



Паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта у российской молодежи

М. В. САПОРОВСКАЯ, Е. В. ТИХОМИРОВА, А. Г. САМОХВАЛОВА

АННОТАЦИЯ

Введение. Актуальность данного исследования обусловлена значительным воздействием военного конфликта на психоэмоциональное состояние молодежи, что проявляется в повышенном уровне стресса и тревожности, особенно в зависимости от территориальной близости к зоне боевых действий.

Цель данного исследования – выявить и описать паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта (СВО) у российской молодежи, в том числе, с учетом принадлежности к разным кругам территориальной близости к зоне военных действий.

Методология, методы и методики. Исследование проведено в рамках номотетического подхода. В работе использовались анкеты и методики, такие как «Экспресс-опросник копинга» (Ч. Карвер), шкала переживания военной угрозы (К. В. Карпинский) и «Тест жизнестойкости» (S. Maddi, адаптация Е. Н. Осиной). В исследовании приняло участие 583 респондента (66 мужчин и 517 женщин) в возрасте от 17 до 39 лет, которые были разделены на три группы в зависимости от территориальной близости к зоне СВО.

Результаты. Исследование выявило значительное влияние специальной военной операции на психоэмоциональное состояние молодежи, проявляющееся в хроническом стрессе, тревожности и ухудшении здоровья. Показатели военной тревоги соответствуют высокому уровню нормативных значений ($M=8,12$). Представленные три паттерна совладания – «пассивно-эскапистский» (факторная нагрузка 3,45, 24,6% объясненной дисперсии), «проблемно-ориентированный» (факторная нагрузка 2,01, 14,34% объясненной дисперсии) и «социально-ориентированный» (факторная нагрузка 1,97, 14,04% объясненной дисперсии) – отражают разные модели адаптации. «Пассивно-эскапистский паттерн совладания» в большей степени характерен для проживающих на территории, непосредственно вовлеченных в военные действия ($p=0,001$). «Социально-ориентированный паттерн совладания» значимо выше у проживающих на отдаленных территориях ($p=0,02$). Преобладание стратегий «отрицание» и «принятие» указывает на низкую эффективность копинга, особенно у молодежи, близкой к зоне конфликта. Результаты подчеркивают необходимость специализированной поддержки и дальнейших исследований в области психологии стресса и адаптации молодежи к военным конфликтам.

Научная новизна и практическая значимость заключается в выявлении специфических паттернов совладания с стрессом у молодежи, подвергшейся воздействию военного конфликта, в осмыслении их связи с территориальной близостью к зоне конфликта, что подчеркивает необходимость разработки целевых программ психологической поддержки.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

паттерны совладающего (копинг) поведения, круги близости к зоне боевых действий, стресс, военная угроза, жизнестойкость, адаптация

Для цитирования: Сапоровская М. В., Тихомирова Е. В., Самохвалова А. Г. Паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта у российской молодежи // Перспективы науки и образования. 2025. № 4. С. 432–449. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.4.28>

Поступила: 20.02.2024 | Одобрена: 10.04.2025 | Опубликовано: 31.08.2025



Лицензия «С указанием авторства — С сохранением условий». Позволяет перерабатывать, исправлять и развивать произведения при условии указания авторства и лицензирования производных работ на аналогичных условиях.



Patterns of coping with stress in a situation of military conflict among Russian youth

M. V. SAPOROVSKAYA, E. V. TIKHOMIROVA, A. G. SAMOKHVALOVA

ABSTRACT

Introduction. The relevance of this research is determined by the significant impact of military conflict on the psycho-emotional state of youth, which manifests in increased levels of stress and anxiety, particularly depending on the territorial proximity to the conflict zone.

The aim of this study is to identify and describe coping patterns in the context of military conflict (the special military operation) among Russian youth, taking into account their proximity to the zone of military actions.

Methodology, methods, and techniques. The study was conducted within the framework of a nomothetic approach. The research utilized questionnaires and techniques such as the "Coping Inventory for Stressful Situations" (C. Carver), the scale of experiencing military threat (K. V. Karpinski), and the "Hardiness Test" (S. Maddi, adapted by E. N. Osina). A total of 583 respondents (66 men and 517 women) aged 17 to 39 participated in the study, divided into three groups based on their territorial proximity to the special military operation zone.

Results. The study revealed a significant influence of the special military operation on the psycho-emotional state of youth, characterized by chronic stress, anxiety, and deterioration of health. The indicators of military anxiety correspond to a high level of normative values ($M=8.12$). The three presented coping patterns – "passive-escapist" (factor loading 3.45, 24.6% of explained variance), "problem-oriented" (factor loading 2.01, 14.34% of explained variance) and "socially-oriented" (factor loading 1.97, 14.04% of explained variance) – reflect different models of adaptation. The "passive-escapist coping pattern" is more characteristic of those living in the territory directly involved in military actions ($p=0.001$). The "socially-oriented coping pattern" is significantly higher among those living in remote territories ($p=0.02$). The predominance of the coping strategies of "denial" and "acceptance" indicates low coping effectiveness, especially among youth close to the conflict zone. The results highlight the need for specialized support and further research in the field of stress psychology and youth adaptation to military conflicts.

Scientific novelty and practical significance. The study identifies specific coping patterns among youth affected by military conflict and explores their connection to territorial proximity to the conflict zone, emphasizing the necessity for developing targeted psychological support programs

KEYWORDS

coping patterns, circles of proximity to the combat zone, stress, military threat, resilience, adaptation

For Citation: Saporovskaya, M. V., Tikhomirova, E. V., & Samokhvalova, A. G. (2025). Patterns of coping with stress in a situation of military conflict among Russian youth. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, (4), 432–449. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.4.28>

Received: 20 February 2025 | Approved: 10 April 2025 | Published: 31 August 2025



This is an open access article distributed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike International License (CC-BY-SA 4.0) that allows others to share the work with an acknowledgement of the work's authorship and initial publication in this journal

ВВЕДЕНИЕ

Современный контекст жизни, обострение военно-политической ситуации и рост международной напряженности актуализировал теоретико-эмпирические исследования в области совладания, устойчивости и ресурсов преодоления трудностей и, в первую очередь, у молодежи [1]. Вопросы психологического благополучия молодого поколения в условиях кризисов находятся в фокусе внимания международных организаций, включая ООН, ЮНЕСКО и Совет Европы. Так, Цели устойчивого развития (ЦУР) ООН до 2030 года (в частности, Цель 3 – «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте») подчеркивают необходимость укрепления психического здоровья и снижения негативного воздействия стрессогенных факторов [2]. ЮНЕСКО, в свою очередь, акцентирует роль образования в формировании психологической устойчивости, продвигая инициативы по поддержке молодежи в зонах конфликтов через программы социально-эмоционального обучения (SEL) [3]. Совет Европы в рамках Повестки 2030 выделяет важность защиты прав молодых людей, оказавшихся в условиях военных действий, и содействия их адаптации через доступ к психологической помощи и образовательным ресурсам [4]. В связи с этим возросла практическая значимость научных исследований, направленных на понимание механизмов устойчивости и особенностей преодоления стрессов, как на индивидуальном, так и на групповом уровнях. Затронутые продолжающимся кризисом молодые граждане Российской Федерации, как те, кто проживает в зонах военных действий, так и те, кто находится в удаленных регионах, оказались в сложной сверхнормативной ситуации развития, требующей от них новых паттернов совладания, эффективных для адаптации к мало контролируемой на индивидуальном уровне ситуации.

Важность изучения данной проблемы обусловлена несколькими аспектами.

Во-первых, молодежь как социально-демографическая группа (включающую людей в возрасте от 17 до 40 лет) находится в фазе активного становления идентичности, профессионального и в целом жизненного самоопределения, социальной интеграции, построения жизненной траектории [5]. В этот период происходит активное становление личностных предикторов совладания и развитие механизмов адаптации к внешним условиям. Недостаточная сформированность (иногда дефицитарность) целостной системы внутренних и внешних ресурсов делает ее особенно уязвимой, чувствительной к внешним стрессорам, что затрудняет жизненное планирование. Исследование паттернов совладающего поведения молодежи позволяет выявить специфические (относительно устойчивые) стратегии, используемые молодыми людьми для решения проблем, связанных с учебой, работой, межличностными отношениями и другими аспектами жизни.

Во-вторых, трансформация коммуникативных практик (например, смещение жизненно важных акцентов в онлайн-среду) требует в определенной мере переосмысления классических теорий совладающего поведения, уже с учетом нового контекста жизни современного человека [6].

В-третьих, отсутствие систематизированных данных о специфике копинга в условиях когнитивных и моральных перегрузок ограничивает эффективность интервенций, направленных на поддержку психоэмоционального благополучия людей разного возраста (в том числе, и молодежи), что может привести к ухудшению их качества жизни, повышению уровня стресса и социальных рисков (девиации, выгорание, психосоматические проблемы и т.д.).

И, наконец, понимание того, как люди, напрямую или косвенно затронутые войной, справляются с травматическими последствиями для физического и психологического здоровья, важно для разработки успешных способов социальной и психологической поддержки.

Обзор литературы

Войны оказывают глубокое и пролонгированное воздействие на людей любого возраста [7]. Отмечается рост психопатологии среди взрослых и детей, вовлеченных в вооруженные конфликты, увеличение показателей тревожности, депрессии и посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), особенно в странах с низким и средним уровнем дохода [8]. Общая распространенность депрессии, тревожности и посттравматического стресса во время конфликта или войны составила 28,9, 30,7 и 23,5% соответственно [9]. Дети особенно уязвимы в таких ситуациях, живущие в районах, затронутых войной и вооруженными конфликтами, и бегущие из них, они сталкиваются с множеством проблем, которые могут иметь глубокие и долгосрочные

последствия для их развития и общего благополучия [10]. У детей и подростков отмечаются специфические трудности социализации, усвоение паттернов агрессивного поведения, ухудшение психоэмоционального здоровья, задержка психического развития, регрессивные состояния, психологическим спутником которых является эмоциональная депривация со множеством вытекающих последствий [11]. При этом количество военных травм, полученных ребенком, прямо предсказывает симптоматику и степень выраженности ПТСР, а различные типы военных травм по-разному связаны с ПТСР, симптомами психического здоровья и адаптационными результатами. Например, дети, которые подверглись множественным военным травмам, стали непосредственными жертвами или свидетелями актов насилия, демонстрируют больше симптомов ПТСР; у детей, которые были разлучены с родителями, проявляется депрессивная симптоматика, а дети, пережившие утрату, но не разделенные с родителями и / или не перемещенные, сообщили о более плановом поведении [12].

Подчеркивается возможность трансгенерации травмы войны от одного поколения к другому [13], что приводит к долгосрочным последствиям более чем для одного поколения [14]. При этом, ученые сходятся во мнении, что вторичной травматизации / виктимизации подвержены и те, кого война затрагивает лишь косвенно [15]. Страдать могут люди, находящиеся как в пределах непосредственной зоны конфликта, так и за его пределами [16]. Это требует рассмотрения и понимания специфики совладания с контекстуальным стрессом у людей, входящих в разные круги территориальной близости к военному конфликту.

Необходимо отметить, что территориальная близость не выступает изолированным фактором, она часто соотносится с психологическими и социальными факторами воздействия на мирных жителей. В зависимости от удаленности / близости к зоне военных действий различается уровень воспринимаемой военной угрозы [17], отличаются степень сохранности систем социальной поддержки, образования и медицины, риски экономических трудностей, отличается ритм и стиль жизни. Жители приграничных территорий, на которых ведутся военные действия, являются непосредственными свидетелями передвижения военной техники, актов терроризма, нанесения ударов по мирным гражданам и мн. др., часто испытывают «экстремальную травму». Жители отдаленных территорий находятся в специфичном информационном поле, часто транслирующем противоречивую, фейковую, дефицитарную и / или избыточную информацию.

При этом информационная среда характеризуется доминированием стимулов, приводящим к возбуждению нервной системы, росту нервно-психического напряжения, эмоционального пресыщения, информационным перегрузкам, что коррелирует с информационным стрессом [18] и приводит к повышению суммарного индекса тревожности [19]. Часть людей оказывается невольными жертвами конфликта в связи с утратой близких, принимающих участие в военных действиях, или переживанием длительной разлуки с ними. Большое значение приобретают опыт ранения / получения увечья у себя и / или близких людей, опыт вынужденной миграции, разрыв семейных и дружеских связей и многое другое. Чаще невольными жертвами конфликта становятся дети и учащаяся молодежь, для которых утрата, разлука и насильственные события, становятся фактором потери когнитивных схем социальной безопасности, влияя на оценку себя, социального мира и защищенного будущего [20]. Было выявлено, что разлука с семьей у детей – беженцев предсказывает посттравматические и интернализирующие поведенческие трудности [21]. В целом, влияние разлучения родителей и детей неизменно негативно сказывается на социально-эмоциональном развитии, благополучии и психическом здоровье [22].

Исследования психосоциального самочувствия российской молодежи в событийном контексте СВО показали расширение репертуара страхов, нарастание социально-политической тревоги. Отмечается, что чем ближе и реальнее угрозы – тем острее и конкретнее страхи студенчества. В приграничной зоне страхи становятся более конкретными, значительно усиливаются территориальной близостью конфликта, вероятными рисками для жизни и здоровья, социального благополучия и психологического комфорта людей [23]. Отмечается, что в палитре страхов студенческой молодежи появились и новые оттенки, связанные со сферой культуры отмены.

Подчеркивается наличие признаков психологической травматизации молодежи, ассоциированной со специальной военной операцией [24]. В современном контексте современная молодежь довольно чувствительна и эмоционально уязвима, демонстрирует выраженный запрос на психологическую поддержку [25].

Такой контекст жизни не может не влиять на предпочитаемые паттерны (модели) реагирования и на актуализацию ресурсов совладания. В науке отмечено, что влияние угрозы, вреда или потери зависит от различных факторов, включая предсказуемость события, контролируемость и воспринимаемое намерение, отмечаются инновационные аспекты позитивного совладания, которые включают в себя совладание с будущими угрозами или вызовами, отраженное в превентивном или проактивном совладании, и поиск смысла [26]. В рамках когнитивно-транзакционной модели стресса подчеркивается динамическая природа реакций людей на стрессоры, а копинг определяется как «постоянно меняющиеся когнитивные и поведенческие усилия по управлению определенными внешними и внутренними требованиями, которые оцениваются как обременительные или превышающие ресурсы человека» [27]. Когнитивная оценка ситуации предполагает осознание требований, условий ситуации и своих ресурсов для совладания с ней.

Термин «паттерны совладания» включает в себя устойчивые модели реагирования на стресс, осознанные действия для управления трудными жизненными ситуациями. Паттерны совладания могут проявляться как в виде внутренних процессов (мысли, чувства, субъективная оценка, переживание), так и во внешних действиях, поведенческих стратегиях. Мы исходим из того, что паттерны совладания формируются под влиянием традиций, культуры, социального окружения, пола, возраста, ресурсов, личного опыта преодоления. Сформировавшись, они обретают некоторую устойчивость, но могут изменяться на протяжении всей жизни человека. Термин «паттерн совладания» указывает на систематическое повторение определенных копинг-действий или реакций без необходимости каждый раз их обдумывать, анализировать, делать осознанный выбор. Паттерн совладания может включать в себя не только осознанные действия, но и, своего рода, «автоматический» отклик на внешние и внутренние стрессоры [28].

Проблемные вопросы исследования: каковы паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта у российской молодежи? Какова специфика совладания со стрессом у молодежи с разной территориальной близостью / удаленностью к зоне военных проведения действий?

Цель – выявить и описать паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта (СВО) у российской молодежи, в том числе, с учетом принадлежности к разным кругам территориальной близости к зоне проведения военных действий.

В ходе исследования были выдвинуты предположения:

Можно выделить паттерны совладания со стрессом в ситуации военного конфликта, специфичные для молодежи из разных «кругов близости»: жителей фронтовых территорий; жителей пограничных регионов и жителей «условно» отдаленных областей ЦФО. Существует связь паттернов совладания с показателями жизнестойкости и переживания военной угрозы.

Ограничения исследования. В данном исследовании за ограничение принимается относительная нерандомизированность групп сопоставления по качественно-количественным показателям: количество человек и половой состав, при этом используемые статистические методы остаются валидными для неравных групп.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Эмпирическая база исследования. В исследовании приняли участие 583 человека, проживающих в различных регионах Российской Федерации, мужчины ($n=66$) и женщины ($n=517$) в возрасте от 17 до 39 лет ($M = 20,7$; $SD = 4,05$). Респондентам перед прохождением тестирования было предложено дать информированное согласие, которое гарантировало им добровольность участия, возможность выхода из процедуры психологического обследования на любом этапе заполнения форм, конфиденциальность процедуры и использование результатов строго в научных целях и без аффилиации к личным данным, которые могли бы позволить идентифицировать человека.

Респонденты изначально были условно разделены на 3 круга близости к зоне проведения СВО. В основу был заложен критерий территориальной приближенности к месту военного конфликта. Первый круг составили 285 респондентов, проживающих на территории Луганской и Донецкой Народных Республик, второй круг – 110 человек, проживающих в Воронежской,

Белгородской областях, третий круг – 188 человек, проживающих на отдаленных территориях: Костромская, Ярославская, Ивановская, Московская, Ленинградская, Нижегородская области, а также Хабаровский край.

По статусу отношений: 241 человек на данный момент отметили, что состоят в романтических отношениях, 58 – находятся в брачных отношениях, 282 человек – не состоят в отношениях на данный момент. 529 человек не являются военнообязанными.

Описание процедуры. На первом этапе проанализированы результаты описательной статистики и проведено сопоставление средних значений в совокупной выборке респондентов с нормативными данными ($n=583$). Все (100%) респонденты оценили ситуацию СВО как стрессогенный контекст их жизни. На втором этапе исследования на общей выборке был проведен факторный анализ главных осей. В основу факторизации были заложены результаты «Экспресс-опросника копинга Brief COPE» (Ч. Карвер, 1987, в адаптации Т. Л. Крюковой, Н. С. Шиповой, Т. П. Опекиной). Было выделено 3 фактора, отражающие различные паттерны совладания респондентов (совокупная доля объясненной дисперсии 53%). На третьем этапе проводился сопоставительный анализ степени проявленности паттернов совладания – выделенные факторы были сохранены как переменные – у молодежи из разных кругов территориальной близости к зоне проведения военных действий. На четвертом этапе была выявлена специфика связи выделенных паттернов совладания с показателями переживания военной угрозы и жизнестойкости на совокупной выборке исследования.

Превалирующим подходом рассмотрения совладания в данном исследовании можно считать когнитивно-феноменологическую теорию совладания со стрессом (Р. Лазарус, С. Фолкман), рассматривающую совладание как динамический процесс, определяемый спецификой ситуации, проживаемой субъектом, фазой столкновения с агрессором, а также индивидуальной когнитивной оценкой ситуации субъектом.

Методы исследования. Работа выполнена в рамках номотетического подхода. *Методический комплекс* включал:

1) Анкета, предназначенная для определения пола, возраста, рода деятельности, наличия близких отношений, гражданства наличие / отсутствие воинской обязанности у самого респондента и его близких;

2) «Экспресс-опросник копинга» – Brief COPE (Ч. Карвер, 1987), адаптация Т. Л. Крюковой, Н. С. Шиповой, Т. П. Опекиной, 2019-2020, разработан в рамках теории стресса и копинга Р. Лазаруса, измеряет копинг-стратегии как ситуационное поведение. Методика включает 28 пунктов, отражающих 14 стратегий совладающего поведения. В инструкции респондентам предлагалось оценить, какие стратегии / способы они используют и в какой степени в ситуации стресса, вызванного контекстом специальной военной операции [29];

3) «Шкала переживания военной угрозы» (К. В. Карпинский, 2015). Многомерный личностный опросник для измерения когнитивного, аффективного и регулятивно-поведенческого компонентов, а также общей интенсивности переживания военной угрозы. Интеркорреляции между выделенными тремя субшкалами методики лежат в диапазоне 0,65–0,69, коэффициент α -Кронбаха по каждой шкале $\geq 0,70$ [30];

3) «Тест жизнестойкости» (S. Maddi, D. Khoshaba, 1984 / 2001), скрининговая версия в адаптации Е. Н. Осина, 2013. Направлен на диагностику психологических факторов успешного совладания со стрессом, а также снижения и предупреждения внутреннего напряжения в стрессовой ситуации. Опросник содержит 12 утверждений, включает 3 субшкалы: вовлеченность (commitment); контроль (control); принятие риска (challenge). Коэффициент α -Кронбаха = 0,86 [31].

Методы математического анализа данных: дескриптивная статистика, метод выделения факторов из исходной корреляционной матрицы с квадратами коэффициентов множественных корреляций по диагонали в качестве начальных оценок общностей (факторизация главных осей), Н-критерий Краскала-Уоллиса для сравнения более трех независимых групп, критерий Стьюдента для попарного сопоставления, критерий Пирсона для установления значимых корреляций.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

На первом этапе в ходе опроса 583 человек, проживающих в различных регионах Российской Федерации, изучались выраженность копинг-стратегий в контексте ситуации СВО, специфика переживания военной угрозы и жизнестойкости респондентов (см. табл. 1).

Таблица 1

Описательные статистики оцениваемых параметров в эмпирическом исследовании (N=583) и их сопоставление с нормативными показателями

Оцениваемый параметр	Эмпирические результаты (m(sd))	Нормативные результаты (m(sd))
Копинг-стратегии		
Самоотвлечение	5,48 (1,74)	5,27 (1,42)
Активный копинг	4,62 (1,73)	5,79 (1,39)
Отрицание	3,53 (1,66)	2,92 (1,23)
Использование психоактивных веществ	2,70 (1,46)	2,88 (1,21)
Поиск эмоциональной поддержки	5,05 (1,81)	5,11 (1,50)
Поиск инструментальной поддержки	4,58 (1,84)	4,53 (1,42)
Избегание	3,42 (1,57)	3,06 (1,10)
Выражение (выплеск) эмоций	4,49 (1,75)	4,58 (1,35)
Позитивная переоценка	4,47 (1,86)	6,00 (1,39)
Планирование	4,98 (1,78)	5,68 (1,34)
Юмор	3,54 (1,73)	5,24 (1,57)
Принятие	6,05 (1,66)	6,42 (1,11)
Уход в религию	3,71 (1,87)	3,28 (1,56)
Самообвинение	3,46 (1,68)	4,10 (1,47)
Переживание военной угрозы		
Антиципация войны	7,96 (2,04)	6,49 (2,33)
Военная тревога	8,12 (2,27)	6,65 (2,3)
Упреждающая адаптация	9,82 (3,22)	8,02 (2,98)
Переживание военной угрозы	25,9 (6,3)	23,56 (7,48)
Жизнестойкость		
Вовлеченность	7,72 (3,45)	7,94 (3,45)
Контроль	7,35 (2,68)	7,79 (2,55)
Принятие риска	7,26 (3,08)	7,90 (2,82)

Были проанализированы и сопоставлены с нормативными показателями 14 копинг-стратегий молодежи. Установлено, что более напряженной является стратегия «отрицание», а менее выраженными «активный копинг», «позитивная переоценка» и «юмор». Остальные стратегии выражены в соответствии с нормами. Для совладания чаще используется стратегии «принятие», «самоотвлечение» и «поиск эмоциональной поддержки».

Анализ средних значений, стандартных отклонений и сопоставление их с нормативными показателями указывает на то, что такие параметры жизнестойкости, как: вовлеченность, контроль и принятие риска у респондентов находятся в пределах нормативных значений, а показатели переживания военной тревоги находятся в диапазоне значений выше среднего и в большей степени соответствуют данным, полученным авторами методики на выборке 2022 года в контексте начала СВО. При этом, показатели жизнестойкости у респондентов соответствуют средне-нормативным.

Для понимания значимых различий в показателях жизнестойкости и военной угрозы у респондентов разных кругов близости был применен критерий Краскела-Уоллиса. По переживанию военной угрозы и ее показателям значимых различий между группами выявлено не было. Из показателей жизнестойкости значимые различия выявлены только по шкале принятия риска ($p=0,01$). Жители второго круга близости к зоне проведения военных действий ($N=335,99$) отличаются значимо более высокими показателями принятия риска от жителей первого ($N=282,98$) и третьего ($N=279,93$) кругов близости.

Путем факторизации данных, полученных на основе экспресс-опросника копинга, были выделены 3 фактора копинга, которым были даны условные названия: «пассивно-эскапистский паттерн совладания», «проблемно-ориентированный паттерн совладания» и «социально-ориентированный паттерн совладания» (см. табл. 2). Основаниями для такого определения факторов служили доминанты факторов, знак весов переменных и совокупность наиболее значимых весов показателей. Фактор можно рассматривать как обобщенный показатель ряда взаимосвязанных стратегий совладания, который позволит увидеть новые варианты связи между ними в контексте ситуации военных действий и социально-политической напряженности. Метод выделения: факторизация главных осей. Метод вращения: Varimax с нормализацией Кайзера. Вращение сошлось за 6 вариаций. Мера выборочной адекватности КМО = 0,87. Результаты теста сферичности Бартлетта $\chi^2 = 3836,49$; $df = 91$, $p < 0,00$. Общий % объясненной дисперсии: 53. Нагрузки ниже 0,4 не представлены.

Таблица 2

Паттерны совладания с контекстом СВО: результаты факторного анализа ($N=583$)

Копинг-стратегии	Факторы		
	1	2	3
Использование психоактивных веществ	0,807		
Юмор	0,784		
Самообвинение	0,756		
Избегание	0,664		
Отрицание	0,644		
Уход в религию	0,446		
Принятие		0,641	
Планирование		0,596	
Активный копинг		0,438	
Позитивная переоценка		0,528	
Самоотвлечение		0,453	
Выражение (выплеск) эмоций			0,424
Поиск эмоциональной поддержки			0,816
Поиск инструментальной поддержки			0,689
Процент объясненной дисперсии	24,6%	14,34%	14,04%

Фактор 1. «Пассивно-эскапистский паттерн совладания» (факторная нагрузка 3,45, 24,6% объясненной дисперсии). В данный фактор вошли такие стратегии совладания, как «использование психоактивных веществ» (0,81), «юмор» (0,78), «самообвинение» (0,76), «избегание» (0,66), «отрицание» (0,64) и «уход в религию» (0,45). В данный фактор преимущественно вошли стратегии, которые относятся к совладанию, направленному на избегание и регрессивно-му копингу. Такой комплекс копинг-стратегий позволяет снизить стрессогенность ситуативного контекста, не поддающегося непосредственному контролю субъекта совладания.

Фактор 2. «Проблемно-ориентированный паттерн совладания» (факторная нагрузка 2,01, 14,34% объясненной дисперсии). В данный фактор вошли такие стратегии, как «принятие» (0,64), «планирование» (0,6), «позитивная переоценка» (0,53), «самоотвлечение» (0,45) и

«активный копинг» (0,44). Данные стратегии преимущественно относятся к активному, преобразующему копингу, копингу самоконтроля, которые основаны на принятии и решении субъектом возникающих проблем.

Фактор 3. «Социально-ориентированный паттерн совладания» (факторная нагрузка 1,97, 14,04% объясненной дисперсии). В него вошли «поиск эмоциональной поддержки» (0,82), «поиск инструментальной поддержки» (0,7) и «выражение эмоций» (0,42). Данный фактор также отражает активную позицию субъекта, однако эта активность направлена в большей степени на эмоционально-ориентированные коммуникации и поиск социальной поддержки.

Далее были проанализированы различия в выраженности данных факторов в трех группах сопоставления по принадлежности к условному кругу близости к зоне военного конфликта. С помощью критерия Краскела-Уоллиса был выявлен ряд значимых различий (см. табл. 3).

Таблица 3

Различия в выраженности паттернов совладания у молодежи с разной территориальной близостью к СВО (критерий Краскела-Уоллиса)

Паттерны совладания	1 круг близости (n=285)	2 круг близости (n=110)	3 круг близости (n=188)	Уровень значимости (p)
1 фактор («Пассивно-эскапистский»)	317,77	251,45	276,66	0,001
2 фактор («Проблемно-ориентированный»)	276,4	314,42	302,53	0,07
3 фактор («Социально-ориентированный»)	272,75	303,47	314,47	0,02

Наиболее значимые различия выявлены в факторе 1. «Пассивно-эскапистский паттерн совладания» в большей степени характерен для проживающих на территории, непосредственно вовлеченных в военные действия. В наименьшей степени он выражен во втором круге близости – приграничные территории, которые на данный момент приняли на себя военную нагрузку. Также выявлены значимые различия по третьему фактору «Социально-ориентированный паттерн совладания» с его некоторым преобладанием в третьем круге близости – наиболее отдаленных от военных действий территориях. В наименьшей степени данный паттерн характерен для первого круга близости.

На уровне попарного сопоставления с помощью критерия Стьюдента были выявлены значимые различия, представленные в таблице 4.

Таблица 4

Значимые различия в выраженности паттернов совладания разных кругов близости к СВО (критерий Стьюдента)

Паттерны совладания	Среднее			Уровень значимости (p)	Значение критерия Т
	1 круг близости (n=285)	2 круг близости (n=110)	3 круг близости (n=188)		
1 и 2 круги близости					
1 фактор («Пассивно-эскапистский»)	0,15	-0,23		0,000	3,61
1 и 3 круги близости					
1 фактор («Пассивно-эскапистский »)	0,15		-0,1	0,01	2,78
3 фактор («Социально-ориентированный»)	-0,1		0,11	0,02	-2,44
Примечание: между 2 и 3 кругами близости значимые различия отсутствуют					

С помощью попарного сопоставления были выявлены значимые различия по выделенным паттернам копинга только между первым и третьим кругами близости: 1 фактор «Пассивно-эскапистский паттерн совладания» значимо выше в первом круге близости, а 3 фактор

«Социально-ориентированный паттерн совладания» значимо выше в третьем круге близости. Также выявлено значимое различие в степени выраженности 1 фактора «Пассивно-эскапистский паттерн совладания» в первом и втором кругах близости с его превалированием также в первом круге. То есть чем территориально ближе к зоне проведения специальной военной операции, тем более ярко выражен пассивный эскапистский копинг. Чем дальше, тем в большей степени люди ориентированы на отреагирование эмоций и поиск поддержки.

Далее было проверено предположение о том, что жизнестойкость и переживание военной угрозы будет специфично связано с используемыми паттернами совладания в данном контексте. С помощью корреляционного анализа (критерий Пирсона) были выявлены значимые связи (см. табл. 5).

Таблица 5

Значимые связи факторов (паттернов) совладания и показателей жизнестойкости и переживания военной угрозы по критерию Пирсона (N=583)

Переменные	1 фактор («Пассивно-эскапистский паттерн совладания»)	2 фактор («Проблемно-ориентированный паттерн совладания»)	3 фактор («Социально-ориентированный паттерн совладания»)
Связь с показателями жизнестойкости			
Вовлеченность	-0,31**		
Контроль	-0,3**		
Принятие риска			-0,3**
Жизнестойкость	-0,32**		
Связь с показателями переживания военной угрозы			
Антиципация войны		0,33**	
Военная тревога			0,32**
Упреждающая адаптация			0,3**
Переживание военной угрозы		0,31**	0,33**
Примечание: * $p \leq 0,05$, ** $p \leq 0,01$			

Отдельно была изучена сопряженность факторов между собой. Была выявлена значимая прямая, но рассеянная связь проблемно-ориентированного и социально-ориентированного паттернов совладания (то есть двух факторов, отражающих активный копинг субъекта, $p \leq 0,01$). Связей 1 и 3, 1 и 2 факторов выявлено не было. Таким образом, выявлена относительная автономия Пассивно-эскапистского паттерна совладания со стрессовыми нагрузками в контексте СВО.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Начало специальной военной операции (СВО) связано со стрессом, сопряженным со страхом и тревогой за себя и близких, беспокойством о будущем и отдельных аспектах своей жизни в настоящем. В ходе опроса, предваряющего сбор данных с помощью стандартизированных личностных опросников, было выявлено, что 100% респондентов оценивают контекст СВО как источник стресса. Респонденты в ответах отмечали ухудшение психоэмоционального состояния, соматические нарушения на фоне непосредственного наблюдения событий войны, утраты чувства безопасности, разрыва близких отношений вследствие разногласий, пространственных барьеров, отчуждения, утраты, разлуки с близкими, принимающими участие в военной операции. Примеры высказываний и описаний респондентов ярко это иллюстрируют: «Тяжелое эмоциональное состояние», «...в большей степени, отразилась в психологическом плане, поскольку стало просто страшно жить, а, следовательно, страшно строить планы на жизнь, когда ты не знаешь что будет завтра и вообще будет ли это завтра», «Тревожно жить, т.к. есть вероятность что близкие люди могут оказаться непосредственно участниками СВО», «Поднялся уровень стресса», «Тревожность, нет определенности, страх будущего», «Эта ситуация настора-

живает и пугает меня, вырос уровень тревожности, стресса, волнения и негатива в целом», «Психологически тяжело жить в военных условиях», «Нервная система в шатком состоянии», «Появился страх за свою жизнь», «Ухудшилось психологическое и физическое здоровье», «Невозможно быть равнодушным и сосредоточиться на своей жизни в потоке переживаний о жизнях других», «Потеря близкого человека на СВО очень повлияла на семью» и т. д.

12% респондентов отметили, что специальная военная операция негативно не отразилась на их собственной жизни, но даже в данном случае отмечали признаки стресса в ходе опроса, объясняя информационной перегрузкой, волнением за Родину и др.

Анализ представленных результатов позволяет утверждать, что для респондентов характерен достаточно высокий уровень стресса, обусловленного военной тревогой и угрозами, что подтверждается и на уровне анализа стандартизированной методики. Так, показатели переживания военной тревоги, антиципации войны, упреждающей адаптации находятся в диапазоне значений выше среднего, при чем, независимо от «круга близости» к зоне проведения военных действий, и в большей степени соответствуют данным, полученным авторами методики на выборке 2022 года жителей Гродненской области. Авторы методики указывают, что данные, полученные в 2022 году, значимо выше показателей, полученных на выборках 2014-2015 гг., что они также связывают с контекстуальным фактором стресса, т. е. близости к зоне СВО (Карпинский, 2022). Высокая тревога в условиях войны и военной угрозы связана с необходимостью экзистенциального противостояния наполненным негативом данностям: увечья, смерть, изоляция, разрыв и др., что актуализирует осознание человеком своих личных ресурсов, которые выступают буфером в данной ситуации, и эффективных стратегий совладания, способных снизить стресс и поддержать устойчивость.

Анализ стратегий совладания, в свою очередь, показал, что более напряженной в общей выборке респондентов является стратегия «отрицание», а менее выраженными «активный копинг», «позитивная переоценка» и «юмор». При этом с точки зрения ранговой иерархии наиболее часто используются относительно конструктивные стратегии «принятие», «самоотвлечение» и «поиск эмоциональной поддержки», ориентированные на сохранение ресурсов, саморегуляцию, поддержание внутреннего баланса в мало подконтрольной ситуации. Стратегии совладания со стрессом в данном контексте в основном не отличаются ярко выраженной напряженностью, их показатели находятся в зоне нормативных значений. Это может говорить о росте адаптации к пролонгированной стрессовой нагрузке, что согласуется с показателями жизнестойкости: вовлеченность соответствует средним нормативным значениям, контроль и принятие риска незначительно ниже нормы. Стоит отметить, что принятие риска достоверно выше в группе респондентов второго круга близости к зоне проведения военных действий, что, вероятно, позволяет им прибегать к стратегиям «жизнестойкого совладания» [32], то есть верить в свои силы, в возможность решения ситуации, предпринимать активные действия по снижению стрессогенной нагрузки и восстановлению внутреннего баланса. Следует подчеркнуть, что активность копинга в данном контексте направлена не на преобразование стрессовой ситуации, которая неподконтрольна человеку. Эта активность направлена на эффективную адаптацию к ситуации, которая воспринимается как заданный контекст современной жизни. Жизнестойкость позволяет невольным свидетелям войны проявлять экзистенциальную отвагу, которая, в свою очередь, обеспечивает независимость от ситуативных переживаний, и преодоление базовой тревоги, актуализирующейся в ситуации неопределенности и необходимости выбора. Значения жизнестойкости позволяют прогнозировать относительно благополучное совладание со стрессом в условиях военного конфликта у молодежи. Возможно, это можно объяснить поколенческой спецификой. Так, в своих исследованиях Н. В. Сиврикова с коллегами отметили, что постсоветское поколение отличается более высоким уровнем жизнестойкости, чем старшие поколения, так как оно не испытало последствий социально-экономического кризиса, связанного с распадом СССР. Становление их самосознания происходило в стабильном, прогнозируемом обществе, не требующем мобилизации внутренних ресурсов в условиях глобальных перемен [33]. Данное заключение диссонирует в общепринятыми интерпретациями о том, что высокие стрессовые нагрузки и эффективная адаптация к ним повышают адаптивный потенциал личности. Можно предположить, что существует эффект «психо-эмоционального выгорания и истощения» на фоне высокого пролонгированного стресса, но это нуждается в дальнейших научных исследованиях.

Путем факторизации были выделены 3 фактора копинга, которым были даны условные названия: «пассивно-эскапистский», «проблемно-ориентированный» и «социально-ориентированный» паттерны совладания. В данном случае паттерн совладания с контекстуальным стрессом понима-

ется как совокупность стратегий, которые люди применяют для снижения стрессогенной нагрузки контекста и адаптации к нему. Эти паттерны помогают справляться с эмоциональными, социальными, когнитивными вызовами, сопряженными в данном случае с контекстом военной угрозы и нестабильности. Было установлено, что большим объяснительным потенциалом обладает первый паттерн – 24,6% объясненной дисперсии. В данный паттерн вошли относительно неконструктивные стратегии совладания: «использование психоактивных веществ», «юмор» (как отвлечение), «самообвинение», «избегание», «отрицание» и «уход в религию». При этом было выявлено, что данный паттерн характерен в первую очередь для первого круга близости и связан с низкими показателями жизнестойкости. Возможно, это объясняется тем, что сензитивный период формирования жизнестойкости молодежи, проживающих в данный момент на вновь присоединенных территориях, приходился на время высокой социально-экономической, политической турбулентности, их взросление пришлось на достаточно сложные годы высокой неопределенности и риска для жизни. Это так называемые «дети войны». Это могло обусловить снижение показателей устойчивости и «нежизнестойкое» противостояние стрессовой нагрузке военного времени. Мы предполагаем, что такое совладание ориентированно на «экономию» сил и ресурсов, т.к. ситуация войны очень продолжительная, постоянная, но к желаемому эффекту (устойчивости) такой копинг не приводит. Данные результаты следует рассматривать как «зону риска» и обоснование необходимости разработки специализированных программ помощи и оказания поддержки данной категории молодежи. В ряде зарубежных исследований подчеркивается негативная роль сосредоточения на эмоциях и их выплеска вместе с поведенческим отстранением в ситуации стресса, связанного с войной: снижение качества жизни, психологического благополучия, повышение тревожности и выраженности симптоматики ПТСР [34]. Избегание, в свою очередь, часто играют стрессогенерирующую роль и усиливают уязвимость людей к жизненным стрессорам [35]. Оно включает когнитивные и поведенческие усилия, ориентированные на отрицание, минимизацию или иное избегание непосредственного взаимодействия со стрессовыми требованиями, и тесно связано с дистрессом и депрессией. Опора на когнитивное и поведенческое избегание генерирует широкий спектр стрессоров, позволяет активно расти зарождающимся стрессорам [36].

В нашем случае мы получили еще более настораживающее сочетание: отстранение, уход, избегание (отказ от конструктивной активности, направленной на преодоление и изменение ситуации) на фоне использования психоактивных веществ, самообвинения и обращения к магическому мышлению. В данном случае можно говорить о состоянии измененного сознания, которое не позволяет выйти из порочного круга травмы. Более того, связи данного паттерна с более конструктивными «проблемно-и-социально-ориентированными» паттернами совладания выявлено не было, что говорит о его относительной автономии, повышении риска дезадаптации и психологического неблагополучия.

Второй и третий паттерн обладают примерно одинаковой объяснительной силой – каждый 14% объясненной дисперсии. Второй паттерн, получивший условное название «проблемно-ориентированный» образован сочетанием стратегий, которые можно отнести к активному, преобразующему копингу и самоконтролю: «принятие», «планирование», «позитивная переоценка», «самоотвлечение» и «активный копинг». Данный паттерн незначительно превалирует во втором круге близости: приграничные территории. Стоит отметить, что именно данные респонденты отличаются более высоким уровнем принятия риска в структуре жизнестойкости, что позволяет им проявлять субъектную активность, сохранять деятельную позицию по отношению к своей жизни в высоко стрессогенном контексте и эффективно адаптироваться к ситуации, проявлять контекстуальную гибкость, сочетать поведенческие и когнитивно-эмоциональные способы.

Третий паттерн «социально-ориентированный» основан на таких стратегиях, как «поиск эмоциональной и инструментальной поддержки» и «выражение эмоций». Данный фактор значимо превалирует в третьем круге близости и не характерен для респондентов из первой группы. Выражение эмоций в данном случае выступает способом взаимодействия с социумом для решения проблем или снижения стресса. Если второй паттерн можно отнести к «внутриличностному совладанию», ориентированному на внутриличностные ресурсы, изменение когнитивных схем, то третий паттерн – к «межличностному», сосредоточенному на использовании социальных отношений, внешних ресурсов для облегчения восстановления состояния в ситуации стресса и постстресса [37]. В исследованиях подчеркивается важность активного совладания [38], показано, что люди, которые часто используют активные, агентные внутриличностные навыки совладания, а также интерактивные (обращение к поддержке) и гибкость в использовании активных

стратегий совладания демонстрируют более высокие показатели устойчивости в ситуации стресса и постстрессового восстановления [39].

Нами, в свою очередь, установлено, что чем ближе к зоне проведения специальной военной операции, тем более ярко выражен пассивный копинг, чем дальше, тем в большей степени люди ориентированы на отреагирование эмоций и поиск поддержки, особенно при условии выраженной военной тревоги, что обусловлено информационными перегрузками или дефицитом субъективного контроля над жизненной ситуацией.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования подчеркивают очевидное влияние специальной военной операции (СВО) на психоэмоциональное состояние молодежи, проживающей на разных территориях страны. Военный конфликт является контекстуальным источником сильного, пролонгированного стресса, сопряженного с симптомами тревожности, страхом за будущее, ухудшением психического / физического здоровья, информационной перегрузкой и беспокойством за страну, близких, что зафиксировано как на уровне самооценки респондентов, так и при заполнении ими бланков стандартизированных методик. Данные результаты имеют научную и практическую значимость, так как они не только иллюстрируют текущее состояние психоэмоционального здоровья молодых людей, но и подчеркивают важность дальнейших исследований в области психологической поддержки в условиях военных конфликтов, что может способствовать разработке рекомендаций для повышения устойчивости и снижения стрессовых нагрузок.

Результаты анализа стратегий совладания со стрессом у респондентов демонстрируют преобладание стратегии «отрицание», что само по себе является весьма неконструктивным копингом, а также более выраженное использование стратегий «принятие», «самоотвлечение» и «поиск эмоциональной поддержки». Однако в совокупности эти стратегии ориентированы на сохранение ресурсов и поддержание внутреннего баланса, указывают на возможный рост адаптации к пролонгированному стрессу, что согласуется с показателями жизнестойкости. Несмотря на наличие ярко выраженной военной тревоги, показатели жизнестойкости молодежи, выросшей в относительно стабильных геополитических условиях, позволяют эффективно адаптироваться к стрессовым ситуациям. Это расходится с устоявшейся в науке позицией, что самой уязвимой категорией в ситуации военной угрозы становится молодежь, у которой еще не сформировалась система ментальных и социальных ресурсов, не пройдены основные этапы «социального закалывания». Результаты показывают, что высокий уровень жизненной энергии, расширяющийся социальный капитал и разнообразие сфер для самореализации позволяет молодежи более гибко адаптироваться к стрессам и угрозам социальной нестабильности. Вместе с тем акцент на адаптации, а не на преобразовании стрессогенной ситуации, может указывать на потенциальный риск психоэмоционального выгорания и истощения личности в дальнейшем.

Выделенные в исследовании три паттерна копинга, один из которых можно условно отнести к пассивному совладанию («пассивно-эскапистский»), а два следующих – к активному («проблемно-ориентированный» и «социально-ориентированный»), связаны с территориальной близостью / отдаленностью от зоны военного конфликта; отражают различные, относительно устойчивые модели совладания с контекстуальным стрессом, вызванным военной угрозой и нестабильностью повседневной жизни.

Первый паттерн, характеризующийся неконструктивными стратегиями, такими как «использование психоактивных веществ» и «избегание», продемонстрировал наибольший объяснительный потенциал, характерен в первую очередь для первого круга близости к зоне военных действий и связан с низкими показателями жизнестойкости молодежи. Эти данные подчеркивают необходимость разработки специализированных программ поддержки для данной группы, так как существующие стратегии совладания не приводят к желаемой устойчивости и могут усугублять состояние психологического неблагополучия.

Второй паттерн, «проблемно-ориентированный», основан на активных стратегиях, таких как «принятие» и «планирование», демонстрирует не только более высокий уровень адаптации респондентов, находящихся в приграничных территориях, но и субъектную позицию молодежи,

готовность к преобразованию стрессовой ситуации, принятию риска и поиску гибких стратегий реагирования. Это свидетельствует о важности субъектной активности, деятельностной позиции, контекстуальной гибкости в условиях стресса, умении сочетать поведенческие и когнитивно-эмоциональные способы совладания.

Третий паттерн, «социально-ориентированный», наиболее характерный для молодежи «третьего круга близости», проживающей на отдаленных от зоны военных действий территориях, акцентирует внимание на значимости социальной поддержки и выражения эмоций, что обуславливает необходимость разнообразных межличностных взаимодействий для эффективного совладания со стрессом и постстрессовыми состояниями. Данный фактор не характерен для респондентов из первой группы, замыкающихся на своих проблемах или отрицающих угрозу, не использующих социальные ресурсы для совладания со стрессом.

Выделенные паттерны частично согласуются с описанными моделями копинга в исследовании M. B. Nielsen, S. Knardahl, где было установлено, что из трех паттернов совладания наиболее связан с дистрессом в долгосрочной перспективе паттерн «Стратегии совладания с отменой в форме самообвинения и самоотвлечения», что также подтверждает, что выделенный «пассивно-эскапистский» паттерн, характерный для первого круга близости к СВО, является зоной высокого риска [40].

Полученные результаты имеют важное научное значение, поскольку они подчеркивают необходимость дальнейших исследований в области психологии стресса и адаптации, особенно у молодежи, переживающей военные конфликты. Это может способствовать разработке более эффективных стратегий психологической поддержки и интервенций в условиях кризиса.

ФИНАНСИРОВАНИЕ

Исследование проводится при финансовой поддержке ГЗ, проект № FZEW-2023-0003 «Социализация, идентичность и жизненные стратегии молодежи в условиях "новых войн"».

ЛИТЕРАТУРА

1. Смирнов В.А. Социальное самочувствие российской молодежи в условиях специальной военной операции // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2024. № 77. С. 241–250. doi: 10.17223/1998863X/77/20
2. Организация Объединенных Наций. Преобразование нашего мира: Повестка дня в области устойчивого развития на период до 2030 года [Электронный ресурс]: резолюция Генеральной Ассамблеи ООН A/RES/70/1. 2015. URL: <https://sdgs.un.org/2030agenda> (дата обращения: 27.05.2025).
3. ЮНЕСКО. Доклад по мониторингу глобального образования, 2021/2: Негосударственные субъекты в образовании [Электронный ресурс]. 2021. URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379875> (дата обращения: 27.05.2025).
4. Совет Европы. Стратегия молодежного сектора на период до 2030 года [Электронный ресурс]. 2020. URL: <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-sector-strategy-2030> (дата обращения: 27.05.2025).
5. Воронцова А.В., Блинова Е.Е. Жизненные стратегии студентов вуза: опыт сравнительного анализа // Перспективы науки и образования. 2025. № 2. С. 496–510. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.2.31>
6. Павлова Е.В., Краснорядцева О.М., Лейфа А.В. [и др.] Вовлеченность студенческой молодежи в пространство жизнеосуществления: проблема концептуализации феномена в новых социокультурных условиях. Чебоксары: Среда; 2023. 296 с.
7. Vesco P., Baliki G., Brück T., Döring S., Eriksson A., Fjelde H., Guha-Sapir D., Hall J., Knutsen C. H., Leis M. R., Mueller H., Rauh C., Rudolfson I., Swain A., Timlick A., Vassiliou P.T.B, von Schreeb J., von Uexkull N., Hegre H. The impacts of armed conflict on human development: A review of the literature // World Development. 2025. Vol. 187. P. 106806. doi: 10.1016/j.worlddev.2024.106806
8. Morina N. Mental health among adult survivors of war in low- and middle-income countries: Epidemiology and treatment outcome // In: Morina N., Nickerson A. Mental Health of Refugee and Conflict-Affected Populations: Theory, Research and Clinical Practice. Cham: Springer. 2018. P. 3–14. doi: 10.1007/978-3-319-97046-2_1
9. Lim, I. C. Z. Y., Tam, W. W. S., Chudzicka-Czupala, A., McIntyre, R. S., Teopiz, K. M., Ho, R. C., & Ho, C. S. H. Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress in war- and conflict-afflicted areas: A meta-

- analysis // *Frontiers in psychiatry*. 2022. Vol. 13. P. 978703. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.978703>
10. Peltonen K. Children and war – vulnerability and resilience // *European Journal of Developmental Psychology*. 2024. Vol. 22. P. 1-13. doi:10.1080/17405629.2024.2382410
 11. Александрова Л.А., Дмитриева С.О. Дети в условиях войны: обзор зарубежных исследований // *Современная зарубежная психология*. 2024. Vol. 13. № 1. С. 139–149. doi: 10.17759/jmfr.2024130113
 12. Macksood M.S., Dyregrov A., Raundalen M. Traumatic War Experiences and Their Effects on Children // In: Wilson J.P., Raphael B. (eds) *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. The Plenum Series on Stress and Coping*. Cham: Springer; Boston, MA; 1993. doi:10.1007/978-1-4615-2820-3_52
 13. Ханелия Н.В. Современные представления о трансгенерационной передаче травмы // *Журнал Практической Психологии и Психоанализа*. 2019. №1. Режим доступа: <https://psyjournal.ru/articles/sovremennye-predstavleniya-o-transgeneracionnoy-peredache-travmy> (дата обращения 04.03.2025).
 14. Harkness L.L. Transgenerational Transmission of War-Related Trauma // In: Wilson J.P., Raphael B. (eds) *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. The Plenum Series on Stress and Coping*. Cham: Springer, Boston, MA. 1993. doi:10.1007/978-1-4615-2820-3_53
 15. Raccanello D., Burro R., Aristovnik A., Ravšelj D., Umek L., Vicentini G., Hall R., Buizza C., Buzdar M. A., Chatterjee S., Cucari N., Dobrowolska B., Ferreira-Oliveira A.T., França T., Ghilardi A., Inasius F., Kar S.K., Karampelas K., Kuzyshyn, A., ... Tomaževič, N. Coping and emotions of global higher education students to the Ukraine war worldwide // *Scientific Reports*. 2024. Vol. 14. №1. P. 1-11. doi: 10.1038/s41598-024-59009-3
 16. Schwarzer R. Stress, resilience, and coping resources in the context of war, terror, and migration // *Current Opinion in Behavioral Sciences*. 2024. Vol. 57. P.101393. doi: 10.1016/j.cobeha.2024.101393
 17. Карпинский К. В. Переживание военной угрозы: содержание, структура, функции // *История, современность и перспективы развития психологии в системе Российской академии наук: материалы Международной юбилейной научной конференции, посвященной 50-летию создания Института психологии РАН; 16–18 ноября 2022 г. Москва: Институт психологии РАН; 2022. С. 859-861.*
 18. Vintilă M., Lăzărescu G.-M., Kalaitzaki A., Tudorel O.I., Goian C. Fake news during the war in Ukraine: coping strategies and fear of war in the general population of Romania and in aid workers // *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. P.1151794. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1151794
 19. Берзин Б.Ю., Пышминцева О.А. Влияние информационного стресса на степень адаптированности населения региона // *Народонаселение*. 2024. Т. 27. №2. С. 56-70. doi: 10.24412/1561-7785-2024-2-56-70
 20. Jones-Mason K., Behrens K., Bahm N. The psychobiological consequences of child separation at the border: lessons from research on attachment and emotion regulation // *Attachment & Human Development*. 2019. Vol. 23. P.1-36. doi:10.1080/14616734.2019.1692879
 21. Spaas C., Verelst A., Devlieger I., Aalto S., Andersen A. J., Durbeej N., Hilden P. K., Kankaanpää R., Primdahl N. L., Opaas M., Osman F., Peltonen K., Sarkadi, A., Skovdal M., Jervelund S. S., Soye E., Watters C., Derluyn I., Colpin H., & De Haene L. Mental Health of Refugee and Non-refugee Migrant Young People in European Secondary Education: The Role of Family Separation, Daily Material Stress and Perceived Discrimination in Resettlement // *Journal of youth and adolescence*. 2022. Vol. 51. № 5. P. 848–870. doi:10.1007/s10964-021-01515-y
 22. Waddoups A.B., Yoshikawa H., Strouf K. Developmental Effects of Parent–Child Separation // *Annual Review of Developmental Psychology*. 2019. Vol.1. P. 387-410. doi:10.1146/annurev-devpsych-121318-085142
 23. Певная М.В., Шуклина Е.А., Киенко Т.С., Тарасова А.Н., Андрианова Е.В., Худякова М.В., Шаповалова И.С. Страхи российского студенчества в ситуации социальной неопределенности (весна 2022 года). Научный результат // *Социология и управление*. 2022. Т. 8. №3. С.116-136.
 24. Муращенкова Н.В. Психологическое состояние российской студенческой молодежи в условиях кризиса: связь с культурным и политическим патриотизмом // *Психологическая наука и образование*. 2024. Т. 29. №4. С.63–73. doi: 10.17759/pse.2024290405
 25. Клочкова А.В., Захаренко Н.А. Социально-психологическое самочувствие студентов: результаты социологического исследования // *Педагогика и психология образования*. 2023. №1. С. 176-189.
 26. Schwarzer R., Knoll N. Positive coping: Mastering demands and searching for meaning // In: S.J. Lopez & C.R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. American Psychological Association; 2003. P. 393-409. doi:10.1037/10612-025
 27. Lazarus R.S. On the primacy of cognition // *American Psychologist*. 1984. Vol. 39. №2. P. 124–129. doi:10.1037/0003-066X.39.2.124
 28. Skinner E.A., Edge K., Altman J., Sherwood H. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping // *Psychol. Bull.* 2003. Vol.129. P. 216–269. doi: 10.1037/0033-2909.129.2.216
 29. Крюкова Т.Л., Екимчик О.А., Опекина Т.П. Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях. Кострома: Костром. гос. ун-т; 2019. С. 34–36.
 30. Карпинский К.В., Колышко А.М., Парфёнова Т.В. Современные методы психологической диагностики. Гродно: ГрГУ; 2022. С. 178-208.
 31. Осин Е.Н. Факторная структура краткой версии Теста жизнестойкости // *Организационная психология*. 2013. Т. 3. №3. С. 42-60.
 32. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл; 2006. 63 с.
 33. Свирикова Н.В., Постникова М.И., Солдатова Е.Л., Пташко Т.Г., Черникова Е.Г., Шевченко А.А. Сравнительный анализ жизнестойкости представителей разных поколений современной России // *Российский психологический журнал*. 2019. Т. 16. № 1. С. 144-165.
 34. Crişan C., Milhem Z., Stretea R., Hossu R., Florean I., Cherecheş R. Coping Mechanisms during the War in

- Ukraine: A Cross-Sectional Assessment among Romanian Population // *Healthcare*. 2023. Vol.11. P.1412. doi: 10.3390/healthcare11101412.
35. Penley J.A., Tomaka J., Wiebe J.S. The association of coping to physical and psychological health outcomes: a meta-analytic review // *Journal of behavioral medicine*. 2002. Vol. 25. №6. P.551–603. doi: 10.1023/a:1020641400589
 36. Holahan C.J., Moos R.H., Holahan C.K., Brennan P.L., Schutte K.K. Stress generation, avoidance coping, and depressive symptoms: a 10-year model // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2005. Vol.73. №4. P. 658–660. doi: 10.1037/0022-006X.73.4.658
 37. Calhoun C.D., Stone K.J., Cobb A.R., Patterson M.W., Danielson C.K., Bendežú J.J. The Role of Social Support in Coping with Psychological Trauma: An Integrated Biopsychosocial Model for Posttraumatic Stress Recovery // *The Psychiatric quarterly*, 2022. Vol. 93. №4. P.949–970. doi: 10.1007/s11126-022-10003-w
 38. Luszczynska A., Benight C.C., Cieslak R. Self-efficacy and health-related outcomes of collective trauma: A systematic review // *European Psychologist*. 2009. Vol. 14. P. 51–62. doi: 10.1027/1016-9040.14.1.51
 39. Park M., Chang E.R., You S. Protective role of coping flexibility in PTSD and depressive symptoms following trauma // *Personality and Individual Differences*. 2015. Vol. 82. P.102–106. doi: 10.1016/j.paid.2015.03.007
 40. Nielsen, M. B., Knardahl, S. Coping strategies: a prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress // *Scandinavian journal of psychology*. 2014. Vol. 55. № 2. P. 142–150. doi:10.1111/sjop.12103

REFERENCES

1. Smirnov V.A. Social well-being of Russian youth in the conditions of a special military operation. *Bulletin of Tomsk State University. Philosophy. Sociology. Political Science*, 2024, no. 77. pp. 241–250. doi: 10.17223/1998863X/77/20 (in Russ).
2. United Nations. (2015). Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development (A/RES/70/1). <https://sdgs.un.org/2030agenda>
3. UNESCO. (2021). Global Education Monitoring Report 2021/2: Non-state actors in education. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf00000379875>
4. Council of Europe. (2020). Youth Sector Strategy 2030. <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-sector-strategy-2030>
5. Vorontsova A.V., Blinova E.E. Life strategies of university students: experience of comparative analysis. *Perspectives of science and education*, 2025, no. 2. pp. 496–510. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.2.31> (in Russ).
6. Pavlova E.V., Krasnoryadtseva O.M., Leifa A.V. [et al.] Involvement of student youth in the space of life: the problem of conceptualizing the phenomenon in new socio-cultural conditions. *Cheboksary, Sreda Publ.*, 2023. 296 p. (in Russ).
7. Vesco P., Baliki G., Brück T., Döring S., Eriksson A., Fjelde H., Guha-Sapir D., Hall J., Knutsen C. H., Leis M. R., Mueller H., Rauh C., Rudolfson I., Swain A., Timlick A., Vassiliou P.T.B, von Schreeb J., von Uexkull N., Hegre H. The impacts of armed conflict on human development: A review of the literature. *World Development*, 2025, vol. 187, p. 106806. doi: 10.1016/j.worlddev.2024.106806
8. Morina N. Mental health among adult survivors of war in low- and middle-income countries: Epidemiology and treatment outcome. In: Morina N., Nickerson A. *Mental Health of Refugee and Conflict-Affected Populations: Theory, Research and Clinical Practice*. Cham: Springer, 2018, pp. 3–14. doi: 10.1007/978-3-319-97046-2_1
9. Lim, I. C. Z. Y., Tam, W. W. S., Chudzicka-Czupala, A., McIntyre, R. S., Teopiz, K. M., Ho, R. C., & Ho, C. S. H. Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress in war- and conflict-afflicted areas: A meta-analysis. *Frontiers in psychiatry*, 2022, vol. 13, p. 978703. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.978703>
10. Peltonen K. Children and war – vulnerability and resilience. *European Journal of Developmental Psychology*, 2024, vol. 22, pp.1–13. doi:10.1080/17405629.2024.2382410
11. Aleksandrova L.A., Dmitrieva S.O. Children in war conditions: a review of foreign studies. *Modern Foreign Psychology*, 2024, vol. 13, no. 1, pp. 139–149. doi: 10.17759/jmfp.2024130113 (in Russ.)
12. Macksoud M.S., Dyregrov A., Raundalen M. Traumatic War Experiences and Their Effects on Children. In: Wilson J.P., Raphael B. (eds) *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. The Plenum Series on Stress and Coping*. Cham: Springer; Boston, MA; 1993. doi: 10.1007/978-1-4615-2820-3_52
13. Khanelia N.V. Modern concepts of transgenerational transmission of trauma. *Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis*, 2019, no. 1. Access mode: <https://psyjournal.ru/articles/sovremennyye-predstavleniya-o-transgeneracionnoy-peredache-travmy> (date of access 03/04/2025). (in Russ.)
14. Harkness L.L. Transgenerational Transmission of War-Related Trauma. In: Wilson J.P., Raphael B. (eds) *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. The Plenum Series on Stress and Coping*. Cham: Springer, Boston, MA, 1993. doi: 10.1007/978-1-4615-2820-3_53
15. Raccanello D., Burro R., Aristovnik A., Ravšelj D., Umek L., Vicentini G., Hall R., Buizza C., Buzdar M. A., Chatterjee S., Cucari N., Dobrowolska B., Ferreira-Oliveira A.T., França T., Ghilardi A., Inasius F., Kar S.K., Karampelas K., Kuzyshyn, A., ... Tomažević, N. Coping and emotions of global higher education students to the Ukraine war worldwide. *Scientific Reports*, 2024, vol. 14, no. 1, pp. 1–11. doi: 10.1038/s41598-024-59009-3
16. Schwarzer R. Stress, resilience, and coping resources in the context of war, terror, and migration. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 2024, vol. 57, p.101393. doi:10.1016/j.cobeha.2024.101393

17. Karpinsky K. V. Experiencing a military threat: content, structure, functions. History, modernity and prospects for the development of psychology in the system of the Russian Academy of Sciences: Proceedings of the International Jubilee Scientific Conference dedicated to the 50th anniversary of the establishment of the Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences; November 16–18, 2022. Moscow, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, 2022, pp. 859–861. (in Russ.)
18. Vintilă M., Lăzărescu G.-M., Kalaitzaki A., Tudorel O.I., Goian C. Fake news during the war in Ukraine: coping strategies and fear of war in the general population of Romania and in aid workers. *Front. Psychol.*, 2023, vol. 14, p.1151794. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1151794
19. Berzin B.Yu., Pyshmintseva O.A. The Impact of Information Stress on the Degree of Adaptation of the Population of a Region. *Population*, 2024, vol. 27, no. 2, pp. 56-70. doi: 10.24412/1561-7785-2024-2-56-70 (in Russ.)
20. Jones-Mason K., Behrens K., Bahm N. The psychobiological consequences of child separation at the border: lessons from research on attachment and emotion regulation. *Attachment & Human Development*, 2019, vol. 23, pp.1-36. doi:10.1080/14616734.2019.1692879
21. Spaas C., Verelst A., Devlieger I., Aalto S., Andersen A. J., Durbeej N., Hilden P. K., Kankaanpää R., Primdahl N. L., Opaas M., Osman F., Peltonen K., Sarkadi, A., Skovdal M., Jervelund S. S., Soye E., Watters C., Derluyn I., Colpin H., & De Haene L. Mental Health of Refugee and Non-refugee Migrant Young People in European Secondary Education: The Role of Family Separation, Daily Material Stress and Perceived Discrimination in Resettlement. *Journal of youth and adolescence*, 2022, vol. 51, no. 5, pp. 848–870. doi: 10.1007/s10964-021-01515-y
22. Waddoups A.B., Yoshikawa H., Strouf K. Developmental Effects of Parent–Child Separation. *Annual Review of Developmental Psychology*, 2019, vol.1, pp. 387–410. doi: 10.1146/annurev-devpsych-121318-085142
23. Pevnaya M.V., Shuklina E.A., Kienko T.S., Tarasova A.N., Andrianova E.V., Khudyakova M.V., Shapovalova I.S. Fears of Russian students in a situation of social uncertainty (spring 2022). *Scientific result. Sociology and Management*, 2022, vol. 8, no. 3, pp. 116–136. (in Russ.)
24. Murashchenkova N.V. Psychological state of Russian student youth in times of crisis: connection with cultural and political patriotism. *Psychological science and education*, 2024, vol. 29, no. 4, pp. 63–73. doi: 10.17759/pse.2024290405 (in Russ.)
25. Klochkova A.V., Zakharchenko N.A. Social and psychological well-being of students: results of a sociological study. *Pedagogy and Psychology of Education*, 2023, no. 1, pp. 176–189. (in Russ.)
26. Schwarzer R., Knoll N. Positive coping: Mastering demands and searching for meaning. In: S.J. Lopez & C.R. Snyder (Eds.). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures. American Psychological Association*, 2003, pp. 393–409. doi: 10.1037/10612-025
27. Lazarus R.S. On the primacy of cognition. *American Psychologist*, 1984, vol. 39, no. 2, pp. 124–129. doi:10.1037/0003-066X.39.2.124
28. Skinner E.A., Edge K., Altman J., Sherwood H. Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychol. Bull.*, 2003, vol.129, pp. 216–269. doi: 10.1037/0033-2909.129.2.216
29. Kryukova T.L., Ekimchik O.A., Opekina T.P. Psychology of coping with difficulties in close (interpersonal) relationships. Kostroma, Kostroma state University Publ., 2019, pp. 34–36. (in Russ.)
30. Karpinsky K.V., Kolyshko A.M., Parfenova T.V. Modern methods of psychological diagnostics. Grodno, Grodno State University, 2022, pp. 178–208. (in Russ.)
31. Osin E.N. Factor structure of the short version of the Hardiness Test. *Organizational Psychology*, 2013, vol. 3, no. 3, pp. 42–60. (in Russ.)
32. Leontiev D.A., Rasskazova E.I. Hardiness Test. Moscow, Smysl Publ., 2006, 63 p. (in Russ.)
33. Sivrikova N.V., Postnikova M.I., Soldatova E.L., Ptashko T.G., Chernikova E.G., Shevchenko A.A. Comparative analysis of the resilience of representatives of different generations of modern Russia. *Russian Psychological Journal*, 2019, vol. 16, no. 1, pp. 144–165. (in Russ.)
34. Crişan C., Milhem Z., Stretea R., Hossu R., Florean I., Cherecheş R. Coping Mechanisms during the War in Ukraine: A Cross-Sectional Assessment among Romanian Population. *Healthcare*, 2023, vol. 11, p. 1412. doi: 10.3390/healthcare11101412.
35. Penley J.A., Tomaka J., Wiebe J.S. The association of coping to physical and psychological health outcomes: a meta-analytic review. *Journal of behavioral medicine*, 2002, vol. 25, no.6, pp.551–603. doi: 10.1023/a:1020641400589
36. Holahan C.J., Moos R.H., Holahan C.K., Brennan P.L., Schutte K.K. Stress generation, avoidance coping, and depressive symptoms: a 10-year model. *The Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2005, vol. 73, no 4, pp. 658–660. doi: 10.1037/0022-006X.73.4.658
37. Calhoun C.D., Stone K.J., Cobb A.R., Patterson M.W., Danielson C.K., Bendeżú J.J. The Role of Social Support in Coping with Psychological Trauma: An Integrated Biopsychosocial Model for Posttraumatic Stress Recovery. *Psychiatric Quarterly*, 2022, vol. 93, no 4, pp. 949–970. doi: 10.1007/s11126-022-10003-w
38. Luszczynska A., Benight C.C., Cieslak R. Self-efficacy and health-related outcomes of collective trauma: A systematic review. *European Psychologist*, 2009, vol. 14, pp. 51–62. doi: 10.1027/1016-9040.14.1.51
39. Park M., Chang E.R., You S. Protective role of coping flexibility in PTSD and depressive symptoms following trauma. *Personality and Individual Differences*, 2015, vol. 82, pp.102–106. doi: 10.1016/j.paid.2015.03.007
40. Nielsen, M. B., Knardahl, S. Coping strategies: a prospective study of patterns, stability, and relationships with psychological distress. *Scandinavian journal of psychology*, 2014, vol. 55, no. 2, pp. 142–150. doi:10.1111/sjop.12103

Авторы

Сапоровская Мария Вячеславовна

(Россия, Кострома)

Профессор, доктор психологических наук, заведующая кафедрой общей и социальной психологии Костромской государственной университет
E-mail: saporov35@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-0852-1949

Тихомирова Елена Викторовна

(Россия, Кострома)

Профессор, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии, заместитель директора по НИД Костромской государственной университет
E-mail: tichomirowa82@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-3844-4622
Scopus Author ID: 57206890761

Самохвалова Анна Геннадьевна

(Россия, Кострома)

Профессор, доктор психологических наук, директор института педагогики и психологии
E-mail: a_samohvalova@ksgos.ru
ORCID ID: 0000-0002-4401-053X
Scopus Author ID: 57188844118

Authors

Maria V. Saporovskaya

(Russia, Kostroma)

Professor, Dr. Sci. (Psychology), Head of the Department of General and Social Psychology Kostroma State University
E-mail: saporov35@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-0852-1949

Elena V. Tikhomirova

(Russia, Kostroma)

Professor, Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor of the Department of General and Social Psychology, Deputy Director for Research Kostroma State University
E-mail: tichomirowa82@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-3844-4622
Scopus Author ID: 57206890761

Anna G. Samokhvalova

(Russia, Kostroma)

Professor, Dr. Sci. (Psychology), Director of the Institute of Pedagogy and psychology
E-mail: a_samohvalova@ksgos.ru
ORCID ID: 0000-0002-4401-053X
Scopus Author ID: 57188844118

Вклад авторов

Сапоровская М. В.: концептуализация, создание рукописи и её редактирование

Тихомирова Е. В.: методология, проведение исследования, формальный анализ, создание черновика рукописи

Самохвалова А. Г.: верификация данных, создание рукописи и её редактирование, администрирование проекта

© Сапоровская М. В., Тихомирова Е. В., Самохвалова А. Г., 2025

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов

Author's contribution

Maria V. Saporovskaya: Conceptualization, Writing - Review & Editing

Elena V. Tikhomirova: Methodology, Investigation, Formal analysis, Writing - Original Draft

Anna G. Samokhvalova: Validation, Writing - Review & Editing, Project administration

© Maria V. Saporovskaya, Elena V. Tikhomirova, Anna G. Samokhvalova, 2025

The author's declared no conflicts of interest