

DOI: 10.12731/2658-6649-2022-14-1-351-379

УДК 159.9: 316.6

НАДЕЖНАЯ ПРИВЯЗАННОСТЬ КАК ФАКТОР НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ И СУБЪЕКТИВНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID-19

Н.А. Цветкова, П.А. Кисляков, Е.А. Володарская

Обоснование. Пандемия COVID-19 поставила под угрозу жизнь и здоровье как самих студентов, так и их родных и близких. Изменившиеся условия жизнедеятельности потребовали быстрого приспособления к изменениям, успех которого может быть определен по уровню нервно-психической адаптации и субъективного психологического благополучия личности. Большинство исследований, проведенных в 2020-2021 гг., показывает необходимость психологической помощи не менее, чем половине студентов очной формы обучения. Чтобы она была эффективной и обеспечивала устойчивость достигнутых результатов оздоровления личности, необходимо выявить личностные предпосылки, работа с которыми делает цель адаптации студентов в новых условиях достижимой. Судя по ряду научных публикаций отечественных и зарубежных исследований, такой предпосылкой является тип привязанности.

Цель исследования заключалась в выявлении влияния типа привязанности на нервно-психическую адаптацию и субъективную психологическую безопасность у студентов мужского и женского пола.

Материалы и методы. В выборку, составленную случайным образом, вошли 130 студентов, из них 97 девушек и 33 юноши. В целях диагностики использовались: 1) «Шкала взрослой привязанности для близких отношений» Р. Лихи; 2) самоопределение типа привязанности по краткой версии ECR-R (Чистопольская К.А., Митина О.В., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Чубина С.А., Оволь С.Н., Дровосеков С.Э.) 3) тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвича, позволившая распределить студенческую выборку по уровням психического здоровья, а также сделать диагностическое заключение об общем уровне нервно-психической адаптации испытуемых; 4) самооценка уровня субъективной психологической безопасности в интервале от 1 до 7 баллов (шкала Р. Лайкерта).

Математико-статистическая обработка данных проведена с помощью пакета MS Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Применялись корреляционный анализ эмпирических данных (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) и сравнительный анализ (достоверность межгрупповых различий устанавливалась по t-критерию Стьюдента). Сравнительный анализ данных выполнен в зависимости от пола испытуемых и типа их привязанности.

Результаты. Установлено, что в обследованной студенческой выборке доминирует «надежный» тип привязанности (43,8%); доля студентов с тревожным типом составила 40%, с избегающим – 16,2%. Полное психическое здоровье диагностировано у 29,2% совокупной выборки; ограниченное психическое здоровье – у 30,8%; у 33,1% испытуемых выявлена вероятность пограничной психической патологии, невротизации; у 6,9% – вероятность выраженной психической патологии. Общий уровень нервно-психической адаптации составил 29,8 балла – это характеризует выборку как имеющую ограниченное психическое здоровье, но без признаков стресса, сохраняющую нервно-психическую устойчивость; при этом общий уровень нервно-психической адаптации достоверно выше в группе студентов мужского пола. Студенты с низким уровнем субъективной психологической безопасности (ощущают себя в беде; давление, неуверенность, зависимость, угрозу; есть многое, из-за чего они не чувствуют себя в безопасности) находятся в меньшинстве (12,4%); студенты с низким уровнем, тяготеющим к среднему (есть нечто, отчего им не очень комфортно и безопасно) составляют большинство (35,4%); доля студентов со средним (нормальным) уровнем равна 30,0%; с высоким и очень высоким – 22,2%. При этом групповые показатели субъективной психологической безопасности в мужской и женской выборках практически равны и соответствуют среднему (нормальному) уровню. Установлена тесная связь типа привязанности с уровнем нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасностью личности, а также с полом и возрастом; высокие показатели субъективной психологической безопасности и нервно-психической адаптации тесно связаны с «надежным» типом привязанности, низкие – с «тревожным» и особенно тесно – с «избегающим» типами. Обнаружены: 1) тенденция к значимым различиям между мужской и женской студенческими выборками по доле студентов с надежным типом привязанности (среди студентов мужского пола эта доля больше); 2) тенденция к значимым различиям по уровню субъективной психологической безопасности (в женской выборке его показатель выше); 3) статистически значимые межгрупповые различия по уровню нервно-психической адаптации (студенты мужского пола более адаптированы, чем студенты женского пола).

Заключение. Студенты с «надежным» типом привязанности, в отличие от студентов с «ненадежными» типами, - избегающим и тревожным, имеют более высокий уровень нервно-психического здоровья, нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасности. Поэтому имеет смысл выстраивать психотерапевтическую и психопрофилактическую работу, нацеленную на укрепление нервно-психического здоровья студентов, предусматривая применение методов развития «надежного» типа привязанности.

Ключевые слова: типы привязанности; студенты; нервно-психическое здоровье; уровень нервно-психической адаптации; субъективное психологическое благополучие; сравнительный анализ; развитие привязанности «надежного» типа

Для цитирования. Цветкова Н.А., Кисляков П.А., Володарская Е.А. Надежная привязанность как фактор нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасности студентов в условиях пандемии COVID-2019 // Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture. 2022. Т. 14, № 1. С. 351-379. DOI: 10.12731/2658-6649-2022-14-1-351-379

NEUROPSYCHIC ADAPTATION AND SUBJECTIVE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

N.A. Tsvetkova, P.A. Kislyakov, E.A. Volodarskaya

Background. The COVID-19 pandemic has put at risk the lives and health of both the students themselves and their relatives and friends. The changed living conditions required rapid adaptation to changes, the success of which can be determined by the level of neuropsychic adaptation and subjective psychological well-being of the individual. Most of the studies conducted in 2020-2021 show the need for psychological assistance to at least half of full-time students. In order for it to be effective and ensure the sustainability of the achieved results of personal recovery, it is necessary to identify personal prerequisites, work with which makes the goal of adaptation of students in new conditions achievable. Judging by a number of scientific publications of domestic and foreign studies, such a prerequisite is the type of attachment.

The aim of the study was to identify the influence of attachment type on neuropsychiatric adaptation and subjective psychological safety in male and female students.

Materials and methods. *The sample, compiled randomly, included 130 students, 97 of them girls and 33 boys. For diagnostic purposes, the following were used: 1) “Adult attachment scale for close relationships” R. 2) Self-determination of the attachment type according to the short version of ECR-R (Chistopolskaya K.A., Mitina O.V., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Semikin G.I., Chubina S.A., Ovol S.N., Drovosekov S.E.) 3) the test “Neuropsychic adaptation” by I.N. Gurvich, which allowed to distribute the student sample by levels of mental health, as well as to make a diagnostic conclusion about the general level of neuropsychic adaptation of the subjects; 4) self-assessment of the level of subjective psychological safety in the range from 1 to 7 points(R. Likert scale).*

Mathematical and statistical data processing was carried out using the MS package Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Correlation analysis of empirical data (Spearman’s rank correlation coefficient) and comparative analysis were used (the reliability of intergroup differences was established by the Student’s t-criterion). A comparative analysis of the data was performed depending on the gender of the subjects and the type of their attachment.

Results. *It was found that the “reliable” type of attachment dominates in the surveyed student sample (43.8%); the proportion of students with an anxious type was 40%, with an avoidant – 16.2%. Complete mental health was diagnosed in 29.2% of the total sample; limited mental health – in 30.8%; in 33.1% of the subjects, the probability of borderline mental pathology, neuroticism was revealed; in 6.9%, the probability of severe mental pathology. The overall level of neuropsychic adaptation was 29.8 points – this characterizes the sample as having limited mental health, but without signs of stress, maintaining neuropsychic stability; at the same time, the overall level of neuropsychic adaptation is significantly higher in the group of male students. Students with a low level of subjective psychological security (they feel in trouble; pressure, insecurity, dependence, threat; there are many things that make them feel unsafe) are in the minority (12.4%); students with a low level, tending to the average (there is something that makes them not very comfortable and safe) they make up the majority (35.4%); the proportion of students with an average (normal) level is 30.0%; with high and very high – 22.2%. At the same time, the group indicators of subjective psychological security in the male and female samples are almost equal and correspond to the average (normal) level. A close relationship has been established between the type of attachment and the level of neuropsychic adaptation and subjective psychological security of the individual, as well as with gender and age; high indicators of subjective psychological security and neuropsychic adaptation are closely related to the “reliable” type of attachment, low – with the “anxious” and especially closely*

with the “avoidant” types. Detected: 1) the tendency to significant differences between male and female student samples in the proportion of students with a reliable type of attachment (among male students, this proportion is greater); 2) the tendency to significant differences in the level of subjective psychological security (in the female sample, its indicator is higher); 3) statistically significant intergroup differences in the level of neuropsychiatric adaptation (male students are more adapted than female students).

Conclusion. Students with a “reliable” type of attachment, in contrast to students with “unreliable” types – avoidant and anxious, have a higher level of neuropsychiatric health, neuropsychic adaptation and subjective psychological security. Therefore, it makes sense to build psychotherapeutic and psychoprophylactic work aimed at strengthening the neuropsychiatric health of students, providing for the use of methods for the development of a “reliable” type of attachment.

Keywords: types of attachment; students; neuropsychiatric health; level of neuropsychiatric adaptation; subjective psychological well-being; comparative analysis; development of attachment of the “reliable” type

For citation. Tsvetkova N.A., Kislyakov P.A., Volodarskaya E.A. Reliable attachment as a factor of neuropsychic adaptation and subjective psychological safety of students in the conditions of the COVID-2019 pandemic. *Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture*, 2022, vol. 14, no. 1, pp. 351-379. DOI: 10.12731/2658-6649-2022-14-1-351-379

Введение

Ситуация, в которой находится мировое сообщество, оказалась экстремальной для большинства населения планеты. Пандемия COVID-19 вынудила студенческую молодежь России и других стран мира интенсивно осваивать новые формы дистантного обучения, а затем продолжать образование в смешанном режиме по новым правилам. Далеко не у каждого студента оказались в наличии отдельное помещение для занятий, личный компьютер или ноутбук, домашний интернет. Вместе с осознанием дефицита ресурсов для оперативной перестройки образа жизни, ощущением неопределенности развития ситуации, усилением тревожности к ним приходит понимание реальности происходящего и необходимости продолжать обустроить полноценную жизнь в изменившихся условиях. Об этом свидетельствуют публикации отечественных психологов (Кисляков и Шмелева, 2021 [46]; Сорокоумова, Чердымова, Пучкова, Темнова, 2020 [31] и др.) и зарубежных ученых, изучавших психологическое воздействие карантина (Brooks, Webster, Smith, Woodland, Wessely, Greenberg, Rubin, 2020 [40]),

а также психическое здоровье молодежи в период самоизоляции (Parola, Rossi, Tessitore, Troisi, Mannarini, 2020 [48]).

Спустя год, в течение которого российское студенчество осваивало жизнь по новым правилам социального взаимодействия, стали появляться новые научные данные, свидетельствующие о различных социально-психологических феноменах – последствиях пандемии COVID-19. Например, появилась публикация «Студенты после пандемии: больше тревоги, меньше агрессии», сделанная по итогам исследования, проведенного Высшей школой экономики и Центром кросс-культурной психологии и этологии Института этнологии и антропологии РАН. Ее суть сводится к тому, что социальная изоляция негативно сказалась на психическом и физическом здоровье российских студентов (Прокофьев, 2021[27]).

Годом раньше К.Б. Аскатова и др. опубликовали статью в сборнике материалов Международной научно-практической конференции «Проблемы современных социокультурных исследований», проходившей в Белгороде 27 октября 2020 г. «Психическое и психологическое здоровье студентов во время пандемии COVID-19». Авторы обнародовали результаты психологической диагностики студентов ВУЗов города Перми, из которых следует: «Появление новой коронавирусной инфекции никак не повлияло на психическое и психологическое здоровье студентов» (Аскатова, Брызгалова, Лачинова, Шакрисламова, 2020 [5]).

Однако в 2021 году появились работы, опровергающие их заключение. Например, статья «Особенности изменения психического здоровья студентов в период пандемии COVID-19», в которой отмечено, что исследование на выборке из 92-х студентов лечебного факультета медицинского университета в возрасте 18-21 год показало негативные изменения в психическом состоянии – повышение тревожности и раздражительности - под влиянием пандемии COVID-19 и связанных с ней социальных ограничений (Акаев, Матюхина, 2021 [3]).

Закономерно возникает желание продолжить исследование нервно-психической адаптации студентов и одновременно - поиск тех личностных факторов, усиление влияния которых будет способствовать не только ее повышению, но и сохранению здоровья в неблагоприятных условиях жизнедеятельности. Анализ отечественной литературы [1; 8; 11; 18; 19 и др.] и зарубежных публикаций [41; 42; 43; 44; 47 и др.] по данной проблеме привел нас к выводу о том, что одним из таких факторов является привязанность, тип которой определяется как «надежный».

Поскольку *привязанность* является ключевым понятием данной статьи, сделаем краткий экскурс в эту проблематику. Считается, что привя-

занность личности в качестве научной проблемы поставлена британским психологом, психоаналитиком, психиатром Джоном Боулби, который понимал ее как устойчивую эмоционально-психологическую связь между людьми (Боулби, Эйнсворт, Бенедек, 2005 [8]). Она активно изучалась в отечественной и зарубежной психологии и изучается в XXI веке, что привело к появлению в России методик ее психологической диагностики (Асанова, 1997 [4]; Сабельникова, 2008 [30]; Чистопольская, Митина, Ениколопов и др., 2018 [39]), а также к раскрытию новых аспектов теории привязанности (Авдеева, 2017 [1]) – связи привязанности с психологическими защитами и копингом (Федотов, Рудакова, 2016 [34]), аддиктивным поведением (Калмыкова, Гагарина, Падун, 2016 [17]; Цветкова, Рыбакова, 2018 [36]), устойчивостью к психотравме (Калмыкова и Падун, 2002 [18]), депрессивными патологиями у взрослых (Буххайм, Дороднов, Кехеле, 2008 [10]). Изучались межполовые различия в типах привязанности и связанные с ними коммуникативные реакции на ревность (Фурманов, 2019 [35]). Исследования показали, что привязанность является одной из базовых (жизненно важных) потребностей, к удовлетворению которой стремится каждый человек, начиная с рождения; что эту потребность ребенка в первую очередь удовлетворяет мать; что привязанность может быть трехкатегориальной – надежной, избегающей, тревожной (Левин А., Хеллер Р., 2012 [23]; Лихи, 2015 [24]; Красило и др., 2021 [21]), а также четырехкатегориальной, как это предложено другими исследователями [16; 30]; что она становится устойчивой моделью взаимоотношений по мере взросления и поддается коррекции не более чем у 30% населения, как показали лонгитюдные исследования, проведенные в США [50]. Однако существует и другая позиция, согласно которой тип привязанности – всего лишь укоренившаяся привычка, а не неотъемлемая часть личности, – его возможно скорректировать [9; 49; 50].

Современные исследования, содержащие сведения об особенностях привязанности у студентов, немногочисленны и поэтому ценны. Есть публикации, показывающие влияние типа привязанности на успешность обучения в ВУЗе: студенты с надёжным и амбивалентным ее типами оказались более успешными в учебе по сравнению со студентами с избегающим типом (Волкова, 2017 [11]); раскрывающие связь типа привязанности с конфликтностью: Т.А. Красило и Е.А. Кежватова установили, что студенты с надёжным типом привязанности достоверно менее конфликтны по сравнению со студентами с другими ее типами (Красило, Кежватова, 2017 [20]). В зарубежной психологии типы привязанности у студентов

изучались в связи с полом и гендером [43; 47]; прокрастинацией [41], депрессией [44] и др. В них показано, что надежная привязанность является фактором благополучия личности.

Второе используемое в статье понятие – «*нервно-психическая адаптация*». Оно обозначает степень устойчивости к срывам нервной системы в ситуациях сильного психического и физического напряжения и одновременно - степень психической адаптации как готовности перестроить динамический стереотип личности в соответствии с новыми требованиями окружающей среды. В качестве показателя психологического и психического здоровья, нервно-психическая адаптация постепенно стала притягательным предметом научных исследований. В 1992 году И.Н. Гурвич предложил методику определения уровня нервно-психической адаптации, которая вошла в инструментарий по организации психологической работы в экстремальных ситуациях [28], а также в курс психологии здоровья (Рогинская, 2006 [29]). Некоторое время решался вопрос о соотношении психического и психологического здоровья (Баякина, 2009 [7]; Дубровина, 2009 [14]). О.Ю. Зотова обобщила предыдущие исследования, размежевала эти понятия и при этом показала их связь (Зотова, 2011 [15]). Т.Г. Гадельниина предложила для системы образования структурно-уровневую концепцию психической адаптации (Гадельниина, 2011 [13]). Со временем был предложен метод практического решения проблемы психического и психологического здоровья студентов – мониторинг психофизической адаптации студентов к обучению с последующей разработкой комплекса мер по охране их здоровья (Пискун, Петрова, Венгерова, Варзин, Чистяков, 2011 [25]; Воробьева, Деметьева, Турманидзе В., Турманидзе А., 2016 [12]). Интересная работа была опубликована в 2019 году в «Сибирском медицинском обозрении». Коллектив соавторов преследовал цель изучения особенностей социально-психологической адаптации и показателей нервно-психического здоровья у студентов, обучающихся на бюджетной и внебюджетной основах. В итоге им удалось установить ряд межгрупповых различий и сделать заключение о целесообразности обследования студентов различных форм обучения с последующей «дифференцированной коррекцией выявленных нарушений с учетом их структуры у конкретного индивидуума» [26].

Третьим понятием, используемым в данной статье, является *понятие субъективной психологической безопасности личности*. Л.Ю. Субботина и Т.Л. Чудакова (2021), проведя теоретический анализ этого феномена, его

детерминант, стратегий и психологических механизмов, пришли к заключению о том, что субъективная психологическая безопасность личности обладает всеми признаками психических состояний и поэтому определили ее как «состояние защищенности психики от негативных факторов, способствующее формированию адекватной ориентировочной основы социального поведения человека, конструктивных отношений к миру, к себе и его сохранность и целостность как развивающегося социального субъекта. Испытываемые при этом человеком чувства и переживания относительно его положения в настоящем и перспектив на будущее характеризуются как ощущение, что качество его жизни обеспечивает возможности для удовлетворения естественных и социальных потребностей в настоящем и уверенность в будущем [32]. Данное определение нам кажется корректным, вполне согласующимся с нашими представлениями. В XXI веке выполнено большое количество исследований, в которых оно используется, когда речь идет о психологической безопасности студентов (Агузумян, Галстян, Мурадян, 2010 [2]; Зотова, 2011 [15]; Тырсыкова, 2012 [33]; Баев Н., Баева И., 2013 [6]; Кисляков, Шмелева, Ковалева и др., 2018 [45]; Цветкова, Эгамбердиева, 2021 [37] и др.). Стоит отметить попытки изучить психологическую безопасность личности в субъективных ощущениях студентов (Цергой, 2014 [38]), а также время опасности и безопасности в их субъективном опыте (Краснянская, Тылец, 2016 [22]). Эти две публикации весьма близки к теме нашего исследования.

В целом, проведенный теоретический анализ проблемы показал дефицит исследований связи типа привязанности с нервно-психической адаптацией и субъективной психологической безопасностью личности. Таким образом, тип привязанности, нервно-психическая адаптация и субъективная психологическая безопасность - это те параметры личности, которые были выделены нами для проведения эмпирического исследования на студенческой выборке.

Целью статьи явилось представление результатов эмпирического исследования нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасности у студентов обоих полов в зависимости от типа их привязанности, проведенного в период действия ограничительных мер, связанных с пандемией COVID-19.

Исследовательские вопросы: 1) какой тип привязанности более характерен для студентов – избегающий, тревожный или надежный? 2) каковы их состояние нервно-психического здоровья, общий уровень нервно-психической адаптации и субъективная оценка психологической безопас-

ности? 3) каков характер связи между типом привязанности, уровнем нервно-психической адаптации и оценкой субъективной психологической безопасности? 4) с каким типом привязанности студенты в большей степени нервно-психически адаптированы и при этом отмечают более высокий уровень субъективной психологической безопасности?

Гипотеза исследования вытекала из тех соображений, что в основе успешной адаптации студентов старших курсов к резко изменившимся условиям жизнедеятельности лежит тип привязанности личности - если он «надежный», то студентам с этим типом в большей степени удастся жить с ощущением психологической безопасности и иметь уровень нервно-психической адаптации, свидетельствующий о нервно-психическом здоровье или о благоприятном прогнозе его восстановления, чем студентам с «ненадежными» ее типами (избегающим и тревожным). Также предполагалось обнаружить статистически значимые межполовые различия в показателях субъективной психологической безопасности и нервно-психической адаптации студентов и при этом более высокий уровень обоих параметров у юношей и девушек с надежным типом привязанности.

Материалы и методы исследования

Эмпирическое исследование осуществлялось с февраля по июнь 2021 года в городе Москве силами студентов факультета экстремальной психологии МГППУ при активном участии студентов факультета психологии РГСУ и содействии студентов факультета психологии МГОУ. Выборка формировалась случайным образом. В нее вошли студенты с третьего по пятый курс нескольких московских вузов очной формы обучения. Совокупная выборка (130 студентов) была поделена на «женскую» - 97 девушек и «мужскую» - 33 юноши. Особенность выборки (преобладание студентов женского пола) объясняется преимущественно девушек в тех учебных группах, где собирался эмпирический материал.

В ходе исследования были использованы следующие методы и методики сбора и обработки эмпирических данных: 1) «шкала взрослой привязанности для близких отношений» Р. Лихи, позволяющая выявить надежный, тревожный и избегающий типы привязанности [24]; 2) методика самоопределения типа привязанности. Испытуемым давалась инструкция: «Выберите, пожалуйста, из трех вариантов поведения с другими людьми тот вариант (один), который наиболее характерен для Вас»: а) мне относительно легко сблизиться с другими людьми. Мне удобно и нормально чувствовать свою связанность и зависимость от них, а их зависимость

от меня (меня это не пугает и не напрягает). Я редко тревожусь, что меня покинут, или о том, что я с кем-то слишком сблизжусь; б) я считаю, что другие не хотят сблизжаться со мной так, как мне бы этого хотелось. Я часто тревожусь, что другие люди, на самом деле, не любят меня, или не захотят остаться со мной. Я бы хотел полностью слиться с другим близким мне человеком, но это желание отпугивает людей; в) мне неловко сблизжаться с людьми. Мне трудно полностью доверять им, трудно позволить себе зависеть от них. Я нервничаю, когда у меня устанавливаются с кем-то близкие отношения и, часто, когда люди хотят, чтобы я был ближе, у меня это вызывает дискомфорт; 3) тест «Нервно-психическая адаптация» И.Н. Гурвича, «предназначенный для интегральной экспресс-оценки психического состояния в ходе массовых психопрофилактических (скрининговых) и индивидуальных обследований» [28, с. 6]. Методика позволила распределить студенческую выборку по уровням психического здоровья, а также сделать диагностическое заключение об общем уровне нервно-психической адаптации испытуемых и предложить соответствующие рекомендации; 4) самооценка уровня субъективной психологической безопасности на основе шкалы Р. Лайкерта в интервале от 1 до 7 баллов: 1 – Есть ощущение, что я в беде; 2 – Не чувствую себя в безопасности; постоянное ощущение неуверенности, давления, зависимости, угрозы; 3 – Есть многое, от чего я не чувствую себя в полной безопасности; 4 – Есть некоторые аспекты моей жизни, из-за которых я чувствую себя не очень комфортно и безопасно; 5 – Нормальный. Нет явного давления и угроз; 6 – Достаточно высокий. Не чувствую никакого давления или угроз; 7 – Очень высокий. Полный комфорт и безопасность.

Математико-статистическая обработка данных выполнена на основе пакета MS Office Excel, IBM SPSS Statistics 23. Применялись корреляционный анализ эмпирических данных (коэффициент ранговой корреляции Спирмена) и сравнительный анализ (достоверность межгрупповых различий устанавливалась по t-критерию Стьюдента).

Результаты исследования

1. Результаты изучения типа привязанности

Тип привязанности изучался у студентов в зависимости от половой принадлежности, а также в совокупной студенческой выборке. Результаты распределения студентов обеих выборок по типу привязанности, который был выявлен с помощью «шкалы взрослой привязанности для близких отношений», представлены ниже в таблице 1.

Таблица 1.

**Распределение студентов мужской и женской выборки
в зависимости от типа привязанности**

Тип привязанности	Мужская выборка		Женская выборка	
	Чел.	%	Чел.	%
1. Надежный	15	45,5	42	43,3
2. Тревожный	10	30,3	42	43,3
3. Избегающий	8	24,2	13	13,4

Как показывает таблица 1, доля студентов с надежной привязанностью несколько больше в мужской выборке (45,5%), чем в женской (43,3%), и в ней также больше доля студентов с избегающим типом привязанности, но меньше – с тревожным.

Что касается распределения совокупной студенческой выборки по типам привязанности, определенным по двум методикам, – «шкале взрослой привязанности для близких отношений» и методике самоопределения типа привязанности, то результаты оказались согласованными. Надежный тип привязанности обнаружен у 57 студентов (их доля в совокупной выборке составила 43,8%), тревожный – у 52 студентов (40,0%), избегающий – у 21 студента (16,2%). Это распределение отображает рисунок 1.

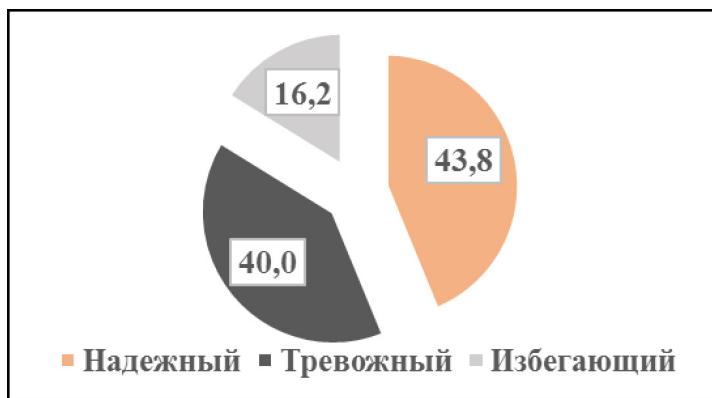


Рис. 1. Процентное распределение совокупной студенческой выборки по типам привязанности

Обобщая полученные результаты изучения привязанности, отметим, что доля испытуемых с надежной привязанностью составила меньше половины выборки (43,8%). Эти студенты, сближаясь с другими людьми, не

боятся быть покинутыми, легко и свободно общаются, регулируют межличностные отношения, признают зависимость и принимают ее как факт. В то же время 40% обследованных студентов часто тревожатся, что их отвергнут или оставят, если они позволят себе близость в кем-то или допустят привязанность к кому-то (имеют тревожный тип привязанности). Около 16% студентов испытывают мучительные чувства при сближении с другими людьми; им неудобно и дискомфортно сознавать свою зависимость от других, а зависимость других людей от них их пугает и напрягает (у них выявлен избегающий тип привязанности).

2. Результаты диагностики нервно-психического здоровья студентов и общего показателя нервно-психической адаптации

Как и первые два параметра, состояние нервно-психического здоровья изучалось в мужской и женской студенческих выборках. В каждой из них также определялся групповой показатель нервно-психической адаптации. Результаты анализа полученных данных отображены ниже в таблице 2.

Таблица 2.

Распределение студентов мужской и женской выборок по уровням нервно-психического здоровья и групповые показатели нервно-психической адаптации

Уровни нервно-психического здоровья	Мужская выборка		Женская выборка		Совокупная выборка	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
1. Полное психическое здоровье. Нервно-психическая устойчивость. Отсутствие признаков стресса (до 20 баллов)	12	36,4	26	26,8	38	29,2
2. Ограниченное психическое здоровье. Нервно-психическая устойчивость. Отсутствие признаков стресса (21-30 баллов)	11	33,3	29	29,9	40	30,8
3. Вероятность пограничной психической патологии, невротизации (31-40 баллов)	8	24,2	35	36,1	43	33,1
4. Вероятность выраженной психической патологии (более 40 баллов)	2	6,1	7	7,2	9	6,9
Групповой показатель нервно-психической адаптации	25,1		34,4		29,8	

Интерпретация результатов теста «Нервно-психическая адаптация» [28, с. 6] позволяет сделать следующее диагностическое заключение: мужская выборка находится на уровне, определяемом как «ограниченное психическое здоровье» (ее групповой показатель равен 25,1 балла,

т.е. находится в интервале 21-30 баллов), которое характеризуется нервно-психической устойчивостью и отсутствием признаков стресса, однако испытуемым рекомендуется консультация клинического психолога, углубленное психодиагностическое обследование и психопрофилактические мероприятия; в женской выборке есть «вероятность пограничной психической патологии, невротизации» (ее групповой показатель равен 34,4 балла, т.е. находится в интервале 31-40 баллов); студенткам рекомендуется консультация психиатра, а также комплексное лечение. Обе выборки имеют групповые показатели менее 40 баллов, и может показаться, что вероятность выраженной психической патологии не диагностирована. Однако при более детальном анализе в мужской выборке обнаружено 8 студентов (24,2%) с вероятностью пограничной психической патологии, невротизации и 2 студента (6,1%) – с вероятностью выраженной психической патологии; в женской выборке соответственно – 35 девушек (36,1%) и 7 девушек (7,2%).

Данные, приведенные в таблице 2, еще два года тому назад показались бы некорректными. Однако исследование проводилось в тот период, когда студенческая молодежь адаптировалась к новым условиям получения высшего образования. Судя по нашим данным, в новых условиях жизнедеятельности с той или иной степенью успешности адаптивными оказались около 70% студентов мужского пола и около 57% студентов женского (см. суммарно п.п. 1 и 2 в табл. 2). Это означает, что процесс нервно-психической адаптации у студентов женского пола сопряжен с большими затруднениями, чем у студентов мужского пола. В ходе сравнительного анализа этих данных установлены статистически значимые межгрупповые различия.

3. Результаты анализа субъективной психологической безопасности, полученные в мужской и женской студенческих выборках

Уровень субъективной психологической безопасности также выявлялся в мужской и женской выборках и при этом определялся групповой показатель этого исследуемого параметра. Результаты представлены ниже в таблице 3.

В качестве комментария к таблице 3 отметим, что нормальный, достаточно высокий и очень высокий уровень ощущения субъективной психологической безопасности в мужской выборке составил около 45%, а в женской – около 55% (см. суммарное значение п.п. 5, 6, 7 в табл. 2); групповой показатель этого изучаемого параметра выше у студентов женского пола. Около 15% юношей (см. суммарное значение п.п. 1, 2, 3 в табл. 2) и 11% девушек (суммарное значение п.п. 1, 2, 3 в табл. 2) на момент обследо-

дования явно жили с ощущением опасности, угрожающей им с нескольких сторон. Около 40% юношей и 34% девушек находились под воздействием какого-то одного обстоятельства (см. п. 4 в табл. 2), снижающего у них ощущение безопасности. Получается, что в ситуации действия ограничительных антиковидных мер и в условиях преимущественно дистантного обучения большее число девушек чувствовало себя более комфортно и меньше опасалось различного рода угроз, чем число юношей. Однако значимые различия в групповых показателях субъективной психологической безопасности юношей и девушек не обнаружены. Будучи сходными по уровню, они оказались меньше 5-и баллов из-за того, что около половины студентов отметило «нечто, отчего им не очень комфортно и безопасно».

Таблица 3.

**Распределение студентов двух выборок
по уровням субъективной психологической безопасности**

Уровни субъективной психологической безопасности (максимально – 7 баллов)	Мужская выборка		Женская выборка		Совокупная выборка	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
1 – Есть ощущение, что я в беде	1	3,0	0	0	1	0,8
2 – Постоянное ощущение неуверенности, давления, зависимости, угрозы	1	3,0	3	3,1	4	3,1
3 – Есть многое, от чего я не чувствую себя в полной безопасности	3	9,1	8	8,2	11	8,5
4 – Есть нечто, отчего мне не очень комфортно и безопасно	13	39,5	33	34,0	46	35,4
5 – Нормальный	8	24,2	31	32,0	39	30,0
6 – Достаточно высокий.	4	12,1	17	17,5	21	16,1
7 – Очень высокий	3	9,1	5	5,2	8	6,1
Групповой показатель субъективной психологической безопасности	4,5		4,7		4,6	

На следующем этапе исследования совокупная выборка студентов была разделена нами в зависимости от типов привязанности и соответственно им были определены групповые показатели субъективной психологической безопасности личности, а также нервно-психической адаптации. Полученные результаты представлены в таблице 4.

Данные таблицы 4 дают основание для вывода о том, что ощущение психологической безопасности более свойственно студентам с надежной привязанностью, что у них, относительно двух других групп, также самый благоприятный показатель нервно-психической адаптации. Малочислен-

ной относительно двух других групп, но наиболее уязвимой по этим двум параметрам оказалась группа студентов с избегающей привязанностью (показатель их нервно-психической адаптации (40,9 балла) оказался на границе: уровней: «вероятность пограничной психической патологии, невротизации» (31-40 баллов) и «вероятность выраженности психической патологии» (выше 40 баллов). Более вероятно, что эти данные репрезентируют наличие у испытуемых социально-психологической дезадаптации, а отнюдь не психической патологии. По этим двум параметрам были установлены статистически значимые межгрупповые различия, за исключением различий в самооценках субъективной психологической безопасности студентов с тревожным типом привязанности и избегающим типом (они недостоверны).

Таблица 4.

**Самооценка субъективной психологической безопасности
и показатели нервно-психической адаптации студентов трех групп,
выделенных в зависимости от типов привязанности**

Студенческие группы, выделенные по типу привязанности	Чел.	Самооценка субъективной психологической безопасности	Показатели нервно-пси- хической адаптации
		Средние значения	
I группа – студенты с надежной привязанностью	57	5,1	23,2
II группа – студенты с тревожной привязанностью	52	4,4	31,1
III группа – студенты с избегающей привязанностью	21	4,1	40,9

Корреляционный анализ полученных эмпирическим путем данных, выполненный по совокупной выборке студентов, показал следующие связи между изучаемыми переменными (они отражены в таблице 5).

Судя по результатам корреляционного анализа, представленным в таблице 5, отметим ряд тенденций: а) чем старше студенты, тем ближе их привязанность к «надежному» типу и наоборот; б) чем выше у студентов показатели субъективной психологической безопасности, тем ближе их привязанность к «надежному» типу и выше (благополучнее) показатели нервно-психической адаптации; в) чем ближе привязанность к «надежному» типу, тем выше (благополучнее) показатель нервно-психической адаптации; г) возраст согласуется с курсом обучения, что закономерно, а

курс обучения – с типом привязанности: чем дольше учатся студенты, тем их привязанность ближе к «надежному» типу.

Таблица 5.

Результаты анализа связей между изучаемыми параметрами личности

Что	С чем	r	p
Возраст	Тип привязанности	-0,251	0,000
Самооценка психологической безопасности личности	Тип привязанности	-0,335	0,000
	НП адаптация	-0,531	0,000
Тип привязанности	НП адаптация	0,517	0,000
Пол	НП адаптация	0,182	0,006
Курс обучения	Тип привязанности	-0,216	0,001

Таким образом, корреляционный анализ данных показал тесную связь типа привязанности с полом, возрастом, уровнем нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасностью личности.

Обсуждение

В ходе исследования были получены ответы на исследовательские вопросы, которые и выносятся на обсуждение:

1) в обследованной студенческой выборке более распространенным типом привязанности оказался «надежный» тип (его доля составила 43,8%). Доля студентов с тревожным типом оказалась равной 40%, а с избегающим – 16,2%;

2) *по состоянию нервно-психического здоровья* выборка распределилась следующим образом: полное психическое здоровье диагностировано у 38 студентов (29,2%); ограниченное психическое здоровье – у 40 чел. (30,8%); вероятность пограничной психической патологии, невротизации предположена у 43 чел. (33,1%); вероятность выраженной психической патологии – у 9 чел. (6,9%). *Общий уровень нервно-психической адаптации* составил 29,8 балла, что характеризует выборку как имеющую ограниченное психическое здоровье, однако сохраняющую нервно-психическую устойчивость, без признаков стресса; при этом общий уровень нервно-психической адаптации достоверно выше в группе студентов мужского пола (25,1 балла против 34,4 балла у студентов женского пола, где доля студентов с вероятностью пограничной психической патологии, невротизации значительно выше (24,2% против 36,1%), а также выше доля выраженной психической патологии (6,1% против 7,2%). *Оценка субъективной психологической безопасности личности* показала, что студенты с

низким уровнем этого параметра (ощущают себя в беде; давление, неуверенность, зависимость, угрозу; есть многое, из-за чего они не чувствуют себя в безопасности) находятся в меньшинстве – 16 чел. (12,4%); студенты с низким уровнем, тяготеющим к среднему (есть нечто, отчего им не очень комфортно и безопасно) составляют большинство – 46 чел. (35,4%); студентов со средним (нормальным) уровнем в выборке 39 чел. (30,0%); с высоким и очень высоким – 29 чел. (22,2%). При этом групповые показатели субъективной психологической безопасности в мужской и женской выборках практически равны (4,5 балла – у юношей, 4,7 балла – у девушек) и соответствуют среднему (нормальному) уровню;

3) существует тесная связь типа привязанности с уровнем нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасностью личности, а также с полом и возрастом; высокие показатели субъективной психологической безопасности и нервно-психической адаптации тесно связаны с «надежным» типом привязанности, низкие – с «тревожным» и особенно тесно – с «избегающим» типами;

4) студенты с «надежным» типом привязанности характеризуются более высокими показателями нервно-психического здоровья, они в большей степени нервно-психически адаптированы и более высоко оценили собственную психологическую безопасность.

Сравнительный анализ данных показал: а) тенденцию к значимым различиям между мужской и женской студенческими выборками по доле студентов с надежным типом привязанности (среди студентов мужского пола эта доля выше); б) тенденцию к значимым различиям по уровню субъективной психологической безопасности (в женской выборке его показатель выше); в) статистически значимые межгрупповые различия по уровню нервно-психической адаптации (студенты мужского пола оказались достоверно более адаптированными, чем студенты женского пола). Из этого вытекает следующий (несколько парадоксальный) вывод: девушки ощущают себя более психологически защищенными, чем юноши, но в то же время они менее адаптированы, нежели юноши, а юноши – наоборот.

Поиск данных для сравнения с полученными нами результатами показал дефицит искомых научных разработок. Однако отметим тот факт, что в нашем случае «надежная» привязанность оказалась благоприятным фактором нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасности студентов, а это значит, что данное исследование пополняет число разработок, раскрывающих позитивную роль типа «надежная привязанность» в благополучии личности (см. ее позитивную роль в учебе

[11], самоофективности [47], конструктивности в конфликтных ситуациях [20], устойчивости к психической травме [18], копинге [34], совладании с депрессией [44]).

Полученные результаты по тесту И.Н. Гурвича были сопоставлены нами с результатами, полученными группой исследователей в 2011 году [25]. Ими было установлено, что примерно половина студентов младших курсов психически дезадаптирована (имеет умеренную степень выраженности этого параметра). У студентов были выявлены психические и физические симптомы дезадаптации, которые эти авторы объяснили перенапряжением адаптационных механизмов. В итоге ими сделан вывод о необходимости сопровождения студентов в процессе обучения (Пискун, Петрова, Венгерова, Варзин, Чистяков, 2011). Заметим, что выше речь шла о первокурсниках, причем в иных, более устойчивых условиях общественного развития. В нашем случае выборку составили студенты старших курсов, однако результаты оказались сходными, что косвенно подтверждает негативное влияние пандемии COVID-19 на психологическое здоровье студенческой молодежи.

П.А. Кисляков, изучая психологическую безопасность студентов в аспекте их устойчивости к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19, пришел к выводу, что половина из 218 юношей и девушек, обучающихся в вузах города Москвы и города Иваново, нуждается в социальной поддержке [19].

Таким образом, выдвинутая в начале исследования гипотеза в целом нашла свое подтверждение: студенты с «надежным» типом привязанности, в отличие от студентов с «ненадежными» типами, – избегающим и тревожным, имеют более высокий уровень нервно-психического здоровья, нервно-психической адаптации и субъективной психологической безопасности; тип привязанности играет большую роль в том, насколько успешно адаптируются студенты в изменившихся условиях жизнедеятельности, с каким субъективным ощущением (опасности или безопасности) они живут в наличных обстоятельствах.

Заключение

Как выяснилось, доля обследованных студентов с «надежным» типом привязанности не достигает и половины выборки, а, следовательно, доля обследованных студентов с вероятностью нарушения нервно-психического здоровья и ощущением психологической опасности составляет несколько большую ее часть. Очевидно, что необходимы меры содействия

процессу адаптации тех студентов, которые испытывают значительные трудности, причем с учетом фактора пола, поскольку юноши, будучи более нервно-психически адаптированными, ощущают себя менее психологически защищенными, чем девушки, а девушки ощущают себя более психологически защищенными, чем юноши, но в то же время они менее адаптированы. Из чего следует, что студенты мужского пола больше нуждаются в мерах психологического характера, позволяющих им осознать непродуктивность избегающего и тревожного типов привязанности и, как следствие, снизить степень ощущения субъективной психологической угрозы для их личности, а студенты женского пола, в дополнение к выше названным мерам, нуждаются в помощи, нацеленной на преодоление состояния пограничной психической патологии и невротизации.

Полученные нами результаты могут быть полезны медицинским психологам, а также психиатрам. Например, ими может быть реализована идея коррекции «ненадежных» типов привязанности с целью формирования «надежного» типа, что будет способствовать укреплению нервно-психического здоровья и повышению субъективной психологической безопасности личности, а по сути являться коррекционно-профилактической деятельностью. Для этой цели пригодны: психоаналитический подход, на основе которого создана долгосрочная психотерапия, основанная на привязанности (attachment-based psychotherapy) [9]; эклектическая модель краткосрочной эмоционально фокусированной психотерапии, включающая методы личностно-ориентированной психотерапии, гештальт-подхода, когнитивного, позитивного и других подходов.

Они также могут представлять интерес для кураторов студенческих групп, заместителей деканов по воспитательной работе, председателей студенческих советов, для самих студентов. Их можно использовать при модернизации системы воспитательной работы со студентами, организации психологической службы в вузах.

Список литературы

1. Авдеева Н.Н. Теория привязанности: современные исследования и перспективы // Современная зарубежная психология. 2017. Т. 6, № 2. С. 7-14. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2017060201>
2. Агузумян Р.В., Галстян А.С., Мурадян Е.Б. Психологическая безопасность личности студента // Вестник практической психологии образования. 2010. Т. 7, № 2. С. 56–63. URL: https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2010/n2/34622.shtml (дата обращения: 07.10.2021).

3. Акаев Д.И., Матюхина М.И. Особенности изменения психического здоровья студентов в период пандемии COVID-19 // Молодой ученый. 2021. № 5(347). С. 116-118. URL: <https://moluch.ru/archive/347/78035/> (дата обращения: 28.12.2021).
4. Асанова Н.К. Интервью для взрослых о привязанности: метод. пособие. М.: Институт детской психотерапии и психоанализа, 1997. 16 с.
5. Аскатова К.Б., Брызгалова Ю.М., Лачинова Д.И., Шакриаламова А.Л. Психическое и психологическое здоровье студентов во время пандемии COVID-19 // Проблемы современны социокультурных исследований: сб. науч. тр. по материалам Междунар. науч.-практ. конф. 27 октября 2020 г. Белгород: ООО «АПНИ», 2020. С. 59-64. URL: <https://apni.ru/article/1308-psikhicheskoe-i-psikhologicheskoe-zdorove> (дата обращения: 19.12.2021)
6. Баев Н.Н., Баева И.А. Психологические ресурсы защищенности студентов как показатель психологической безопасности личности // Психолого-педагогические исследования. 2013. № 1. С. 21-30. URL: http://psyedu.ru/journal/2013/1/Baev_Baeva.phtml (дата обращения: 28.12.2021).
7. Баякина О.А. Соотношение понятий психического и психологического здоровья личности // Известия Самарского научного центра РАН, 2009. Т. 11, № 4(5). С. 1195-1199.
8. Боулби Дж, Эйнсворг М., Бенедек Т. Психология привязанности. ERGO, 2005. 235 с.
9. Бриш К.Х. Терапия нарушений привязанности: От теории к практике /Пер. с нем. М.: Когито-Центр, 2012. 316 с. (Клиническая психология)
10. Буххайм А., Дороднов Д., Кехеле Х. Привязанность и депрессивная психопатология у взрослых // Московский психотерапевтический журнал. 2008. № 2(57). С. 72-99.
11. Волкова Е.Е. Типы привязанности студентов и их успешность обучения в вузе // Вестник Кемеровского государственного университета. 2017. № 2. С. 123-128. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2017-2-123-128>
12. Воробьева Т.Г., Дементьева Е.В., Турманидзе В.Г., Турманидзе А.В. Психологическая адаптация студентов в период обучения // Вестник НВГУ. 2016. № 2. <https://vestnik.nvsu.ru/2311-1402/article/view/49464>
13. Гадельянина Т.Г. Структурно-уровневая концепция психической адаптации // Вестник ТГУ. 2011. Вып. 6(108). С. 161-164.
14. Дубровина И.В. Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности // Вестник практической психологии образования. 2009. № 3. С. 17-21.
15. Зогова О.Ю. Социально-психологическая безопасность личности: Автореф. дис. ... д-ра. психол. наук. Москва, 2011. 52 с.

16. Казанцева Т.В. Адаптация модифицированной методики «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р.К. Фрейли // Известия РГПУ им. Герцена. 2008. № 74-2. С. 139-143.
17. Калмыкова Е.С., Гагарина М.А., Падун М.А. Роль типа привязанности в генезе и динамике аддиктивного поведения // Психологический журнал. 2016. № 2. С. 39-45.
18. Калмыкова Е.С., Падун М.А. Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме // Журнал практической психологии и психоанализа. 2002. № 1. С. 35-44.
19. Кисляков П.А. Психологическая устойчивость студенческой молодежи к информационному стрессу в условиях пандемии COVID-19 // Перспективы науки и образования. 2020. № 5(47). С. 343-356. <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.2>
20. Красило Т.А., Кежватова Е.А. Взаимосвязь между типом привязанности и уровнем конфликтности у студентов // Социальная психология и общество. 2017. Т. 8, № 2. С. 85-100. <https://doi.org/10.17759/sps.2017080206>
21. Красило Д.А., Красило Т.А., Залипаева А.Н. Автономия и привязанность в отношениях с родителями в контексте реального самоопределения у студентов // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12. № 1. С. 113-125. <https://doi.org/10.17759/sps.2021120108>
22. Краснянская Т.М., Тылец В.Г. Время опасности и безопасности в субъектном опыте студентов // Известия Саратовского университета. Серия: Акмеология образования. Психология развития. 2016. № 3. С. 231-236. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2016-5-3-231-236>
23. Левин А., Хеллер Р. Подходим друг другу. Как теория привязанности может создать гармоничные отношения. М.: МИФ, 2012. 256 с.
24. Лихи Р. Ревность. Как с ней жить и сохранить отношения. СПб.: Питер, 2019. 250 с.
25. Пискун О.Е., Петрова Н.Н., Венгерова Н.Н., Варзин С.А., Чистяков В.А. Результаты мониторинга психофизической адаптации студентов к обучению и разработка комплекса мер по охране их здоровья // Вестник Санкт-Петербургского университета. Медицина. 2011. № 1. С. 81-91.
26. Потупчик Т.В., Эверт Л.С., Гришкевич Н.Ю. Характеристика социально-психологической адаптации и нервно-психического здоровья студентов разных форм обучения // Сибирское медицинское обозрение. 2019. № 4(118). <https://doi.org/10.20333/2500136-2019-4-54-61>
27. Прокофьев Д. Студенты после пандемии: больше тревоги, меньше агрессии // Ректор ВУЗа. 2021. № 4. С. 30-31.

28. Психологический инструментарий по организации психологической работы в экстремальных ситуациях / сост. А.И. Горбачев, С.М. Ширко. Мн.: БГУ, 2016. 42 с.
29. Рогинская Т.П. Психическое здоровье студентов // Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. СПб.: Питер, 2006. С. 466-480.
30. Сабельникова Н. В. Методы исследования привязанности в процессе возрастного развития в современной зарубежной психологии // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2008. №3. С. 36-47.
31. Сорокоумова Е.А., Чердымова Е.И., Пучкова Е.Б., Темнова Л.В. Студенты в период пандемии COVID-19: понимание ситуации самоизоляции // Научное обозрение. Серия 1. Экономика и право. 2020. № 3. С. 196-205. <https://doi.org/10.26653/2076-4650-2020-3-18>
32. Субботина Л. Ю., Чудакова Т. Л. Взаимовлияние безопасности личности и ее свойств // Ярославский педагогический вестник. 2021. № 2(119). С. 87-95. http://vestnik.yspu.org/releases/2021_2/13.pdf
33. Тырсикова А.Д. Формирование стратегий психологической безопасности студентов вуза: дис. ... канд. психол. наук. Пятигорск, 2012. 199 с.
34. Федотов И.А., Рудакова Д.А. Психологические защиты и копинг у людей с различными типами привязанности // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2016. № 2. С. 15-20.
35. Фурманов И.А. Взаимосвязь стиля привязанности и коммуникационных реакций на ревность: половые сходства и различия // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10. № 1. С. 115-133. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100107>
36. Цветкова Н.А., Рыбакова А.И. Особенности межличностных отношений с отцом у девушек, страдающих любовной аддикцией // Российский психологический журнал. 2018. Т. 15, № 3. С. 116-143. <https://doi.org/10.21702/rpj.2018.3.6>
37. Цветкова Н.А., Эгамбердиева Е.В. Обоснование модели эмпирического исследования социально-психологических особенностей психологической безопасности личности в межкультурном взаимодействии // Ученые записки РГСУ. 2021. Т. 20, № 1(158). С. 74-85.
38. Цергой Т.А. Психологическая безопасность личности в субъективных ощущениях современных студентов // Наука: комплексные проблемы. 2014. № 1(2). С. 77-81.
39. Чистопольская К.А., Митина О.В., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Чубина С.А., Оволь С.Н., Дровосеков С.Э. Адаптация краткой версии «переработанного опросника «Опыт близких отношений» (ECR-R) на русскоязычной выборке // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 5. С. 87-98. <https://doi.org/10.31857/S020595920000838-7>

40. Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N. and Rubin G.J. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence // *The Lancet*. 2020. Vol. 395. No. 10227. P. 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
41. Çiğdem Berber Çelik, Hatice Odaci, Subjective well-being in university students: what are the impacts of procrastination and attachment styles? // *British Journal of Guidance & Counselling*, 2020. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1803211>
42. Collins N.L. Working Models of Attachment: Implications for Explanation, Emotion, and Behavior // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 71. № 4. P. 810-832. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.4.810123>
43. Elaine Scharfe, Sex Differences in Attachment // *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*, 2017. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6>
44. Heather Monaghan Simon, Joanne DiPlacido, James Conway, Attachment Styles in College Students and Depression: The Mediating Role of Self Differentiation // *Mental Health & Prevention*. 2019. Vol. 13. P. 135-142. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2019.01.011>
45. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A., Kovaleva M.A., Savchenko D.V., Belyakova N.V., Denisenko S.I., Pchelina, V.V. Health and safety in the structure of value orientations and needs of the student youth // *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*. 2018. Vol. 10(8). P. 1976–1979.
46. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A. Prosocial Orientation of Russians During the COVID-19 Pandemic: Caring for Others and Yourself // *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. 629467. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.629467>
47. Neslihan Bolat, Hatice Odaci, High School Final Year Students' Career Decision-Making Self-Efficacy, Attachment Styles and Gender Role Orientations // *Current Psychology*. 2017. Vol. 36. P. 252–259. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9409-3>
48. Parola A., Rossi A., Tessitore F., Troisi G. & Mannarini S. Mental Health Through the COVID-19 Quarantine: A Growth Curve Analysis on Italian Young Adults // *Front. Psychol*. 2020. Vol. 11. 567484. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567484>
49. Ritva Horppu, Merja Ikonen-Varila. Are Attachment Styles General Interpersonal Orientations? Applicants' Perceptions and Emotions in Interaction with Evaluators in a College Entrance Examination // *Journal of Social and Personal Relationships*. 2001. Vol. 18(1). P. 131-148. <https://doi.org/10.1177/0265407501181006>
50. Scharfe E., Bartholomew K. Reliability and stability of adult attachment patterns // *Personal Relationships*. 1994. Vol. 1(1). P. 23-43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00053.x>

References

1. Avdeeva N.N. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya*, 2017, vol. 6, no. 2, pp. 7-14. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2017060201>
2. Aguzumtsyan R.V., Galstyan A.S., Muradyan E.B. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya*, 2010, vol. 7, no. 2, pp. 56–63. https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2010/n2/34622.shtml
3. Akaev D.I., Matyukhina M.I. *Molodoy uchenyy*, 2021, no. 5(347), pp. 116-118. <https://moluch.ru/archive/347/78035/>
4. Asanova N.K. *Interv'y u dlya vzroslykh o privyazannosti: metod. posobie* [Interviews for Adults on Attachment]. Moscow: Institute of Child Psychotherapy and Psychoanalysis, 1997, 16 p.
5. Askatova K.B., Bryzgalova Yu.M., Lachinova D.I., Shakrialamova A.L. *Problemy sovremennyy sotsiokul'turnykh issledovaniy: sb. nauch. tr. po materialam Mezhdunar. nauch-prakt. konf. 27 oktyabrya 2020* [Problems of modern socio-cultural research: coll. scientific tr. according to the materials of the International scientific-practical. conf. October 27, 2020]. Belgorod: OOO «APNI», 2020, pp. 59-64. <https://apni.ru/article/1308-psikhicheskoe-i-psikhologicheskoe-zdorove>
6. Baev N.N., Baeva I.A. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya*, 2013, no. 1, pp. 21-30. http://psyedu.ru/journal/2013/1/Baev_Baeva.phtml
7. Bayakina O.A. *Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra RAN*, 2009, vol. 11, no. 4(5), pp. 1195-1199.
8. Boulbi Dzh, Eynsvort M., Benedek T. *Psikhologiya privyazannosti* [Psychology of Attachment], ERGO, 2005, 235 p.
9. Brish K.Kh. *Terapiya narusheniy privyazannosti: Ot teorii k praktike* /Per. s nem. M.: Kogito-Tsentr, 2012. 316 s. (Klinicheskaya psikhologiya)
10. Bukhkhaym A., Dorodnov D., Kekhele Kh. *Privyazannost' i depressivnaya psikhopatologiya u vzroslykh* // *Moskovskiy psikhoterapevticheskiy zhurnal*. 2008. № 2(57). S. 72-99.
11. Volkova E.E. *Tipy privyazannosti studentov i ikh uspeshnost' obucheniya v vuze* // *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*. 2017. № 2. S. 123-128. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2017-2-123-128>
12. Vorob'eva T.G., Dement'eva E.V., Turmanidze V.G., Turmanidze A.V. *Vestnik NVGU*, 2016, no. 2. <https://vestnik.nvsu.ru/2311-1402/article/view/49464>
13. Gadelynina T.G. *Vestnik TGU*, 2011, issue 6(108), pp. 161-164.
14. Dubrovina I.V. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya*, 2009, no. 3, pp. 17-21.
15. Zotova O.Yu. *Sotsial'no-psikhologicheskaya bezopasnost' lichnosti* [Socio-psychological security of the individual]. Moscow, 2011, 52 p.

16. Kazantseva T.V. *Izvestiya RGPU im. Gertsena*, 2008, no. 74-2, pp. 139-143.
17. Kalmykova E.S., Gagarina M.A., Padun M.A. *Psikhologicheskij zhurnal*, 2016, no. 2, pp. 39-45.
18. Kalmykova E.S., Padun M.A. *Zhurnal prakticheskoy psikhologii i psikhoanaliza*, 2002, no. 1, pp. 35-44.
19. Kislyakov P.A. *Perspektivy nauki i obrazovaniya*, 2020, no. 5(47), pp. 343-356. <https://doi.org/10.32744/pse.2020.5.2>
20. Krasilo T.A., Kezhvatova E.A. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2017, vol. 8, no. 2, pp. 85-100. <https://doi.org/10.17759/sps.2017080206>
21. Krasilo D.A., Krasilo T.A., Zalipaeva A.N. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2021, vol. 12, no. 1, pp. 113-125. <https://doi.org/10.17759/sps.2021120108>
22. Krasnyanskaya T.M., Tylets V.G. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya*, 2016, no. 3, pp. 231-236. <https://doi.org/10.18500/2304-9790-2016-5-3-231-236>
23. Levin A., Kheller R. *Podkhodim drug drugu. Kak teoriya privyazannosti pomozhet sozdat' garmonichnye otnosheniya* [Matching each other. How attachment theory can help create harmonious relationships]. M.: MIF, 2012, 256 p.
24. Likhi R. *Revnost'. Kak s ney zhit' i sokhranit' otnosheniya* [jealousy. How to live with her and maintain a relationship]. SPb.: Piter, 2019, 250 p.
25. Piskun O.E., Petrova N.N., Vengerova N.N., Varzin S.A., Chistyakov V.A. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Meditsina*, 2011, no. 1, pp. 81-91.
26. Potupchik T.V., Evert L.S., Grishkevich N.Yu. *Sibirskoe meditsinskoe obozrenie*, 2019, no. 4(118). <https://doi.org/10.20333/2500136-2019-4-54-61>
27. Prokof'ev D. *Rektor VUZa*, 2021, no. 4, pp. 30-31.
28. *Psikhologicheskij instrumentarij po organizatsii psikhologicheskoy raboty v ekstremal'nykh situatsiyakh* [Psychological tools for organizing psychological work in extreme situations] / A.I. Gorbachev, S.M. Shirko. Mn.: BGU, 2016, 42 p.
29. Roginskaya T.P. *Psikhologiya zdorov'ya* [Psychology of health] / ed. G.S. Nikiforov. SPb.: Piter, 2006, pp. 466-480.
30. Sabel'nikova N. V. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sotsiologiya*, 2008, no. 3, pp. 36-47.
31. Sorokoumova E.A., Cherdymova E.I., Puchkova E.B., Temnova L.V. *Nauchnoe obozrenie. Seriya 1. Ekonomika i pravo*, 2020, no. 3, pp. 196-205. <https://doi.org/10.26653/2076-4650-2020-3-18>
32. Subbotina L. Yu., Chudakova T. L. *Yaroslavskiy pedagogicheskij vestnik*, 2021, no. 2(119), pp. 87-95. http://vestnik.yspu.org/releases/2021_2/13.pdf

33. Tyrsikova A.D. *Formirovanie strategiy psikhologicheskoy bezopasnosti studentov vuza* [Formation of psychological safety strategies for university students]. Pyatigorsk, 2012, 199 p.
34. Fedotov I.A., Rudakova D.A. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitiye*, 2016, no. 2, pp. 15-20.
35. Furmanov I.A. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 2019, vol. 10, no. 1, pp. 115-133. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100107>
36. Tsvetkova N.A., Rybakova A.I. *Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal*, 2018, vol. 15, no. 3, pp. 116-143. <https://doi.org/10.21702/rpj.2018.3.6>
37. Tsvetkova N.A., Egamberdieva E.V. *Uchenye zapiski RGSU*, 2021, vol. 20, no. 1(158), pp. 74-85.
38. Tsergoy T.A. *Nauka: kompleksnye problem*, 2014, no. 1(2), pp. 77-81.
39. Chistopol'skaya K.A., Mitina O.V., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Semikin G.I., Chubina S.A., Ovol' S.N., Drovosekov S.E. *Psikhologicheskiy zhurnal*, 2018, vol. 39, no. 5, pp. 87-98. <https://doi.org/10.31857/S020595920000838-7>
40. Brooks S.K., Webster R.K., Smith L.E., Woodland L., Wessely S., Greenberg N. and Rubin G.J. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence. *The Lancet*, 2020, vol. 395, no. 10227, pp. 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
41. Çiğdem Berber Çelik, Hatice Odaci, Subjective well-being in university students: what are the impacts of procrastination and attachment styles? *British Journal of Guidance & Counselling*, 2020. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1803211>
42. Collins N.L. Working Models of Attachment: Implications for Explanation, Emotion, and Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, vol. 71, no. 4, pp. 810-832. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.4.810123>
43. Elaine Scharfe, Sex Differences in Attachment. *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*, 2017. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6>
44. Heather Monaghan Simon, Joanne DiPlacido, James Conway, Attachment Styles in College Students and Depression: The Mediating Role of Self Differentiation. *Mental Health & Prevention*, 2019, vol. 13, pp. 135-142. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2019.01.011>
45. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A., Kovaleva M.A., Savchenko D.V., Belyakova N.V., Denisenko S.I., Pchelina V.V. Health and safety in the structure of value orientations and needs of the student youth. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 2018, vol. 10(8), pp. 1976–1979.
46. Kislyakov P.A., Shmeleva E.A. Prosocial Orientation of Russians During the COVID-19 Pandemic: Caring for Others and Yourself. *Frontiers in Psychology*, 2021, vol. 12, 629467. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.629467>

47. Neslihan Bolat, Hatice Odacı, High School Final Year Students' Career Decision-Making Self-Efficacy, Attachment Styles and Gender Role Orientations. *Current Psychology*, 2017, vol. 36, pp. 252–259. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9409-3>
48. Parola A., Rossi A., Tessitore F., Troisi G. & Mannarini S. Mental Health Through the COVID-19 Quarantine: A Growth Curve Analysis on Italian Young Adults. *Front. Psychol.*, 2020, vol. 11, 567484. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567484>
49. Ritva Horppu, Merja Ikonen-Varila. Are Attachment Styles General Interpersonal Orientations? Applicants' Perceptions and Emotions in Interaction with Evaluators in a College Entrance Examination. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2001, vol. 18(1), pp. 131-148. <https://doi.org/10.1177/0265407501181006>
50. Scharfe E., Bartholomew K. Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, 1994, vol. 1(1), pp. 23-43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00053.x>

ДАнные ОБ АВТОРАХ

Цветкова Надежда Александровн, доктор психологических наук, доцент, главный научный сотрудник

Федеральное казенное учреждение «Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний» (ФКУ НИИ ФСИН России)

ул. Житная, 14, г. Москва, 119991, Российская Федерация
TsvetkovaNA@yandex.ru

Кисляков Павел Александрович, доктор психологических наук, доцент, профессор факультета психологии

Федеральное государственное образовательное учреждение «Российский государственный социальный университет»
ул. Лосиноостровская, 24, г. Москва, 107150, Российская Федерация
rack.81@mail.ru

Волodarская Елена Александровна, доктор психологических наук, доцент; ведущий научный сотрудник Центра организации науки и наукoведения

Институт истории естествознания и техники им. С.И. Вавилова
Российской Академии наук (ИИЕТ РАН)

*ул. Балтийская, 14, г. Москва, 125315, Российская Федерация
eavolod@gmail.com*

DATA ABOUT THE AUTHORS

Nadezhda A. Tsvetkova, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Chief Scientific Officer

*Research Institute of the Federal Penitentiary Service
14, Zhitnaya Str., Moscow, 119991, Russian Federation*

TsvetkovaNA@yandex.ru

SPIN-code: 1681-2189

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0967-205X>

ResearcherID: V-1958-2017

Scopus Author ID: 57190443351

Pavel A. Kislyakov, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Professor of the Department of Psychology

Russian State Social University

24, Losinoostrovskaya Str., Moscow, 107150, Russian Federation

pack.81@mail.ru

SPIN-code: 1375-5625

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1238-9183>

ResearcherID: E-4701-2016

Scopus Author ID: 56348736600

Elena A. Volodarskaya, Dr. Sci. (Psychology), Associate Professor, Leading Researcher

S.I. Vavilov Institute for the History of Science and Technology of the Russian Academy of Sciences

14, Baltiyskaya Str., Moscow, 125315, Russian Federation

eavolod@gmail.com

SPIN-code: 7770-5084

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9879-0336>

ResearcherID: G-5028-2016

Scopus ID: 16242998700

Поступила 07.12.2021

После рецензирования 14.12.2021

Принята 21.12.2021

Received 07.12.2021

Revised 14.12.2021

Accepted 21.12.2021