменяющимся возможностям психологической науки и практики. Организаторы конференции – представители костромской научной школы психологии стресса и совладающего поведения – надеются, что поднятые на конференции вопросы будут учтены при формировании социальной политики на российском, региональном, муниципальном уровнях, связанной с повышением качества жизни людей разных возрастных категорий и социального статуса. Основные научные итоги конференции опубликованы в электронном варианте сборника, размещены в РИНЦ (e-library), а также на специальном сайте конференции по совладающему поведению (см.: [www.coping-kostroma.com](http://www.coping-kostroma.com)). Участники конференции особо отмечали хорошую организацию и целесообразность проведения регулярных конференций именно в Костроме. Затронутые проблемы, их неразрешенность и множество дискуссий продолжают диктовать необходимость продолжения таких научных собраний.

*Статья поступила в редакцию 27.09.2022; одобрена после рецензирования 07.11.2022; принята к публикации 11.12.2022.*

*The article was submitted 27.09.2022; approved after reviewing 07.11.2022; accepted for publication 11.12.2022.*