

На правах рукописи



КОВАЛЬЧУК Дмитрий Федорович

СМЫСЛОВАЯ РЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ЛИЧНОСТИ В
СИТУАЦИИ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ
(НА ПРИМЕРЕ ПАНДЕМИИ COVID-19)

5.3.1 – Общая психология,
психология личности, история психологии
(психологические науки)

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Краснодар, 2024

Работа выполнена на кафедре педагогики и психологии
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Кубанский государственный университет»

Научный руководитель: **Бонкало Татьяна Ивановна**
доктор психологических наук, доцент

**Официальные
оппоненты:** **Абакумова Ирина Владимировна**
доктор психологических наук, профессор,
академик РАО, декан факультета психологии,
педагогике и дефектологии, заведующий кафедрой
общей и консультативной психологии
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Донской государственный технический
университет»

Цветкова Надежда Александровна
доктор психологических наук, доцент,
главный научный сотрудник Федерального казенного
учреждения «Научно-исследовательский институт
Федеральной службы исполнения наказаний»

Ведущая организация: Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Российский государственный гуманитарный
университет» (г. Москва)

Защита состоится «12» апреля 2024 года в 13.00 часов на заседании
диссертационного совета 24.2.320.02, созданного на базе ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет» по адресу: 350040, г. Краснодар, ул.
Ставропольская, 149.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет» по адресу: 350040, г. Краснодар, ул.
Ставропольская, 149 (читальный зал) и на официальном сайте вуза:
<http://docspace.kubsu.ru/docspace/handle/1/1720>.

Текст автореферата размещен на официальном сайте Высшей аттестационной
комиссии (ВАК): <http://vak.minobrnauki.gov.ru>; и на сайте ФГБОУ ВО «Кубанский
государственный университет»: <http://kubsu.ru/science/dissertations/24232002>.

Автореферат разослан «___» _____ 2024 г.

Ученый секретарь диссертационного совета,
кандидат педагогических наук



О.В. Назарова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования. В 2020 году все человечество столкнулось с реальной угрозой распространения опасной и новой коронавирусной инфекции COVID-19. Совершенно очевидно, что пандемия COVID-19 стала серьезным стресс фактором, обуславливающим возникновение и развитие негативных психических состояний – состояний тревоги, страха, опустошенности, депрессии, - нарушающих психическое здоровье личности.

На переживания за свое здоровье и здоровье близких, вследствие реальной возможности инфицирования и приобретения опасной и неизвестной болезни, наслаиваются еще и состояния неуверенности в завтрашнем дне, тревоги за свое будущее и будущее своих родных, родителей и детей, переживания по поводу изменения привычного образа жизни, страх потерять все то, что составляло ее основу и было источником материального и психологического благополучия.

Неуверенность, отсутствие достоверных знаний о сущности и природе инфекции, их противоречивость, неточность и нечеткость, множественность вариантов развития событий, невозможность их контролировать и прогнозировать обуславливают трудности в осмыслении ситуации, возникшей вследствие пандемии COVID-19, восприятие ее как ситуации неопределенности, запускающей специфические психологические механизмы смыслообразования и смыслового регулирования психических состояний и переживаний.

Раскрытие таких механизмов необходимо для разработки эффективных способов и приемов оказания действенной психологической помощи населению в ситуации неопределенности, вызванной пандемиями разных этиологий. Научно обоснованные сведения о смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности могут стать основой для дальнейшего осмысления проблемы организации психической активности в трудных, кризисных условиях жизнедеятельности.

Степень научной разработанности темы исследования. Теоретический анализ показал, что вопросы психических состояний личности, их психологической природы, закономерностей и механизмов, факторов и условий возникновения и развития являются одними из центральных в психологических исследованиях. За историю развития психологического знания сформировалось несколько подходов к их изучению: гносеологический (Н.Д. Левитов, В.И. Панов и др.), субъектно-деятельностный (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, В.В. Знаков, Л.В. Куликов, А.О. Прохоров, С.Л. Рубинштейн и др.), деятельностный (А.Н. Леонтьев, А.Б. Леонова, Е.П. Ильин, С.Л. Рубинштейн и др.), системный (В.А. Ганзен, В.П. Кузьмин, Б.Ф. Ломов, В.Н. Юрченко и др.).

Вопросы регуляции и саморегуляции также являются объектом пристального внимания ученых-психологов. На сегодняшний день разработаны теории, раскрывающие психологическую природу регуляторных процессов: теория В.И. Моросановой, в основе которой лежит идея решающей роли индивидуальных стилей саморегуляции; теории О.А. Конопкина, Ю.А. Голикова и А.Н. Костина, объясняющие механизмы осознанной саморегуляции

деятельности; концепция А.К. Осницкого, связанная с категорией регуляторного опыта; Г.Ш. Габреева посвящает свои труды проблемам регуляции жизненного пути и жизнедеятельности в целом; Л.Г. Дикая — саморегуляции функциональных состояний субъекта труда; Т.М. Панкратов — социального поведения. Одной из значимых для нашего исследования является теория смысловой регуляции психических состояний личности, разработанная А.О. Прохоровым.

В современной психологии исследуются вопросы регуляции поведения в стрессе (Е.А. Аронова, Н.А. Бабаева, Д.Г. Бадмаева, В.И. Евдокимов, В.Л. Марищук и др.), саморегуляции психической устойчивости (М.Ф. Секач и др.), психического здоровья личности (В.Н. Панкратов и др.), негативных психических состояний субъекта деятельности (И.Х. Мирзиев, О.И. Мухрыгина, Г.С. Никифоров, И.Н. Носс, А.К. Польшин, Т.О. Славнова, Л.С. Улановская, Ю.И. Филимоненко, Е.В. Фирулева и др.), его стрессовых состояний (В.А. Абабков, А.Я. Анцупов, Л.И. Вассерман, Л.А. Китаев-Смык, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко, Ю.В. Щербатых и др.).

В психологии личности традиционно выделяются произвольный и произвольный уровни регуляции, при этом, волевая, рефлексивная, ценностная и смысловая регуляции рассматриваются в качестве осознанных механизмов самоуправления психической активностью (В.А. Иванников, А.В. Карпов, О.А. Конопкин, Д.А. Леонтьев, В.И. Моросанова, А.О. Прохоров, А.В. Чернов, А.С. Шаров и др.).

Вместе с тем, в психологических теориях смысла (Дж. Келли, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, В.В. Столин, О.К. Тихомиров, Е.Н. Трубецкой, В. Франкл и др.), исследованиях психологических закономерностей развития динамической смысловой системы (А.Г. Асмолов), системы личностных смыслов (А.В. Серый), смыслообразующих мотивов (Е.Е. Насиновская), смысловых отношений (В.И. Слободчиков), механизмов смыслообразования (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, В.К. Вилюнас, Б.В. Зейгарник, В.П. Зинченко и др.) и смыслопорождения (А.Ф. Корниенко) содержится эмпирический и теоретический материал, свидетельствующий о влиянии смысловых структур личности на избирательное отношение к ситуации, определяющее ее психическое состояние.

Несмотря на достаточно большой объем научных исследований регуляторных процессов, вопросам смысловой регуляции психических состояний личности внимания уделяется неоправданно мало. Данной проблеме посвящены работы Е.М. Алексеевой, М.В. Ермолаевой, Н.А. Киселевской, Д.А. Леонтьева, Н.Р. Салиховой, А.О. Прохорова. А.О. Прохоров, разработав авторскую концепцию смысловой регуляции психических состояний, отмечает, что смысловая организация сознания обуславливает избирательное влияние ситуации на психическое состояние личности.

В связи с этим, для нашего исследования важное значение имеют работы, выполненные в рамках ситуационного подхода. Психологические теории ситуаций разработаны Л.Ф. Бурлачук, Н.В. Гришиной, Н.Б. Михайловой,

Н.Б. Парфеновой, С.А. Трифоновой, А.В. Филипповым; теории трудных жизненных ситуаций – О.В. Александровой, Л.И. Анцыферовой, Е.В. Битюцкой, И.Б. Дермановой и другими исследователями; ситуаций неопределенности - Б.С. Алишевым, Е.П. Белинской, Т.В. Корниловой. Вопросы понимания (В.В. Знаков), понимания ситуации (К.В. Линкевич, О.К. Тихомиров), ее когнитивной оценки (Е.В. Битюцкая, Т.Л. Крюкова) также являются важными для нашего исследования.

Помимо этого, в научных публикациях последнего года ситуация, вызванная пандемией COVID-19, рассматривается как ситуация неопределенности (Ю.В. Быхолец, М.В. Дан, П.И. Егорова, Л.С. Жиганов, Д.А. Никитина, Ю.Л. Огаркова, И.Г. Скотникова, Н.Е. Харламенкова), обуславливающая возникновение и развитие состояний тревоги, стресса, депрессии (более 10000 публикаций зарубежных и отечественных авторов).

Таким образом, результаты теоретического анализа позволили сформулировать целостную **научную задачу**, заключающуюся в уточнении сущности и механизма смысловой регуляции психических состояний личности и выявлении ее особенностей в ситуации неопределенности, вызванной распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19.

Объект исследования – процесс смысловой регуляции психических состояний личности.

Предмет исследования – взаимосвязь смысловых установок личности относительно ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19, и ее психических состояний.

Цель исследования – выявление психологического механизма смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19.

Основная гипотеза исследования состоит в предположении о том, что когнитивная оценка ситуации, вызванной пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности, в силу потребности в ее снижении, порождает возникновение разных типов ситуативных смысловых установок, регулирующих уровень тревожных переживаний личности, ее негативных психических состояний.

Из основной гипотезы вытекают **частные**:

1. Ситуация, вызванная пандемией COVID-19, оказывает негативное влияние на психическое состояние личности, обуславливая рост ее тревоги, беспокойства и страха.

2. В ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19, системы жизненных смыслов личности избирательно влияют на процессы ее смыслообразования, обуславливая особенности понимания ситуации и определяя содержание ее ситуативных смысловых установок.

3. Понимание ситуации, связанной с пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности, обуславливает высокий уровень нервно-психического напряжения личности, детерминируя снижение ее психологического самочувствия.

4. Содержание ситуативных смысловых установок личности относительно сущности и природы инфекции COVID-19, ограничительных мер, предпринимаемых в целях преодоления ее распространения, себя в период пандемии и своего будущего обуславливает уровень нервно-психического напряжения личности и определяет рельеф ее психических состояний.

В соответствии с целью и гипотезами исследования были поставлены следующие **задачи**:

1. Проанализировать современные научные представления о регуляторных процессах личности и в соответствии с результатами теоретического анализа раскрыть сущность и механизм смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19.

2. Эмпирически выявить особенности психических состояний лиц трудоспособного возраста в период пандемии COVID-19.

3. Исследовать особенности понимания личностью ситуации, связанной с пандемией COVID-19, выявить их взаимосвязь с системой ее жизненных смыслов и психическими состояниями.

4. Определить типы ситуативных смысловых установок и характер их взаимосвязи с психическими состояниями личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19.

5. Разработать методические рекомендации по смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19.

Теоретико-методологическая основа исследования. Исследование осуществлялось в соответствии с основными положениями системного (Б.Г. Ананьев, И.В. Блауберг, В.А. Ганзен, Б.Ф. Ломов, В.В. Никандоров, В.Н. Панферов и др.), ситуационного (Г.М. Андреева, Н.В. Гришина, П.Н. Шихирев, Л. Росс, А. Тэшфел и др.) и когнитивного (А. Бек, Л.С. Выготский, В.К. Зарецкий, Б.В. Зейгарник, Дж. Келли, А.Б. Холмогорова и др.) подходов с соблюдением принципов детерминизма (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, К. Хефер и др.), принципа единства сознания и деятельности (П.Я. Гальперин, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.), принципа относительной самостоятельности и принципа единства взаимосвязи (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.).

Исследование опирается на теоретические положения психологических теорий и концепций регуляции и саморегуляции личности (Г.Ш. Габдреева, Ю.А. Голиков, О.А. Конопкин, А.Н. Костин, В.И. Моросанова, А.К. Осницкий и др.); психологических теорий смысла (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Д.А. Леонтьев, Е.Е. Насиновская и др.); смысловой регуляции (Ф.Е. Василюк, Д.А. Леонтьев, О.К. Тихомиров и др.); психологии ситуаций (Л.Ф. Бурлачук, Ф.Е. Василюк, Н.В. Гришина, С.А. Трифонова, Л. Росс, Р. Ниссбет и др.), неопределенности (Е.П. Белинская, Т.В. Корнилова, Е.Т. Соколова и др.); психических состояний личности (В.Н. Ганзен, Е.П. Ильин, Н.Д. Левитов, В.Н. Мясищев, А.О. Прохоров и др.).

В исследовании учтены основные выводы и заключения исследований, посвященных проблемам:

— психических состояний личности в период пандемии COVID-19 (более 40 научных публикаций);

— понимания и когнитивной оценки ситуаций (В.В. Знаков, К.В. Линкевич, А.Н. Харитонов и др.);

— влияния смысловых установок и смысловых образований личности на психические состояния (Е.М. Алексеева, М.В. Ермолаева, А.Ф. Корниенко, А.О. Прохоров, Н.Р. Салихова, В.В. Столин и др.).

Методы и методики исследования. Исследование осуществлялось с помощью следующих методов: теоретических (анализ литературы, синтез, абстрагирование, моделирование), эмпирических (наблюдение, интервьюирование, анкетирование), психодиагностических (тестирование, ассоциативный метод, метод предельных смыслов, проективные методы), интерпретационных (кластерный анализ, контент-анализ, сравнительный анализ), статистических (расчет среднего арифметического, стандартного отклонения, медианы, частотное и процентное распределение, расчет t-критерия Стьюдента, U-критерия Манна Уитни, h-критерия Краскела Уоллиса, коэффициента корреляции по Спирмену, контент-анализ, кластерный анализ).

Были использованы следующие психодиагностические методики:

— методики, направленные на выявление психических состояний личности: дифференциальные шкалы эмоций (ДШЭ) (К. Изард), опросник нервно-психического напряжения (ОНПН) (В.Н. Карандашев), «Самочувствие. Активность. Настроение (САН)» (сотрудники Первого Московского медицинского института им. И.М. Сеченова), самооценка психических состояний Айзенка, клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний (К.К. Яхин, Д.М. Менделевич), методика «Духовный кризис» (Л.В. Шутова и А.В. Ляшук), «Рельеф психических состояний личности» А.О. Прохорова;

— методики, ориентированные на выявление смысловых структур личности в период пандемии: авторские методики (Опросник «Ситуативные смысловые установки личности в условиях пандемии COVID-19», методики «Определение степени выраженности признаков неопределенности в ситуации, связанной с COVID-19», и «Определение степени выраженности восприятия ситуации, связанной с COVID-19, как потенциальной угрозы»), а также методика «Система жизненных смыслов» В.Ю. Котлякова, методика изучения системы смысловых конструкторов как модификация метода ТРР, методика предельных смыслов Д.А. Леонтьева.

Эмпирическая база исследования. Исследование осуществлялось в онлайн-режиме на платформах ВКонтакте и FaceBook. Формирование исследовательских выборок осуществлялось в соответствии с критериями отбора – возраст, пол, условия работы (дистанционная форма, работа в обычном режиме, потеря работы вследствие пандемии), а также отсутствие близких родственников, перенесших заболевание, вызванное вирусом COVID-19,

наличие своей семьи и средние значения по шкале «Субъективное благополучие». В итоге всех предварительных процедур были сформированы две исследовательские выборки: 1) лица от 30 до 45 лет – 192 респондента, из них: 96 мужчин и 96 женщин; 2) лица от 46 до 61 года - 192 респондента, из них: 96 мужчин и 96 женщин.

Исследование осуществлялось в три основных этапа:

Первый этап включал в себя период до пандемии, когда был проведен теоретический анализ основных психологических концепций регуляции и саморегуляции, смысловой регуляции, теорий смысла, ситуаций, регуляции психической активности и психических состояний личности.

Второй этап (20 апреля – 30 ноября 2020 г.) – это сбор материала эмпирического исследования, проведенного в режиме онлайн с помощью отобранного диагностического инструментария. На этом этапе формировались исследовательские выборки, респондентами заполнялись бланки опросников, проводилось онлайн-консультирование по поводу их психических состояний, а также осуществлялась первичная обработка эмпирических данных.

Третий этап (2021 - 2023 гг.) – это вторичная математическая обработка результатов эмпирического исследования, их обобщение и систематизация, а также разработка методических рекомендаций по смысловой регуляции психических состояний личности в период неопределенности, вызванной пандемиями разной этиологии.

Результаты исследования, полученные лично соискателем, и их научная новизна.

Научная новизна исследования определяется, прежде всего, тем, что впервые был раскрыт психологический механизм смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19.

В результате проведенного исследования:

- уточнена сущность смысловой регуляции психических состояний личности, которая состоит в рассмотрении ее как процесса опосредованного влияния смысловых образований и новообразований личности на характер ее взаимодействия с объективно существующей ситуацией;

- раскрыты особенности взаимодействия ситуации и личности в период пандемии COVID-19, проявляющиеся в избирательном ее влиянии на психические состояния личности, обусловленном характером протекания процессов смыслопорождения при осмыслении возникшей ситуации;

- введено понятие ситуативной смысловой установки, под которой понимается первичный модус реагирования смысловых структур личности на ситуацию неопределенности, вызванной пандемией COVID-19;

- разработана типология ситуативных смысловых установок, образованных в период пандемии COVID-19 и отражающих субъективное представление о происхождении инфекции, об ограничительных мерах противодействия ее распространению, когнитивную оценку себя в период пандемии и своего будущего;

— определена опосредующая роль ситуативных смысловых установок личности, образованных в результате взаимодействия осознанных и неосознаваемых мыслительных процессов, в возникновении и развитии психических состояний в период пандемии COVID-19;

— обосновано положение о том, что понимание ситуации как ситуации неопределенности, характеризующейся такими признаками, как недостаток, противоречивость и нечеткость информации, невозможность контролировать ситуацию, многочисленность вариантов развития событий, отсутствие представлений о своем будущем, рассогласованность понимания ситуации и поведения окружающих, усиливает нервно-психическое напряжение личности, обуславливая ухудшение ее психологического самочувствия;

— разработаны методические рекомендации по оказанию психологической помощи личности в нестандартных жизненных ситуациях, вызванных неожиданными событиями в развитии общества.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты и теоретические обобщения дополняют психологические знания и расширяют современные научные представления о смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности.

При этом в исследовании:

— уточнен механизм смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19;

— определены признаки ситуации неопределенности, обуславливающие запуск механизма их снижения в силу соответствующих потребностей личности;

— выявлено, что снижение оценки ситуации как ситуации неопределенности ведет к стабилизации психического состояния личности;

— расширено представление о методах исследования смысловых структур личности и ее смысловых новообразованиях, порожденных в неожиданных ситуациях жизнедеятельности общества;

— введен и обоснован термин «ситуативная смысловая установка», отражающий результаты процесса смыслопорождения на основе имеющейся информации, поступающей из разных информационных источников;

— выявлены типы ситуативных смысловых установок личности относительно сущности и природы COVID-19, ограничительных мер, себя, своего поведения в ситуации неопределенности и своего будущего;

— установлено, что формирование ситуативных смысловых установок личности в период пандемии COVID-19 обусловлено системой ее жизненных смыслов;

— доказано, что тип ситуативной смысловой установки является фактором, обуславливающим особенности психического состояния личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19;

Практическая значимость исследования состоит в том, что его результаты могут стать теоретико-методологической основой исследования проблемы влияния смысловых структур личности и процессов

смыслообразования на ее психические состояния в нестандартных жизненных ситуациях, возникающих в истории развития общества.

В исследовании предложен авторский диагностический инструментарий, который может быть использован в процессе изучения ситуативных смысловых установок личности, образованных в ситуации пандемии разной этиологии.

Результаты проведенного исследования позволяют разработать целенаправленные программы по оказанию психологической помощи лицам трудоспособного возраста в ситуациях неопределенности, вызванной неожиданными событиями в развитии общества.

Личный вклад соискателя состоит в его непосредственном участии на всех этапах исследования, в разработке и реализации его программы, получении эмпирических данных, их интерпретации и обобщении, в апробации результатов исследования и подготовке научных публикаций.

Диссертация охватывает основные вопросы поставленной научной задачи и соответствует критерию внутреннего единства, что подтверждается наличием целостной концепции исследования, его программы и плана, непротиворечивостью методологической базы исследования, применяемыми эмпирическими методами, взаимосвязанностью выводов и теоретических положений.

Положения, выносимые на защиту:

1. Смысловая регуляция – это совокупность процессов, возникающих в смысловых структурах сознания в ответ на воздействия окружающей среды и обуславливающих особенности психического состояния личности в ситуациях ее жизнедеятельности. Механизм смысловой регуляции психических состояний личности представляет собой процесс психической детерминации, отражающий опосредованное влияние смысловых образований и новообразований личности, возникающих в ее сознании в ответ на поступающую ситуативную информацию и являющихся результатом сложного взаимодействия мышления, как осознанных мыслительных операций, и воображения, то есть неосознаваемого движения мысли, на характер и интенсивность трансформации эмоциональной сферы личности, что обуславливает избирательное управление ее психической активностью.

2. Психические состояния личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19, характеризуются повышенной тревожностью, фрустрированностью, раздражительностью и проявляются в нервно-психической напряженности, чувстве обеспокоенности по поводу инфицирования себя и своих близких, неуверенности в завтрашнем дне и невозможности прогнозирования будущего. Степень снижения общего психологического самочувствия зависит от пола, возраста и условий работы личности. При этом, переживания беспокойства, тревожности и страха опосредованы особенностями когнитивной оценки личностью сложившейся ситуации, ее целостным субъективным отражением, преломляющимся через смысловые структуры ее сознания.

3. Понимание и восприятие ситуации, связанной с пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности, характеризующейся такими признаками, как недостаток, противоречивость и нечеткость информации, невозможность контролировать ситуацию, многочисленность вариантов развития событий, отсутствие представлений о своем будущем, рассогласованность понимания ситуации и поведения окружающих, обуславливает поиск личностью способов их снижения за счет надления ситуации определенным смыслом. Процесс смыслопорождения при этом осуществляется на основе избирательного присвоения личностью разнообразной информации, поступающей из разных источников и соотнесенной с ее прошлым опытом и со сложившейся системой ее жизненных смыслов. По мере снижения уровня восприятия признаков неопределенности ситуации снижается нервно-психическое напряжение личности, уровень ее тревожности, фрустрированности, беспокойства и страха, повышается степень ее психологического благополучия.

4. Основным смысловым новообразованием личности в период пандемии COVID-19 являются ситуативные смысловые установки - первичные модусы реагирования на признаки ситуационной неопределенности, которые осуществляют актуальное управление психическими состояниями, оказывая на них стабилизирующее или, напротив, дестабилизирующее влияние.

Осмысление ситуации, вызванной пандемией COVID-19, приводит к формированию четырех видов ситуативных смысловых установок, содержание каждого из которых отличается своей смысловой наполняемостью и особенностями представлений о сущности и природе новой коронавирусной инфекции (адекватные, конспирологические, мистические, религиозные и скептические смысловые установки), об ограничительных мерах, предпринимаемых государствами (экзистенциальные, оппозиционные, реалистические, бунтарские, циничные), когнитивной оценки себя и своего поведения в период пандемии (Я – ответственность и самоконтроль, Я – уверенность и вызов, Я – адаптация и воля, Я – независимость и автономность, Я – смирение и терпение), своего будущего (фаталистические, хаотические, оптимистические, пессимистические, конфликтные).

Типы ситуативных смысловых установок опосредованы системой жизненных смыслов личности: адекватные, реалистичные, ответственные смысловые установки формируются у лиц с преобладанием когнитивных смыслов; мистические, экзистенциальные и фаталистические – с преобладанием экзистенциальных смыслов; скептические, оппозиционные, хаотические – у лиц с гедонистической системой жизненных смыслов; циничные, оптимистические, самоуверенные – со статусной системой.

5. Адекватные смысловые установки относительно сущности и природы COVID-19 отрицательно коррелируют с нервно-психическим напряжением личности, с уровнем ее тревоги, фрустрации и агрессии, с эмоциями тоскливости, грусти и безысходности, и положительно – с ее психологическим самочувствием, активностью и настроением, что обуславливает сохранение общего тонуса ее эмоциональной сферы. Конспирологические и мистические

смысловые установки, усиливая признаки неопределенности ситуации, повышают нервно-психическую напряженность личности, определяя возможность возникновения психоэмоциональных перегрузок и развития тревожных, депрессивных и обсессивно-фобических нарушений.

В связи с этим, оказание психологической помощи в нестандартных жизненных ситуациях, характеризующихся повышенным уровнем выраженности признаков неопределенности и вызванных неожиданными событиями в жизни общества, должно быть направлено на развитие адекватных ситуативных смысловых установок личности, стабилизирующих негативное влияние ситуации на ее психические состояния.

Достоверность и обоснованность основных результатов и выводов исследования определяются четким соблюдением требований, предъявляемых к психологическим исследованиям, глубокой проработанностью методологических основ, применением комплекса валидных и надежных психодиагностических методик, всесторонней психометрической проверкой авторского диагностического инструментария, формированием репрезентативных исследовательских выборок, пониманием ограничений исследований, адекватным выбором критериев включения и исключения, грамотным использованием статистических методов исследования.

Апробация и внедрение результатов исследования осуществлялись в процессе их обсуждения во время выступлений с докладами на конференциях и семинарах разного уровня и на заседаниях кафедры педагогики и психологии ФГБОУ ВО КубГУ. Результаты исследования отражены в 12 публикациях автора, две из которых опубликованы в изданиях, индексируемых БД Scopus, 6 – в журналах из перечня ВАК, 1 монография. Общий объем научных публикаций составляет 10,8 п.л.

Структура и объем диссертации отражают последовательность решения исследовательских задач. Она состоит из введения, трех глав, заключения, библиографии и приложений. Объем диссертации – 231 страница, в ней 28 таблиц и 38 рисунков. Из 220 источников 60 – на иностранном языке.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **Введении** содержится общая характеристика работы, которая представлена в полном объеме автореферата.

В **первой главе «Теоретико-методологические основы исследования смысловой регуляции психических состояний личности в период пандемии COVID-19»** содержатся результаты теоретического анализа современных представлений о смысловой регуляции психических состояний личности.

В главе рассмотрены основные концепции регуляции и саморегуляции, разработанные в рамках структурно-функционального (теории О.А. Конопкина, А.П. Корнилова, А.К. Осницкого, Р.Р. Сагиева, В.И. Степанского и др.), деятельностного (М. Бобнева, А.Н. Леонтьев, В.И. Моросанова, В.А. Ядов и др.) и системного (Ю.Я. Голиков, Л.Г. Дикая, В.А. Иванников, А.Н. Костин, Т. Куль, Е.А. Сергиенко и др.) подходов; теории смысла (Е.И. Исаев, Д.А. Леонтьев, В.И.

Слободчиков и др.) и смысловой регуляции (Л.С. Выготский, Ф.Е. Василюк); теории смысловой регуляции психических состояний личности в трудных жизненных ситуациях (Г.Ш. Габдреева, Л.Г. Дикая, А.О. Прохоров и др.). В главе представлены также результаты теоретического анализа современных научных публикаций по проблеме психического состояния личности в период пандемии COVID-19.

Результаты теоретического анализа позволили операционализировать основные понятия настоящей работы. Под смысловой регуляцией понимается совокупность процессов, возникающих в смысловых структурах сознания в ответ на воздействия окружающей среды и обуславливающих особенности психического состояния личности в ситуациях ее жизнедеятельности. Механизм смысловой регуляции психических состояний личности в период пандемии COVID-19 можно описать в виде процесса (механизма) опосредованного влияния смысловых структур на психические состояния личности в ситуации неопределенности (рисунок 1).

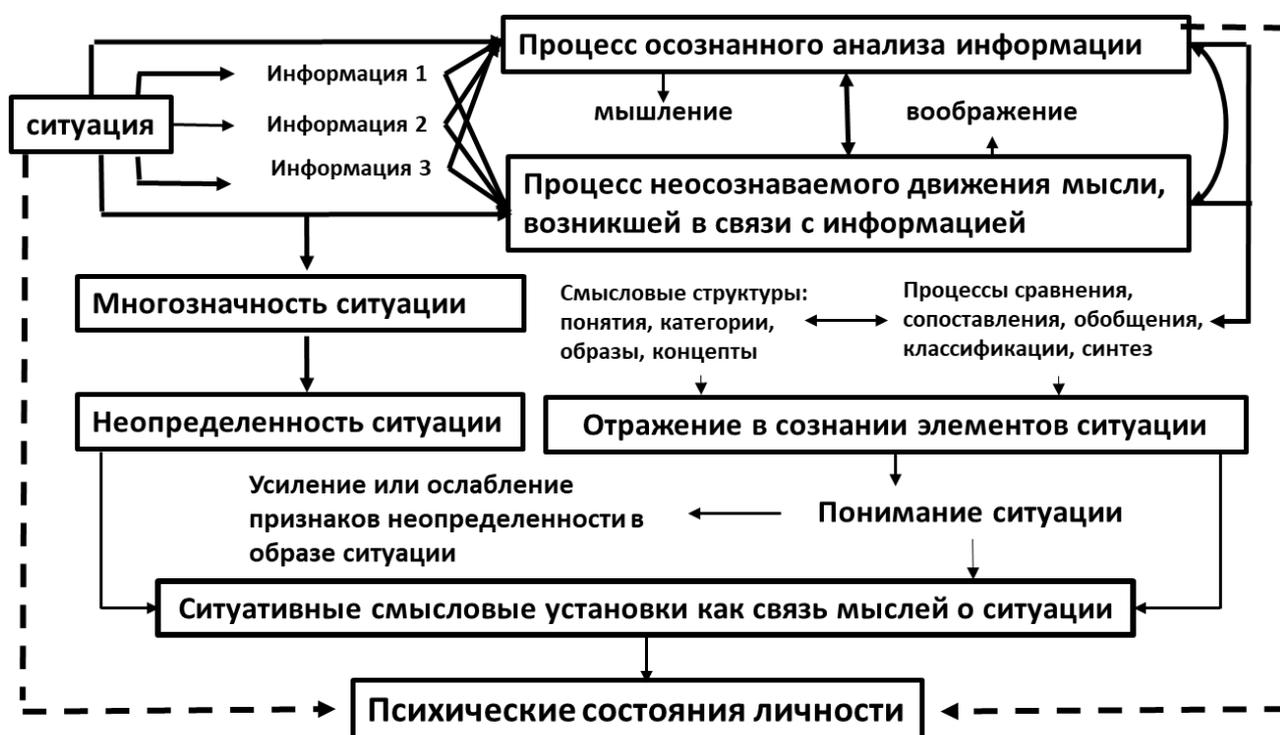


Рисунок 1 — Механизм опосредованного влияния смысловых структур на психические состояния личности в ситуации неопределенности

Механизм смысловой регуляции психических состояний личности представляет собой процесс психической детерминации, отражающий опосредованное влияние смысловых образований и новообразований личности, возникающих в ее сознании в ответ на поступающую ситуативную информацию и являющихся результатом сложного взаимодействия мышления, как осознанных мыслительных операций, и воображения, то есть неосознаваемого движения мысли, на характер и интенсивность трансформации эмоциональной сферы личности, что обуславливает избирательное управление ее психической активностью.

Вторая глава «Эмпирическое исследование особенностей восприятия ситуации неопределенности и психических состояний личности в период пандемии COVID-19» посвящена описанию результатов эмпирического исследования, проведенного в онлайн-режиме. В исследовании приняли участие 384 респондентов в возрасте от 30 до 45 лет ($n = 192$) и от 46 лет до 61 года ($n = 192$), работающие в период пандемии дистанционно ($n = 128$), в обычном режиме ($n = 128$) и временно потерявшие работу ($n = 128$). Были изучены психические состояния респондентов и особенности понимания ими ситуации, связанной с пандемией COVID-19.

Было выявлено, что большинство респондентов в возрасте от 30 до 61 года в период пандемии COVID-19 испытывают либо средний, либо повышенный уровни нервно-психического напряжения (рисунок 2).

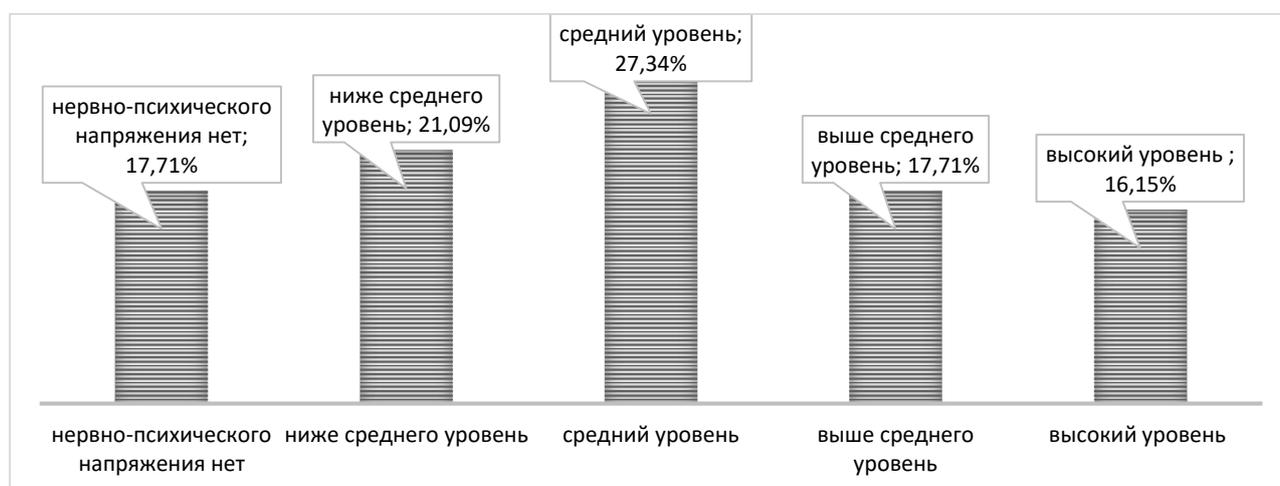


Рисунок 2 — Процентное распределение респондентов по уровню нервно-психического напряжения в период пандемии COVID-19 (% , $n = 384$)

Так, более трети обследованных респондентов отметили, что испытывают в период пандемии особое психическое состояние. Такое состояние требует от 16,15% респондентов перестройки всей адаптационной системы организма – у них выявлен высокий уровень нервно-психического напряжения. 17,71% респондентов характеризуются выше среднего уровнем; 27,34% - средним, а 21,09% - ниже среднего. Только 17,71% обследованных респондентов не испытывают особого напряжения из-за пандемии COVID-19.

Большинство людей во время пандемии испытывают негативные эмоции, к которым, прежде всего, можно отнести скуку, апатию, тревогу, чувство одиночества, растерянность. В целом самочувствие и активность респондентов снижены, по сравнению с результатами, полученными авторами на популяции лиц разного возраста, представленными в психометрическом описании методики. Высокий уровень тревожности был зафиксирован у 34,64% опрошенных респондентов. О негативном влиянии пандемии на психические состояния населения свидетельствуют и результаты исследования, проведенного с помощью клинической методики, ориентированной на выявление и оценку невротических состояний (рисунок 3).

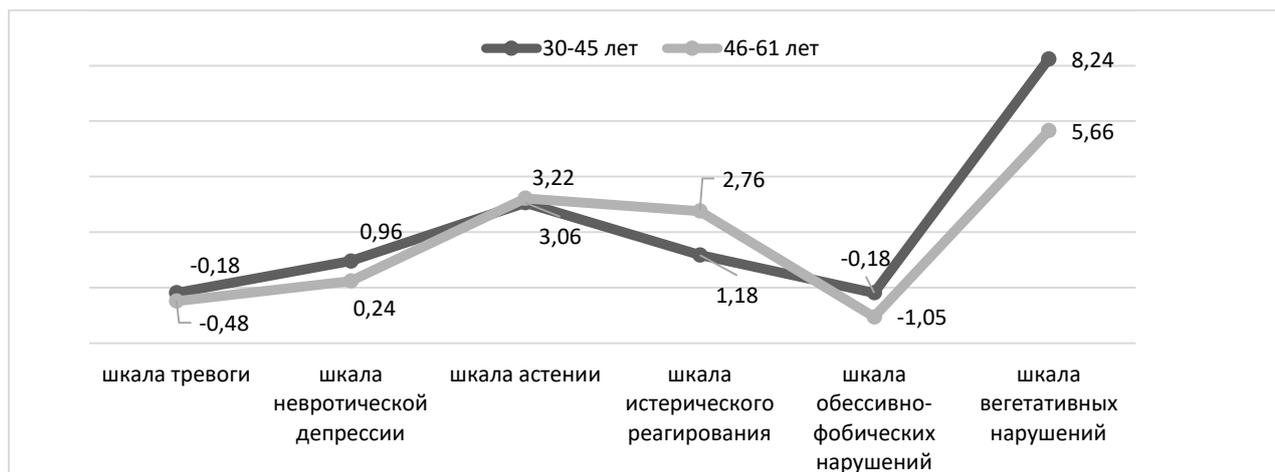


Рисунок 3 — Профили невротических состояний лиц разного возраста

Пандемия отрицательно сказывается на эмоциональной сфере как лиц 46-61 лет, так и людей более молодого возраста. Подавленное эмоциональное состояние, тревога, страх в сочетании с повышенной раздражительностью или, напротив, апатией являются следствиями негативного воздействия как беспокойства о своем здоровье, так и угрозы изменения привычного образа жизни. Опираясь на среднегрупповые показатели оценки респондентами своего прошлого, настоящего и будущего, можно говорить о наличии у большинства из них серьезных психологических проблем, связанных как с психологическими переживаниями и психическими состояниями, так и с осмыслением своего жизненного пути.

Таблица 1 — Результаты исследования духовного кризиса респондентов общей исследовательской выборки (n = 384)

Категории	Прошлое	Настоящее	Будущее
Неудовлетворенность	2,24 ± 0,22	3,82 ± 0,29	2,66 ± 0,25
Одиночество	1,96 ± 0,19	3,44 ± 0,41	2,58 ± 0,26
Свобода	4,06 ± 0,41	1,84 ± 0,20	1,98 ± 0,21
Грех	2,22 ± 0,24	3,82 ± 0,42	0,66 ± 0,08
Страдание	0,96 ± 1,10	4,56 ± 0,51	0,82 ± 0,09
Ответственность	3,42 ± 0,42	3,18 ± 0,32	2,44 ± 0,30
Страх смерти	0,84 ± 0,08	4,82 ± 0,50	2,63 ± 0,31
Бессмысленность	1,34 ± 0,06	3,96 ± 0,44	0,94 ± 0,09

Переживания беспокойства, тревожности и страха опосредованы особенностями когнитивной оценки личностью сложившейся ситуации, ее целостным субъективным отражением, преломляющимся через смысловые структуры ее сознания.

Восприятие ситуации, вызванной распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19, как ситуации неопределенности характерно для абсолютного большинства респондентов, принявших участие в нашем исследовании (рисунок 4).



Рисунок 4 — Понимание респондентами ситуации, связанной с пандемией COVID-19 (среднее арифметическое)

Вместе с тем, было выявлено, что по всем параметрам оценка респондентами ситуации, связанной с пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности снижается по мере снижения их нервно-психического напряжения (рисунок 5).

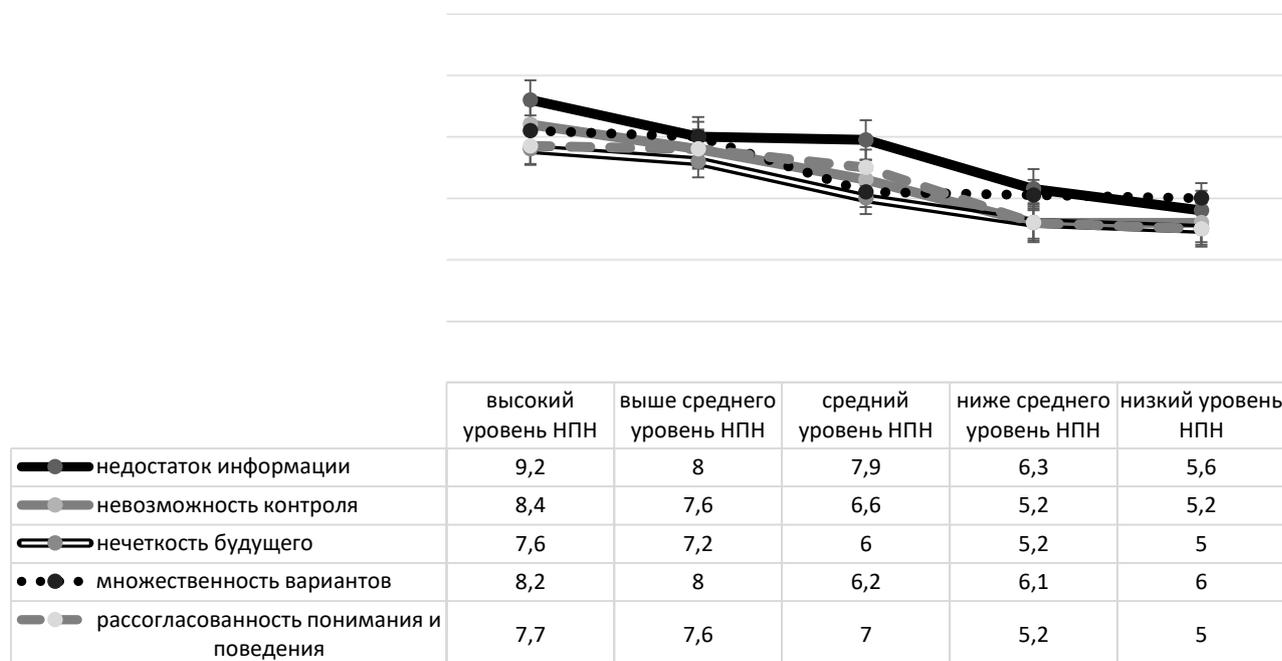


Рисунок 5 — Показатели оценки респондентами с разным уровнем нервно-психического напряжения ситуации, связанной с пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности

В результате корреляционного анализа были выявлены статистически достоверные взаимосвязи между оценкой респондентами ситуации, связанной с COVID-19, как ситуации неопределенности и психическими состояниями их личности. Необходимо отметить, что такие корреляционные связи, во-первых, выявлены между всеми показателями, а во-вторых, коэффициенты корреляций достаточно высоки, что свидетельствует о взаимозависимости обозначенных показателей.

Так, чем сильнее человек ощущает нечеткость, недостаток и противоречивость информации, тем выше уровень его нервно-психического напряжения ($r = 0,337$; $p < 0,001$), тем выше вероятность возникновения духовного кризиса как соотношения представлений о своем прошлом, настоящем и будущем ($r = 0,113$; $p < 0,05$), тревожных ($r = 0,412$; $p < 0,001$), депрессивных ($r = 0,210$; $p < 0,001$) и обсессивно-фобических нарушений ($r = 0,414$; $p < 0,001$), тем ниже его общее самочувствие ($r = - 0,431$; $p < 0,001$), активность ($r = - 0,201$; $p < 0,001$) и настроение ($r = - 0,303$; $p < 0,001$), тем ярче проявляется тревога ($r = 0,349$; $p < 0,001$), фрустрация ($r = 0,106$; $p < 0,05$) и агрессия ($r = 0,111$; $p < 0,01$). Ощущение невозможности контролировать ситуацию становится источником резкого снижения самочувствия ($r = - 0,303$; $p < 0,001$), негативно сказываясь на настроении ($r = 0,201$; $p < 0,001$) и активности ($r = 0,191$; $p < 0,001$) личности.

Корреляционные связи были выявлены и между другими характеристиками ситуации неопределенности и психическими состояниями личности. В связи с этим, мы можем говорить о том, что понимание и восприятие ситуации, связанной с пандемией COVID-19, как ситуации неопределенности, характеризующейся такими признаками, как недостаток, противоречивость и нечеткость информации, невозможность контролировать ситуацию, многочисленность вариантов развития событий, отсутствие представлений о своем будущем, рассогласованность понимания ситуации и поведения окружающих, становится источником негативных психических состояний личности, обуславливая поиск ею способов снижения признаков неопределенности за счет придания ситуации определенных смыслов как попыток упорядочить информацию и избавиться от ее многовариативности и нечеткости.

Дальнейшее исследование показало, что психические состояния личности в период пандемии COVID-19 во многом обусловлены их когнитивной оценкой самой ситуации (рисунок 6).

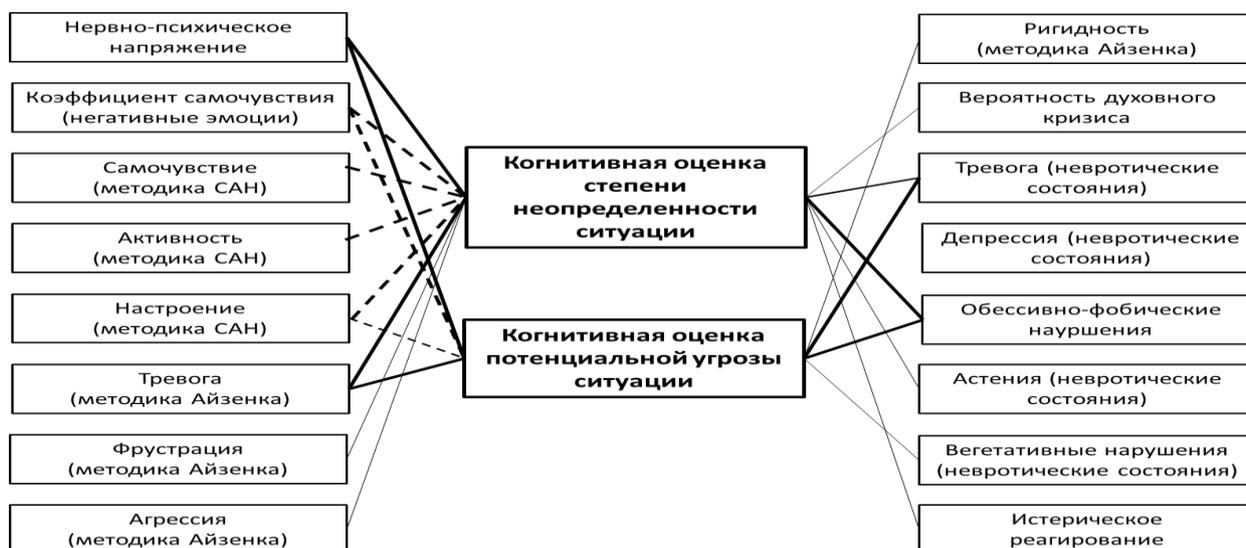


Рисунок 6 — Корреляционные связи между когнитивной оценкой ситуации и психическими состояниями личности

Было выявлено, что когнитивная оценка потенциальной угрозы ситуации, связанной с пандемией COVID-19, обуславливает уровень нервно-психического напряжения личности ($r = 0,301$; $p < 0,001$), ее тревоги ($r = 0,411$; $p < 0,001$) и обсессивно-фобических нарушений ($r = 0,394$; $p < 0,001$), предполагающих появление навязчивых мыслей и страха. Когнитивная оценка потенциальной угрозы ситуации обратно пропорциональна общему самочувствию личности, ее активности и настроения.

При этом, более молодые респонденты, во-первых, в большей степени, чем лица от 46 до 61 года, переживают за здоровье и жизнь своих близких родственников; во-вторых, для многих из них характерно восприятие ситуации как потенциальной угрозы их семейному благополучию, тогда как для лиц более старшего возраста ситуация, связанная с пандемией COVID-19, несет в себе реальную угрозу их профессиональным достижениям и психологическому благополучию.

Третья глава «Эмпирическое исследование взаимосвязи психических состояний и характеристик смысловой сферы личности в период пандемии COVID-19» раскрывает механизм смысловой регуляции психических состояний личности в период пандемии.

В стремлении снизить степень неопределенности ситуации, личность наделяет неизвестность определенными смысловыми стимулами, которые обуславливают ее поведение и психическое состояние.

Кластерный анализ ассоциаций, даваемых респондентами к словосочетанию «Пандемия COVID-19» показал, что в отношении понимания ее природы существуют пять основных типов (кластера). В первый из них вошли такие ассоциации, как «здоровье», «здравоохранение», «профилактика», «средства индивидуальной защиты», «пневмония», «забота», «своевременность», «кислород», «вакцина». Исходя из лексических значений смысловых единиц, можно говорить о наличии у таких лиц адекватных смысловых установок относительно сущности и природы COVID-19. Второй кластер объединил в себе другие смысловые единицы, к которым, прежде всего, необходимо отнести «заговор», «лаборатория», «химическое оружие», «третья мировая война», «Европа», «массовое поражение» и др. Подобные смысловые установки были названы нами конспирологическими, отражающими когнитивную оценку личностью инфекцию COVID-19 как искусственно созданное химическое оружие. Третий кластер отражает мистические смысловые установки личности: его содержание состоит из таких ассоциаций, как «управление сверху», «естественный отбор», «созвездия», «возмездие», «мор», «числовые ряды» и другие. Четвертый тип ситуативных смысловых установок относительно сущности и природы COVID-19 был назван нами «религиозным», так как в состав соответствующего кластера входят такие смысловые единицы, как «смирение», «грех», «кара Божья», «милосердие», «несчастье», «Бог поможет» и другие. И, наконец, самый многочисленный кластер, в который вошли более 20 смысловых единиц, - это скептические смысловые установки, отражающие отрицание личностью само существование

инфекции COVID-19: респонденты, с преобладанием таких смысловых установок, часто ассоциировали пандемию COVID-19 с такими смысловыми единицами, как «блеф», «миф», «всемирный психоз» одновременно с другими словами-ассоциациями – «деньги», «экономический кризис», «отмывание». Подобное исследование было проведено по выявлению особенностей и типов смысловых установок лиц трудоспособного возраста относительно ограничительных мер, предпринимаемых государствами в целях преодоления распространения инфекции, оценки себя и своего поведения в период пандемии COVID-19, когнитивной оценки своего будущего.

Корреляционный анализ показателей систем жизненных смыслов испытуемых и их смысловых установок, сформированных в период пандемии COVID-19, показал, что между ними существует достоверная взаимосвязь (таблица 2).

Таблица 2 — Результаты корреляционного анализа показателей системы жизненных смыслов респондентов и их смысловых установок, сформированных в период пандемии COVID-19

Смысловые установки / жизненные смыслы	альтруистический	гедонистический	когнитивный	коммуникативный	самореализация	Семейный	статусный	экзистенциальный
<i>Смысловые установки относительно сущности и природы COVID-19</i>								
Адекватные	0,021	0,000	0,204	0,043	0,102	0,104	0,005	-0,030
Конспирологические	0,034	0,008	-0,103	0,121	-0,099	0,015	0,114	0,112
Мистические	0,066	0,004	-0,211	0,086	-0,101	0,011	-0,100	0,213
Скептические	-0,049	0,287	-0,164	0,045	0,054	-0,082	0,101	-0,111
Религиозные	0,408	-0,059	0,005	0,059	0,000	0,101	-0,041	0,125
<i>Смысловые установки относительно ограничительных мер</i>								
Экзистенциальные	0,311	-0,101	0,142	0,005	0,106	0,076	-0,021	0,271
Оппозиционные	-0,108	0,196	0,006	0,094	0,039	-0,048	0,026	-0,034
Реалистические	0,055	0,093	0,308	0,088	0,137	0,229	0,085	-0,052
Бунтарские	-0,043	0,103	-0,063	-0,004	0,061	-0,107	0,034	-0,033
Циничные	-0,089	0,109	-0,092	-0,017	0,074	-0,116	0,222	-0,040
<i>Смысловые установки относительно своего поведения в период пандемии</i>								
Я – ответственность и самоконтроль	0,013	-0,039	0,244	0,106	0,252	0,104	0,109	-0,002
Я – уверенность и вызов	-0,071	0,193	-0,112	-0,023	0,122	-0,092	0,204	-0,074
Я – адаптация и воля	0,104	-0,102	0,101	0,187	0,126	0,303	0,000	-0,056
Я – независимость и автономность	-0,002	0,099	-0,000	-0,032	0,131	-0,024	0,091	0,155
Я – смирение и терпение	0,285	-0,103	-0,000	0,041	-0,049	0,100	-0,066	0,104
<i>Смысловые установки относительно своего будущего</i>								
Фаталистические	0,199	0,088	-0,000	0,102	-0,109	0,090	-0,023	0,151
Хаотические	0,001	0,213	-0,007	0,008	-0,103	0,000	-0,082	0,000
Оптимистические	0,042	0,113	0,095	0,015	0,073	0,051	0,197	0,101
Пессимистические	0,077	-0,101	0,041	0,013	0,166	0,011	-0,103	0,036
Конфликтные	-0,004	0,077	0,189	-0,033	-0,036	0,000	0,007	-0,001

Личность с преобладанием альтруистических жизненных смыслов в период пандемии склонна к возникновению религиозных ($r = 0,408$; $p < 0,001$),

экзистенциальных ($r = 0,311$; $p < 0,001$) и фаталистических ($r = 0,199$; $p < 0,01$) смысловых установок; с гедонистической системой жизненных смыслов – скептических ($r = 0,287$; $p < 0,001$), оппозиционных ($r = 0,193$; $p < 0,01$) и хаотических ($r = 0,213$; $p < 0,001$) смысловых установок; с экзистенциальной – мистических ($r = 0,213$; $p < 0,001$), экзистенциальных ($r = 0,271$; $p < 0,001$) и фаталистических ($r = 0,151$; $p < 0,01$). Адекватные, реалистичные, ответственные смысловые установки формируются у лиц с преобладанием когнитивных смыслов; мистические, экзистенциальные и фаталистические – с преобладанием экзистенциальных смыслов; скептические, оппозиционные, хаотические – у лиц с гедонистической системой жизненных смыслов; циничные, оптимистические, самоуверенные – со статусной системой.

Корреляционный анализ эмпирических данных показал, что существуют статистически достоверные связи между ситуативными смысловыми установками личности, образованными в результате когнитивной оценки сложившейся ситуации, и ее психическими состояниями (таблица 3).

Таблица 3 — Результаты корреляционного анализа показателей преобладающих типов ситуативных смысловых установок и психических состояний лиц трудоспособного возраста в период пандемии COVID-19

Ситуативные смысловые установки	Нервно-психическое напряжение	Коэффициент общего самочувствия	Тревога	Фрустрация	Агрессия
Адекватные смысловые установки	- 0,173**	0,202***	-0,116*	-0,109*	-0,094
Конспирологические установки	0,434***	-0,403***	0,213**	0,326***	0,321***
Мистические смысловые установки	0,338***	-0,369***	0,411***	0,317***	0,247***
Религиозные смысловые установки	-0,213**	0,311***	-0,111*	-0,096	-0,086
Скептические смысловые установки	-0,114*	0,179**	-0,106*	-0,058	0,003
«Я – ответственность и контроль»	-0,128*	0,186**	-0,119*	-0,229**	-0,175*
«Я – уверенность и вызов»	-0,155**	0,102	-0,069	0,093	0,136*
«Я – смирение и терпение»	0,197***	0,123*	-0,222**	0,108*	-0,501**
«Я – адаптация и воля»	-0,188***	0,207***	-0,100	-0,327***	-0,211**
«Я – независимость и автономия»	0,162**	-0,333***	0,004	0,010	0,103
Экзистенциальные	0,105*	-0,114*	0,217**	0,048	-0,052
Оппозиционные	-0,043	-0,101	0,029	0,086	0,111*
Реалистические	-0,111*	0,114*	-0,146*	-0,103	-0,209**
Бунтарские	0,067	-0,103	0,100	0,231***	0,306**
Циничные	-0,077	0,088	0,114*	0,066	0,404**
Фаталистические	-0,109*	-0,071	0,103	0,081	-0,193**
Хаотические	0,113*	-0,206**	0,356***	0,137*	0,101
Оптимистические	-0,139*	0,319***	-0,083	-0,070	-0,165*
Пессимистические	0,153**	-0,109*	0,012	0,082	0,043
Конфликтные	0,204**	-0,199**	0,215**	0,094	0,266**

Примечание: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Адекватные смысловые установки положительно коррелируют с общим самочувствием личности в период пандемии ($r = 0,202$; $p < 0,001$) и отрицательно – с показателями нервно-психического напряжения ($r = - 0,173$; $p < 0,01$). Чем чаще личность интерпретирует события, связанные с пандемией COVID-19, как реальные события, лишённые признаков необъяснимости и неадекватности, тем ниже ее нервно-психическое напряжение и тем лучше общее психологическое самочувствие, отражающее соотношение позитивных и негативных эмоций.

Однако такие взаимосвязи относительно небольшие – коэффициент корреляции между ними значительно меньше, чем между другими показателями.

Тесная взаимосвязь была выявлена между показателями конспирологических смысловых установок по отношению к осмыслению происхождения инфекции COVID-19 и показателями нервно-психического напряжения ($r = - 0,434$; $p < 0,001$), а также общего психологического самочувствия личности ($r = 0,403$; $p < 0,001$). Столь же тесными являются взаимосвязи между мистическими смысловыми установками личности и ее психическим состоянием.

На основании проведенного эмпирического исследования, была сконструирована модель когнитивной психокоррекции психических состояний личности в период пандемии (рисунок 7).

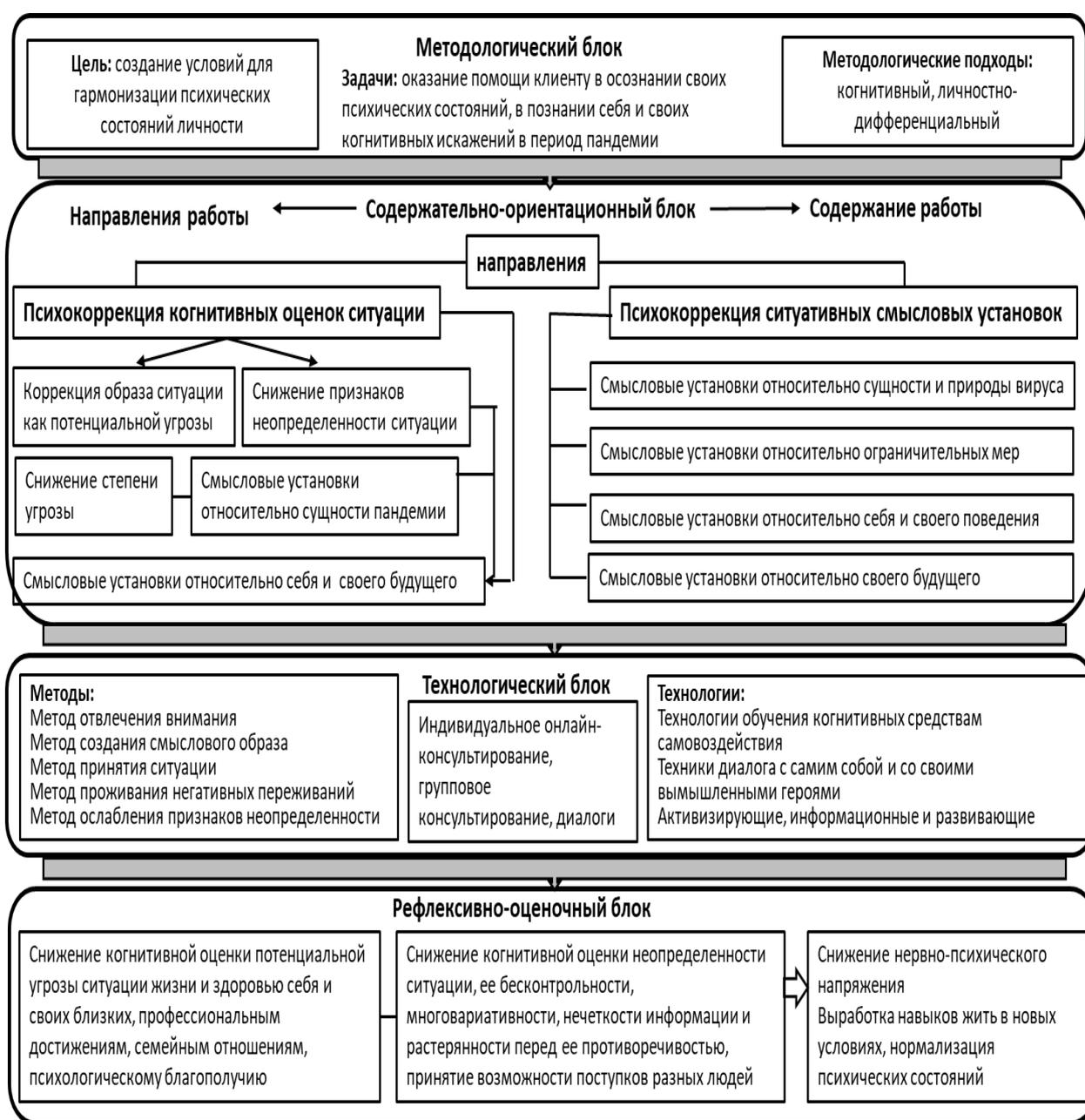


Рисунок 7 — Модель когнитивной психокоррекции психических состояний личности в период пандемии

Оказание психологической помощи в нестандартных жизненных ситуациях, характеризующихся потенциальной угрозой, повышенным уровнем выраженности признаков неопределенности и вызванных неожиданными событиями в жизни общества, должно быть направлено на развитие адекватных ситуативных смысловых установок личности, стабилизирующих негативное влияние ситуации на ее психические состояния.

Согласно когнитивному подходу, внимание акцентируется на познавательных структурах психики, личностных конструктах и на логических способностях клиента. Основная цель организации психологической помощи в период пандемии, определенная как создание условий для гармонизации и нормализации психологических состояний, достигается за счет решения следующих задач: оказание помощи клиенту в осознании им своих психических состояний, за счет чего повышается мотивация к получению психологической помощи; в осознании себя и своих мыслей по поводу пандемии; коррекция когнитивных искажений в понимании и оценке ситуации, вызванной пандемией (коррекция когнитивных оценок ситуации и ситуативных смысловых установок личности как первичных модусов реагирования на возникшую ситуацию, связанную с пандемией).

В Заключении подведены итоги исследования, обобщены его результаты и сделаны следующие **выводы**:

1. Традиционно под смысловой регуляцией понимается процесс сознательного управления субъектом своей деятельностью и психическим состоянием, однако смысловая регуляция не может быть сведена к понятию саморегуляции. Смысловые структуры личности не ограничиваются более или менее устойчивыми значимыми для нее ценностями – они включают в себя и новые мысли, возникающие у личности в ответ на когнитивную оценку ситуации. Вследствие этого, понятие «смысл» не может быть отождествлено с понятием «личностный смысл». Смысл ситуации может быть представлен как то, что связано с ее осмыслением, пониманием и оценкой. Такое понимание является результатом мышления человека, взаимодействия мысли и воображения, а источником порождения процесса мышления становится информация о ситуации, ее интерпретация. Интерпретация, как саморазъяснение и самообъяснение неизвестного и неопределенного, - это процесс, направленный на достижение лучшего понимания, то есть на раскрытие смысла того или иного предмета, явления. Новая ситуация и информация о ней запускают механизмы смыслопорождения.

2. Ситуация неопределенности — это совокупность таких обстоятельств, которые оцениваются личностью как неконтролируемые и неточные, необъяснимые и непредсказуемые, где основными ее признаками являются: 1) недостаток, противоречивость и нечеткость информации, 2) невозможность контролировать ситуацию, 3) многочисленность вариантов развития событий, 4) отсутствие представлений о своем будущем, 5) рассогласованность понимания ситуации и поведения окружающих. В такой ситуации запускается механизм смысловой регуляции психических состояний личности как процесс

упорядочения мысли и воображения, опосредующий снижение или нарастание нервно-психического напряжения, чувства тревоги и беспокойства, депрессивных состояний и тревожных ожиданий.

3. Особенности осмысления личностью ситуации, связанной с пандемией COVID-19, заключаются в том, что в процессе смыслопорождения, возникающего в ответ на принимаемую информацию, в силу имеющегося прошлого опыта и системы жизненных смыслов, у личности могут быть сформированы определенные ситуативные смысловые установки как ее личностные новообразования, отражающие трактовку происходящих событий, оценку себя и своего будущего и управляющие ее психическим состоянием.

4. При условии усиления ситуативными смысловыми установками признаков неопределенности ситуации и оценки ее потенциальной угрозы ухудшается общее самочувствие личности, повышается ее нервно-психическое напряжение, что ведет к возникновению негативных психических состояний, росту тревоги, страха, неуверенности в себе и возможности развития у нее тревожных и обсессивно-фобических расстройств.

5. При организации психологической помощи населению в периоды пандемий разной этиологии необходимо учитывать результаты исследования, что может отражаться на разработке целенаправленных программ формирования адекватного восприятия возникшей ситуации и выработке осознанных механизмов саморегуляции психических состояний.

Перспективы дальнейших исследований проблемы смысловой регуляции психических состояний личности в ситуации неопределенности, вызванной пандемией COVID-19, связаны с рассмотрением детерминационных механизмов тревожных ожиданий личности, особенностей трансформации ее смысловой сферы и смысловых конструкторов, обусловленной процессами осмысления и понимания взаимодействия ситуации и личности.

ПУБЛИКАЦИИ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

А) Публикации в журналах БД Scopus:

1. Ковальчук, Д.Ф. Смысловая регуляция тревожных ожиданий в период пандемии COVID-19: конспирологические тенденции / Н.В. Захарова, Т.И. Бонкало, Л.В. Бравве, А.М. Калаков, Т.С. Сюняков, Д.Ф. Ковальчук // Здравоохранение Российской Федерации. – 2020. — № 6. – С. 329 – 335. DOI: 10.46563/0044-197X-2020-64-6-329-335 (*Scopus, Q4*) (1,0 п.л. / 0,3 п.л.)

2. Ковальчук, Д.Ф. Semantic regulation of mental states of the individuals during the SARS-COV-2 pandemic / T.I. Bonkalo, S.V. Shmeleva, D.F. Kovalchuk и др. // Research Journal of Pharmacy and Technology. — 2023. — Т. 16. — № 1. — С.55-61. DOI: 10.52711/0974-360X.2023.00010 (*Scopus, Q2*) (1,0 п.л. / 0,4 п.л.)

Б) Публикации в журналах из перечня ВАК:

3. Ковальчук, Д.Ф. Ситуативные смысловые установки личности как фактор ее психического состояния в период пандемии COVID-19 / Д.Ф. Ковальчук // Человеческий капитал. – 2021. — № 2 (146). – С. 72 – 80. DOI: 10.25629/НС.2021.02.06 (0,4 п.л.)

4. Ковальчук, Д.Ф. Взаимосвязь смысловых установок личности и ее психических состояний в период пандемии COVID-19 / Д.Ф. Ковальчук // Среднее профессиональное образование. Психологические науки. – 2021. — № 6 (310). – С. 18 – 22 (0,4 п.л.)

5. Ковальчук, Д.Ф. Признаки и основные характеристики ситуации неопределенности: систематический обзор / Д.Ф. Ковальчук, В.М. Гребенникова, Т.И. Бонкало // Обзор педагогических исследований. Психологические науки. — 2023. — Т. 5, № 1. — С. 185 – 191 (0,4 п.л.)

6. Разработка и апробация методики изучения ситуативных смысловых установок личности в период пандемии COVID-19 / Д. Ф. Ковальчук // Живая психология. – 2023. – Т. 10, № 4(44). – С. 100 – 107. DOI 10.58551/24136522_2023_10_4_100 (0,4 п.л.)

В) Монографии:

7. Ковальчук, Д.Ф. Смысловая детерминация психических состояний лиц трудоспособного возраста в период пандемии COVID-19: монография / Д.Ф. Ковальчук, Т.И. Бонкало. – Москва: ГБУ НИИОЗММ ДЗМ, 2021. — 125 с. (7,8 п.л. / 5,2 п.л.)

Г) Публикации в других изданиях:

8. Ковальчук, Д.Ф. Влияние пандемии COVID-19 на невротические состояния лиц трудоспособного возраста / Т.И. Бонкало, В.В. Ананикова, Д.Ф. Ковальчук // Труды НИИ ОЗММ ДЗМ. – 2020. – Выпуск 6. – С. 71 – 75. (0,2 п.л.)

9. Ковальчук, Д.Ф. Проблема психологического воздействия пандемии COVID-19 в современном зарубежном дискурсе: результаты систематического обзора / Т.И. Бонкало, В.В. Ананикова, Д.Ф. Ковальчук // Труды НИИ ОЗММ ДЗМ. – 2020. – Выпуск 6. – С. 7 – 13 (0,4 п.л.)

10. Ковальчук, Д.Ф. Особенности психического состояния личности в период пандемии COVID-19 / Д.Ф. Ковальчук // Интерактивная наука. – 2021. – № 3 (58). – С. 58 – 60 (0,1 п.л.)

11. Ковальчук, Д.Ф. Ситуативные смысловые установки личности в период пандемии COVID-19 / Д.Ф. Ковальчук // Сборник научных трудов по материалам XXVI Международной научной конференции «Наука России: цели и задачи». – Екатеринбург, 2021. – С. 133 – 136. (0,2 п.л.)

12. Ковальчук, Д.Ф. Ситуация неопределенности как фактор психических состояний личности / Д.Ф. Ковальчук, Т.И. Бонкало // Труды НИИ ОЗММ ДЗМ. – 2022. – Выпуск 12. – С. 10 – 14. (0,2 п.л.)

13. Ковальчук, Д.Ф. Влияние ситуации неопределенности, связанной с пандемией COVID-19, на психические состояния личности / Д. Ф. Ковальчук, Т. И. Бонкало // Труды НИИ ОЗММ ДЗМ. — 2023. — Выпуск №1(15). – С. 21 – 25. (0,2 п.л.)