СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья

УДК 159.923
https: //doi.org/10.11621/TEP-23-02

ОСОЗНАННАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА И ДОСТИЖЕНИЯ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ: ЭТНОРЕГИОНАЛЬНАЯ СПЕЦИФИКА

Т.Н. Банщикова*[1], М.Л. Соколовский[2], Ж.Р. Тегетаева[3]

[1, 2] Северо-Кавказский федеральный университет, Ставрополь, Россия
[1] sevkav@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-6694-6419
[2] msokolovskii@ncfu.ru, https://orcid.org/0000-0003-2524-2500
[3] Северо-Осетинский государственный педагогический институт, Владикавказ, Россия, zhannattt@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9758-211X

* Автор ответственный за переписку: sevkav@mail.ru

Актуальность. Проблема поддержания субъективного благополучия в ситуациях стресса неопределенности становится чрезвычайно актуальной в контексте глобальных вызовов современного общества. Значимая роль осознанной саморегуляции (СР) в достижении субъективного благополучия была показана на выборках учащихся различных ступеней обучения в средней школе, но еще не рассматривалась на выборках молодежи различных этнорегиональных групп. Исследование кросс-культурных аспектов влияния развития осознанной (СР) на субъективное благополучие в условиях неопределенности призвано дополнить этот раздел психологических знаний и востребовано современной психологической практикой в регионах, отличающихся этнокультурным многообразием.

Цель настоящего исследования — выявить этнорегиональные особенности взаимосвязей осознанной саморегуляции, толерантности к неопределенности, уровней стресса, агрессии и субъективного благополучия.

Методы. Диагностический комплекс включал опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения, ССПМ-2020», методику диагностики субъективного благополучия личности Р.М. Шамионова, Т.В.Бесковой; опросник толерантности/интолерантности к неопределенности Т.В. Корниловой и М.А. Чумаковой, опросник воспринимаемого стресса Т. Янга, методику диагностики агрессии С.Н. Ениколопова, Н.П. Цибульского.

Выборка. В исследовании приняли участие 1099 респондентов в возрасте от 16 до 35 лет (679 женщин) из Карачаево-Черкесской республики, Кабардино-Балкарской республики, Республики Северная Осетия — Алания, Ставропольского края, Москвы и Московской области.

Результаты. Проведен путевой анализ связи осознанной саморегуляции (СР) и субъективного благополучия для 7 этнорегиональных групп респондентов. Установлен как непосредственный, так и опосредованный (через снижение стресса и агрессии) позитивный эффект влияния развития СР и толерантности к неопределенности на субъективное благополучие молодых людей. Наряду

© Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л., Тегетаева Ж.Р., 2023

с общими закономерностями была выявлена этнорегиональная специфика ресурсной роли осознанной СР в достижении субъективного благополучия. Для доминирующих этносов ресурсами субъективного благополучия выступают такие регуляторные компетенции, как моделирование, настойчивость и надежность. Для недоминирующих этносов — это регуляторные компетенции планирования и регуляторно-личностные свойства настойчивости и надежности.

Выводы. Получены эмпирические свидетельства непосредственного и опосредованного влияния развития осознанной саморегуляции на уровень субъективного благополучия представителей различных этнорегиональных групп. Показано существование различий в проявлениях ресурсной роли развития осознанной саморегуляции в зависимости от этнической принадлежности и региона проживания.

Ключевые слова: субъективное благополучие, осознанная саморегуляция, толерантность к неопределенности, стресс, агрессия, этнокультурные различия.

Информация о финансировании. Работа выполнена при поддержке гранта РНФ № 22-28-00975.

Для цитирования: **Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л., Тегетаева Ж.Р.** Осознанная саморегуляция как ресурс преодоления стресса и достижения субъективного благополучия: этнорегиональная специфика // Теоретическая и экспериментальная психология. 2023. № 1 (16). С. 19–42. https: //doi.org/10.11621/TEP-23-02

SOCIAL PSYCHOLOGY

Scientific Article https: //doi.org/10.11621/TEP-23-02

CONSCIOUS SELF-REGULATION AS RESOURCE FOR OVERCOMING STRESS AND ACHIEVING SUBJECTIVE WELL-BEING: ETHNO-REGIONAL SPECIFICITY

Tatiana N. Banshchikova*[1], Maksim L. Sokolovskii[2], Janna R. Tegetaeva[3]

[1, 2] North Caucasus Federal University, Stavropol, Russia

[1] sevkav@mail.ru, http://orcid.org/0000-0002-6694-6419

[2] msokolovskii@ncfu.ru, https://orcid.org/0000-0003-2524-2500

[3] North Ossetian State Pedagogical Institute, Vladikavkaz, Russia, zhannattt@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9758-211X

* Corresponding author: sevkav@mail.ru

Background. The problem of maintaining subjective well-being in situations of uncertainty becomes extremely relevant in the context of the global challenges of modern society. The significant role of conscious self-regulation (SR) in achieving subjective well-being has been shown in samples of students at various levels of education, but has not yet been considered in samples of young people from various ethno-regional groups. The study of cross-cultural aspects of SR influence on subjective well-being in conditions of uncertainty is intended to supplement this section of psychological knowledge and is in demand by modern psychological practice in the regions characterized by ethno-cultural diversity.

© Banshchikova T.N., Sokolovskii M.L., Tegetaeva J.R., 2023

Objective. The study had its purpose to reveal ethno-regional specifics in the relationship of conscious self-regulation, tolerance to uncertainty, levels of stress, aggression, and subjective well-being.

Methods. The diagnostic complex included V.I. Morosanova's questionnaire "Style of self-regulation of behavior, SSPM-2020", the questionnaire for diagnosing the subjective well-being of a person by R.M. Shamionov, T.V. Beskova; the questionnaire of tolerance / intolerance to uncertainty by T.V. Kornilova and M.A. Chumakova, the questionnaire of perceived stress by T. Young, the questionnaire for diagnosing aggression by S.N. Enikolopov, N.P. Tsibulsky.

Sample. The study involved 1099 respondents aged 16 to 35 years (679 women) from the Karachay-Circassian Republic, the Kabardino-Balkarian Republic, the Republic of North Ossetia-Alania, the Stavropol Territory, Moscow and the Moscow Region.

Results. A path analysis of the connection between conscious self-regulation and subjective well-being was carried out for 7 ethno-regional groups of respondents. This allowed for establishing both direct and indirect (through reduction of stress and aggression) effect of the SR component "persistence" on the subjective well-being of participants. Along with general patterns, the study revealed the ethno-regional specificity of the resource role of conscious SR in achieving subjective well-being. For the dominant ethnic groups, SR components "modeling", "persistence", and "reliability" serve as the resources of subjective well-being. Intolerance to uncertainty turned to be a predictor of their subjective well-being. For the non-dominant ethnic groups, SR components "planning", "persistence", and "reliability" serve as the resources of subjective well-being. Tolerance to uncertainty is predicting their subjective well-being.

Conclusion. The study provides empirical evidence of the direct and indirect influence of the conscious SR components on the level of subjective well-being of the young people in various ethno-regional groups.

***Keywords*:** subjective well-being, conscious self-regulation, tolerance to uncertainty, youth, life stress, aggression, ethno-cultural differences.

Funding. The study was supported by the Russian Science Foundation grant № 22-28-00975.

For citation: **Banshchikova, T.N., Sokolovskii, M.L., Tegetaeva, J.R.** (2023). Conscious self-regulation as resource for overcoming stress and achieving subjective well-being: ethno-regional specificity. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya* (*Theoretical and experimental psychology*), 1 (16), 19–42. https: //doi.org/10.11621/TEP-23-02

Введение

Происходящие радикальные изменения в мире и обществе затронули все стороны жизни современной молодежи. Ситуация, в которой она находится, неоднозначна: с одной стороны, значительно расширились возможности личностной самореализации, активного включения в общественную жизнь, с другой — ситуация острой социальной неопределенности, неясность не только отдаленного, но и ближайшего будущего фрустрирует базовые потребности в безопасности и благополучии, делая молодого человека уязвимым для негативных последствий неопределенности, приводя к переживанию стресса (Зинченко и др., 2021; Моросанова, 2021а; 2021б; Моросанова, 2023; Моросанова и др., 2022; Тихомирова и др., 2021). Во многих исследованиях подчеркивается, что именно неопределенность вызывает большие проблемы: чем больше неопределенности в жизни, чем менее комфортно человеку, тем больше вероятность того, что он испытывает стресс (Yang

et al., 2017; Моросанова, 2021б), ощущает неблагополучие (Yang et al., 2018). Экспериментальные исследования переживания стресса в ситуации неопределенности показывают, что стресс может способствовать развитию психических расстройств и дисфункциональных состояний (Greco, Roger, 2003), увеличивает вероятность дезадаптивного, социально опасного поведения (Немцов, Виноградова, 2017; Fitzpatrick, 2020; Villanietal, 2021; Shahbaz, 2021). К таким формам поведения чаще всего относят агрессию.

Особое место в исследовании стресса занимают работы, рассматривающие социокультурные факторы, влияющие на уязвимость людей и предрасположенность к стрессу, через понимание социокультурного контекста жизнедеятельности современного человека (Лебедева, 2009; Петренко, Кондратюк, Моросанова, 2021; Митина, 2000; Сухарева, 2009; Крюкова, Гущина, 2015). Опираясь на эти работы, закономерно предположить, что в ситуации неопределенности у молодых людей различных этнорегиональных групп переживание стресса будет иметь этнокультурные особенности.

В последнее время теоретические подходы и эмпирические исследования сконцентрированы не столько на том, чтобы выяснить факторы, вызывающие состояние неблагополучия, сколько на том, чтобы изучить ресурсы достижения и поддержания субъективного благополучия, преодоления дисфункциональных состояний (Рассказова и др., 2020; Корзун, Нифонтова, 2019; Фомина и др., 2022; Торкаченко, 2021). Исследования российских ученых показывают, что значимыми факторами, влияющими на устойчивость субъективного благополучия в условиях неопределенности, стрессов повседневности, являются регуляторные особенности субъекта, его установки в восприятии ситуаций неопределенности (Бодров, Обознов, 2000; Кондратюк, Моросанова, 2021; Банщикова, 2022; Лифинцев и др., 2017; Епишин, Корнилова, 2019).

Согласно ресурсному подходу, осознанная СР рассматривается как метасистема универсальных и специальных психологических ресурсов достижения многообразных жизненных целей (Моросанова, 2021), как ресурс принятия рациональных решений и преодоления стресса в условиях неопределенности (Зинченко и др., 2021), безошибочности действий человека в условиях стресса (Кондратюк, Моросанова, 2020), как универсальный регуляторный ресурс достижения психологического благополучия (Моросанова, 2021).

Несмотря на наличие значительного корпуса исследований в области психологии саморегуляции, социальные и кросс-культурные аспекты взаимосвязи осознанной саморегуляции и субъективного благополучия не получили должного внимания и сохраняют свою значимость. Лишь отдельные исследования (Гриценко, 2004; Шамионов, 2016; Бочарова, 2015) фиксируют внимание на доминирующих тенденциях социальных процессов, протекающих в этногруппах, и их влиянии на субъективное благополучие.

В ранее проведенных исследованиях эмпирически установлен факт наличия этно-региональной специфики в показателях осознанной саморегуляции (Банщикова, Соколовский, 2022). Так, полученные данные свидетельствуют, что в отличие от русской выборки, характеризующейся выраженностью когнитивно-регуляторных процессов (планирование целей, моделирование значимых условий достижения целей, программирование действий), бóльшей пластичностью личностно-регуляторных свойств (гибкость, настойчивость), молодые люди из монокультурных

регионов юга России отличаются более высокими показателями надежности и, возможно, социальной «ригидностью».

Согласно данным сопоставительного анализа выраженности субъективного благополучия, выполненного на выборке молодых людей 7 этнических групп, установлены относительно низкие показатели эго-благополучия и гедонистического благополучия у всех респондентов, вне зависимости от этнокультурной специфики региона проживания. Интегральный показатель субъективного благополучия у русских респондентов несколько более выражен, чем у представителей других этносов (Банщикова и др., 2022). Также была выявлена и проанализирована непосредственная и опосредованная взаимосвязь отдельных компонентов осознанной саморегуляции с показателями субъективного благополучия у представителей различных этнокультурных групп (Банщикова, Моросанова, 2019; Банщикова, Соколовский, 2022б).

Цель настоящего исследования — выявить этнорегиональные особенности взаимосвязей осознанной саморегуляции, толерантности к неопределенности, уровней стресса, агрессии и субъективного благополучия.

Гипотезы исследования

У молодых людей различных этнорегиональных групп восприятие стрессов имеет свои особенности.

Осознанная саморегуляция является универсальным ресурсом совладания со стрессом, снижения агрессии и поддержания субъективного благополучия молодежи различных этнорегиональных групп.

Выборка

В исследовании приняло участие 420 мужчин и 679 женщин (N = 1099) в возрасте от 18 до 35 лет (средний возраст 20,7 лет).

Респонденты были разделены на группы, представляющие различные этносы Карачаево-Черкесской Республики (КЧР), Кабардино-Балкарской Республики (КБР), Республики Северная Осетия-Алания (РСО-А), Ставропольского края (СК), Москвы и Московской области (ММО). Численный состав этнорегиональных групп представлен в табл. 1.

Таблица 1. Описание выборки

Этносы/регион	Девушки	Юноши	Всего
Черкесы всех регионов	27	21	48
Карачаевцы из Карачаево-Черкесской Республики	131	67	198
Балкарцы из Кабардино-Балкарской Республики	41	31	72
Кабардинцы из Кабардино-Балкарской Республики	60	80	140
Осетины из Республики Северная Осетия — Алания	130	15	145
Русские из Ставропольского края	182	131	313
Русские из Москвы и Московской Области	108	75	183
Всего	679	420	1099

Table 1. Sample Description

Ethnos/Region	Female	Male	Total
Circassian (all regions)	27	21	48
Karachay (Karachay-Circassian Republic)	131	67	198
Balkar (Kabardian-Balkar Republic)	41	31	72
Kabardian (Kabardian-Balkar Republic)	60	80	140
Ossetian (North Ossetia — Alania Republic)	130	15	145
Russian (Stavropol Territory)	182	131	313
Russian (Moscow and Moscow Territory)	108	75	183
Total	679	420	1099

Методы исследования

Сбор данных осуществлялся анонимно с использованием «Google-form».

С целью верификации гипотез исследования был использован комплекс диагностических методик, направленных на оценку показателей осознанной саморегуляции, субъективного благополучия, воспринимаемого стресса, агрессии, толерантности к неопределенности.

Методика диагностики субъективного благополучия личности (Шамионов, Бескова, 2018) включает 34 вопроса, составляющие пять показателей субъективного благополучия: эмоциональное благополучие, экзистенциально-деятельностное, эго-благополучие, гедонистическое и социально-нормативное благополучие, которые составляют интегративную шкалу субъективного благополучия (СБ). Коэффициент надежности альфа Кронбаха на нашей выборке составил для интегративной шкалы СБ до 0,96.

Для оценки уровня развития осознанной саморегуляции использовался опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ 2020» (Моросанова, Кондратюк, 2020). Опросник состоит из 28 утверждений, составляющих шкалы: планирование (целеполагание) (Пл), моделирование (М), программирование (Пр), оценивание результатов (ОР), гибкость (Г), настойчивость (Нс), надежность (Нд). Суммарное количество баллов по всем шкалам составляет интегративный показатель — общий уровень саморегуляции (ОУСР). Коэффициенты надежности Альфа Кронбаха по шкалам методики составили: «Пл» — 0,72, «М» — 0,60, «Пр» — 0,70, «ОР» — 0,64, «Г» — 0,71, «НС» — 0,81, «Нд» — 0,78, для интегральной шкалы ОУСР — 0,85.

Была использована адаптированная нами методика Т. Янга (Yang et al., 2017) для оценки воспринимаемого жизненного стресса, отражающего повседневные заботы молодых людей, и стресса от неопределенности, а именно: неопределенности текущей жизни; неопределенности социальных изменений; неопределенности целей; неопределенности социальных ценностей. Коэффициент надежности альфа Кронбаха на нашей выборке составил 0,87 для шкалы стресса жизни и 0,81 — для шкалы стресса неопределенности.

Трехфакторная структура Опросника Агрессии Басса — Перри (Buss — Perry Aggression Questionnaire, BPAQ, 1992) позволяет оценивать три компонента агрессии (согласно концепции А. Басса и М. Перри): инструментальный (физическая

агрессия), аффективный (включает физиологическое возбуждение и подготовку к агрессии — гнев), когнитивный (основан на переживании чувства несправедливости и ущемленности, враждебности). Русская версия опросника BPAQ-24, адаптированная экспертами лаборатории клинической психологии НЦПЗ РАМН С.Н. Ениколоповым и Н.П. Цибульским (Ениколопов, Цыбульский, 2007), включает 24 утверждения. Измеряемые шкалы: «физическая агрессия» (α-Кронбаха 0,77, по данным авторов), «гнев» (0,79), «враждебность» (0,69).

Методика оценки толерантности/интолерантности к неопределенности (ТН/ИТН) (Корнилова, Чумакова, 2014) представляет собой модифицированную русскую версию опросника толерантности к неопределенности С. Баднера. Русскоязычный опросник содержит 12 утверждений, составляющих 2 шкалы: толерантность к неопределенности и интолерантность к неопределенности. Коэффициент надежности α-Кронбаха для шкал методики на нашей выборке составил 0,69 для шкалы толерантности к неопределенности и 0,72 для шкалы интолерантности к неопределенности.

Расчет описательных статистик проводился с использованием программного обеспечения Statistica 12.0.

Использовался путевой анализ с применением IBM SPSS AMOS 23.0.0., статистическая значимость путей влияния компонентов осознанной саморегуляции на субъективное благополучие оценивалась при помощи двухсторонних критериев, полученных при помощи «бутстрап» статистик (Метод Монте-Карло).

Дизайн исследования

В наших предыдущих исследованиях был проведен сравнительный анализ средних значений показателей субъективного благополучия, осознанной саморегуляции, толерантности/интолерантности к неопределенности у респондентов из различных регионов России (Банщикова, Соколовский, 2022; Банщикова и др., 2022). На первом этапе представленного исследования проведен сравнительный анализ средних арифметических показателей воспринимаемого стресса (стресса от неопределенности и стресса от жизненных обстоятельств), а также показателей агрессии 7 этнорегиональных групп. Затем был использован метод путевого анализа для выявления особенностей связей между показателями осознанной СР и СБ, с учетом показателей воспринимаемого стресса, агрессии, толерантности/интолерантности к неопределенности.

Результаты исследования

Однофакторный дисперсионный анализ выявил значимые различия средних арифметических для всех этнорегиональных групп по уровню агрессии, восприятия стрессов и общему уровню субъективного благополучия (рис. 1).

Наблюдается почти идентичная динамика уровня субъективного благополучия и показателей воспринимаемого стресса в зависимости от этнорегиональной принадлежности испытуемых. Лишь у балкарцев и кабардинцев все показатели ниже по сравнению с другими этнорегиональными группами. Уровень воспринимаемого стресса неопределенности ниже уровня воспринимаемого жизненного стресса у представителей всех групп.

На основании данных описательной статистики установлено, что представители разных этнорегиональных групп имеют статистически значимые отличия по всем компонентам агрессии (рис. 1).

Как показали результаты исследования, молодые люди русской и балкарской этнических групп менее других склонны отвечать на провокацию гневом, а ка-

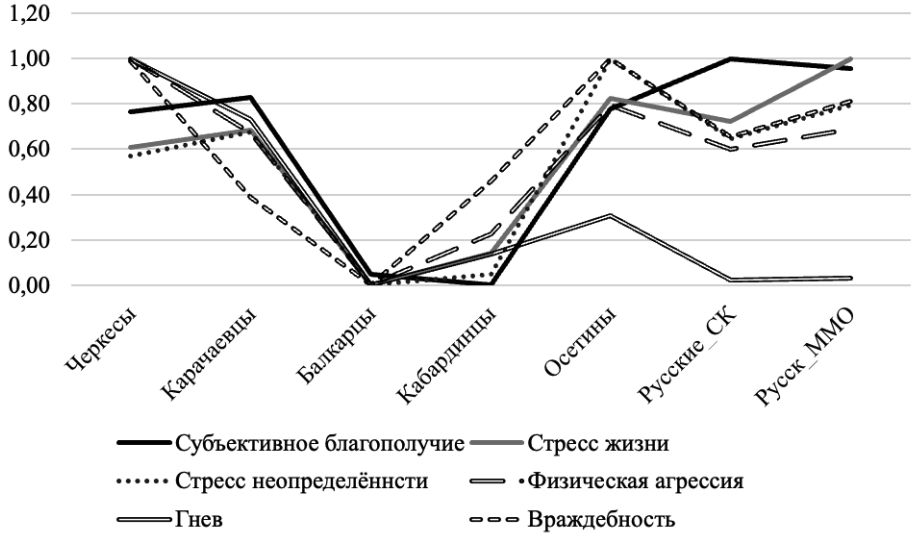

Рис. 1. Нормированные показатели агрессии, стресса и субъективного благополучия молодежи, принадлежащей к различным этнорегиональным группам

Примечание. 0 — минимальное значение, 1 — максимальное значение выборочной средней арифметической.

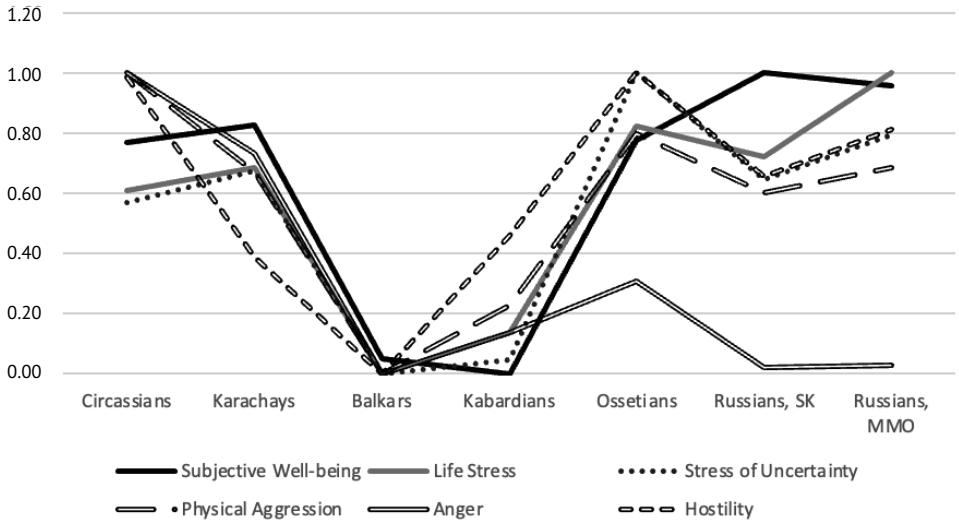

Fig. 1. Normalized indicators of life stresses and subjective well-being of young people belonging to different ethno-regional groups

Note. 0 — is the minimum value, 1 — is the maximum value of the sample arithmetic mean.

бардинцы и карачаевцы реже, чем представители других этносов, переживают чувства враждебности, несправедливости и ущемленности. Физическая агрессия выступает специфическим этнорегиональным «трендом», характеризующимся несколько большим проявлением для всех этнорегиональных выборок. Как и с показателями воспринимаемого стресса, наблюдается почти идентичная динамика уровня субъективного благополучия и показателей агрессии. У молодых людей из КБР отмечаются наиболее низкие значения интегрального показателя СБ и показателя агрессии.

Путевой анализ компонентов СР и интегрального показателя СБ был проведен для каждой из семи этнорегиональных выборок. Все пути влияния и все регрессионные коэффициенты в итоговых моделях являются статистически значимыми.

Регрессионные коэффициенты и психометрические характеристики полученных моделей приведены в табл. 2. В качестве иллюстрации, результаты путевого анализа для кабардинской выборки представлены в графическом виде (рис. 2).

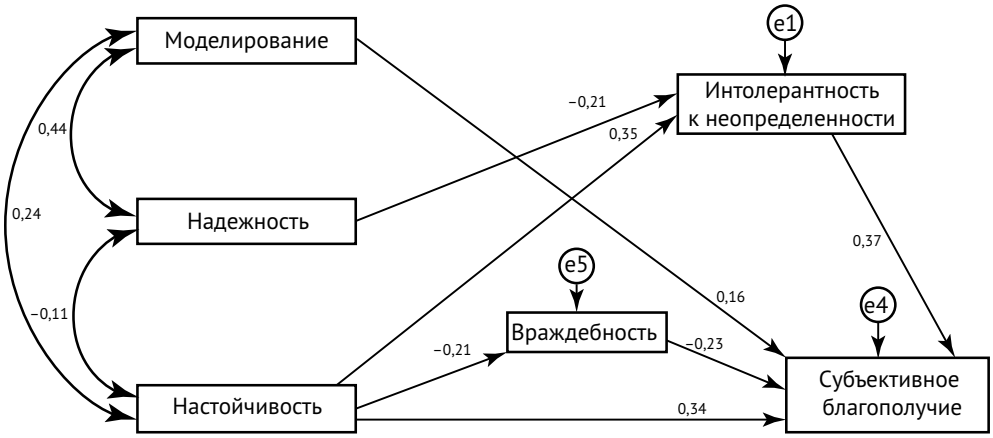

Рис. 2. Путевой анализ взаимосвязи предикторов субъективного благополучия для кабардинской группы

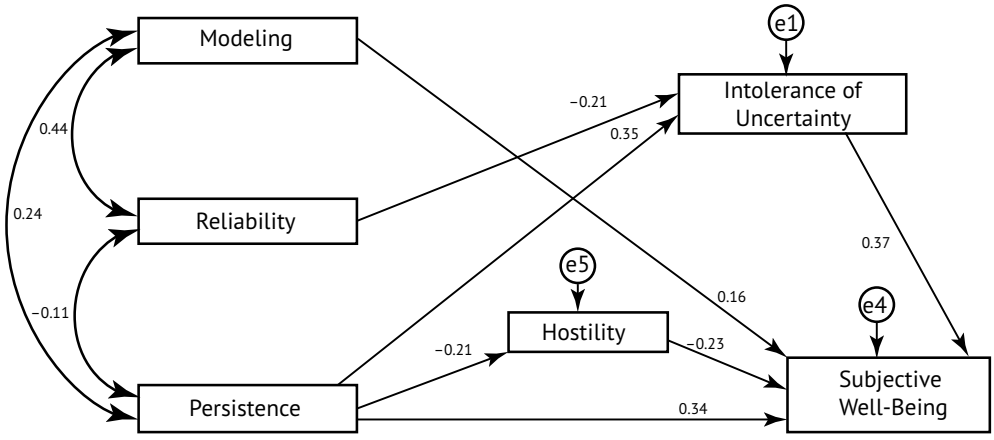

Fig. 2. Pathway analysis of relationship between predictors of subjective well-being for Kabardian group

Таблица 2. Результаты путевого анализа взаимосвязи компонентов осознанной саморегуляции и субъективного благополучия для этнорегиональных выборок

Переменные			Черкесы	Карачаевцы	Балкарцы	Кабардинцы	Осетины	Русские_СК	Русские_ММО
Стандартизированные регрессионные коэффициенты									
СБ	←	Планирование						0,17	
СБ	←	Моделирование		0,16		0,16			
СБ	←	Программирование			0,25				0,15
СБ	←	Оценка результатов							0,17
СБ	←	Гибкость						0,25	0,19
СБ	←	Надежность	0,28						0,15
СБ	←	Настойчивость	0,51	0,34	0,42	0,34	0,55	0,27	0,22
СБ	←	ИТН		0,35		0,37		0,21	
СБ	←	ТН	0,31		0,27				
СБ	←	Стр_Ж					0,20	0,13	
СБ	←	Стр_Н*					–0,31	–0,25	
СБ	←	Физ_А					0,26	0,14	
СБ	←	Вражд*		–0,26		–0,23	–0,28	–0,29	–0,31
ТН	←	Планирование	–0,33						
ТН	←	Настойчивость			0,31				
ТН	←	Стр_Ж	0,37						
ТН	←	Стр_Н*			–0,24				
ИТН	←	Надежность		–0,17		–0,21		–0,13	
ИТН	←	Настойчивость		0,23		0,36		0,17	
ИТН	←	Стр_Н*						0,17	
ИТН	←	Физ_А		0,34				0,12	
ИТН	←	Вражд*		–0,18					
Стр_Ж	←	Надежность					–0,33	–0,29	
Стр_Ж	←	Настойчивость	0,35						
Стр_Н*	←	Надежность					–0,35	–0,30	
Стр_Н*	←	Настойчивость			–0,26				
Физ_А	←	Надежность					–0,23	–0,22	
Физ_А	←	Настойчивость		0,18					
Вражд*	←	Моделирование		–0,12					
Вражд*	←	Оценка результатов							–0,22

Переменные			Черкесы	Карачаевцы	Балкарцы	Кабардинцы	Осетины	Русские_СК	Русские_ММО
Вражд*	←	Надежность					–0,35	–0,24	–0,34
Вражд*	←	Настойчивость				–0,21		–0,23	
Психометрические характеристики модели									
GFI			0,971	0,987	0,981	0,986	0,983	0,976	0,995
CFI			1	0,991	0,994	0,995	1	0,977	1
RMSEA			0,000	0,043	0,052	0,033	0,000	0,057	0,014
PCLOSE			0,680	0,506	0,388	0,518	0,726	0,296	0,560

Примечание: * — переменная отрицательно связана с субъективным благополучием. СБ — субъективное благополучие, ТН — толерантность к неопределенности, ИТН — интолерантность к неопределенности, Стр_Ж — стресс жизни, Стр_Н — стресс неопределенности, Физ_А — физическая агрессия, Вражд — враждебность.

Table 2. Results of path analysis of relationship between self-regulation components and subjective well-being for different ethno-regional groups

Variables			Circassians	Karachays	Balkars	Kabardians	Ossetians	Russians, ST	Russians, MT
Standardized regression coefficients									
SWB	←	Goals Planning						0.17	
SWB	←	Modeling		0.16		0.16			
SWB	←	Programming			0.25				0.15
SWB	←	Result Evaluating							0.17
SWB	←	Reg Flexibility						0.25	0.19
SWB	←	Reliability	0.28						0.15
SWB	←	Persistence	0.51	0.34	0.42	0.34	0.55	0.27	0.22
SWB	←	IU		0.35		0.37		0.21	
SWB	←	UT	0.31		0.27				
SWB	←	Life Stress					0.20	0.13	
SWB	←	Un_S*					–0.31	–0.25	
SWB	←	Phys_Aggr					0.26	0.14	
SWB	←	Host*		–0.26		–0.23	–0.28	–0.29	–0.31
UT	←	Goals Planning	–0.33						
UT	←	Persistence			0.31				
UT	←	Life Stress	0.37						

Variables			Circassians	Karachays	Balkars	Kabardians	Ossetians	Russians, ST	Russians, MT
UT	←	Un_S*			–0.24				
IU	←	Reliability		–0.17		–0.21		–0.13	
IU	←	Persistence		0.23		0.36		0.17	
IU	←	Un_S*						0.17	
IU	←	Phys_Aggr		0.34				0.12	
IU	←	Hostility*		–0.18					
Life Stress	←	Reliability					–0.33	–0.29	
Life Stress	←	Persistence	0.35						
Un_S*	←	Reliability					–0.35	–0.30	
Un_S*	←	Persistence			–0.26				
Phys_ Aggr	←	Reliability					–0.23	–0.22	
Phys_ Aggr	←	Persistence		0.18					
Hostility*	←	Modeling		–0.12					
Hostility*	←	Result Evaluating							–0.22
Hostility*	←	Reliability					–0.35	–0.24	–0.34
Hostility*	←	Persistence				–0.21		–0.23	
Psychometric characteristics of models									
GFI			0.971	0.987	0.981	0.986	0.983	0.976	0.995
CFI			1	0.991	0.994	0.995	1	0.977	1
RMSEA			0.000	0.043	0.052	0.033	0.000	0.057	0.014
PCLOSE			0.680	0.506	0.388	0.518	0.726	0.296	0.560

Notes: * — the variable is negatively related to subjective well-being. SWB — Subjective well-being, Unc_Tol — tolerance to uncertainty, Int of Unc — intolerance to uncertainty, Unc_S — stress of uncertainty, Phys_Aggr — physical aggression, Host — hostility.

В целом, в отношении общего уровня СБ были выявлены следующие прямые эффекты. Настойчивость выступает универсальным предиктором субъективного благополучия для всех этнических групп (регрессионные коэффициенты β от 0,22 до 0,55). Переживание чувства несправедливости, ущемленности, неудовлетворенность потребностей и желаний (враждебность) негативно сказывается на переживании субъективного благополучия (регрессионные коэффициенты β от –0,23 до –0,31), что вполне закономерно.

Надежность, помимо непосредственного вклада в СБ, вносит и опосредованный вклад, снижая показатели физической агрессии, враждебности, стресса от неопределенности и жизненных стрессов для русских и осетинской групп. Надежность отрицательно связана с интолерантностью к неопределенности для

карачаевцев, кабардинцев и русских Ставропольского края. Устойчивость осознанной саморегуляции в сложных, психологически напряженных ситуациях снижает тревогу молодых людей в отсутствии четких ориентиров.

Стресс неопределенности отрицательно связан с общим уровнем СБ, а жизненные стрессы — положительно.

Показатели толерантности/интолерантности к неопределенности не вошли в модели субъективного благополучия осетинской и русской (ММО) этнических групп. Для русских молодых людей Ставропольского края установлена положительная связь интолерантности к неопределенности, однако значения данной связи меньше, чем для других этнических групп. Стремление к ясности, однозначности ситуации более характерно для респондентов монокультурных регионов.

Путевой анализ позволил выявить этнорегиональную специфику ресурсов субъективного благополучия. В частности, для представителей балкарской этнокультурной группы ведущими регуляторными ресурсами выступают такие компоненты осознанной СР, как программирование и настойчивость (табл. 2). При этом, помимо непосредственной связи настойчивости с СБ, выявлено два пути ее опосредованного влияния. Медиаторную роль в этой взаимосвязи играет толерантность к неопределенности (ie = 0,102, p = 0,01), которая, как и настойчивость, имеет положительную связь с СБ. Также выявлен дополнительный эффект влияния настойчивости на СБ (второй путь) за счет снижения стресса неопределенности, который, в свою очередь, отрицательно связан с толерантностью к неопределенности (ie = 0,017, p = 0,038).

Для черкесской группы ведущими предикторами СБ выступают компоненты СР настойчивость и надежность, а также толерантность к неопределенности. Надежность и настойчивость имеют непосредственную положительную связь с СБ. Помимо этого, настойчивость имеет и опосредованную связь с СБ. Стремление преодолевать внутренние и внешние препятствия приводит к повышению уровня воспринимаемого стресса от повседневных жизненных обстоятельств, тем самым способствуя повышению ТН и, в итоге, достижению СБ (ie = 0,039, p = 0,007). Когнитивно-регуляторный показатель планирование имеет отрицательную связь с ТН. Можно предположить, что реалистично-детализированные, иерархично-устойчивые цели снижают готовность к риску, к восприятию неопределенности как вызову (толерантность к неопределенности).

Путевой анализ предикторов СБ в группе кабардинцев (рис. 2) показывает: важными предикторами СБ выступают настойчивость, интолерантность к неопределенности и враждебность. Моделирование и настойчивость положительно связаны с СБ, имеют прямую непосредственную взаимосвязь. Ресурсная роль компонентов осознанной саморегуляции проявляется в том, что настойчивость, за счет отрицательной связи с враждебностью, частично компенсирует негативный эффект влияния враждебности на СБ (ie = 0,048, p = 0,005). Пути опосредованного влияния компонентов СР на СБ за счет медиаторной роли ИТН носят разнонаправленный характер. Надежность имеет отрицательную связь с ИТН, настойчивость — положительную. Таким образом, устойчивость осознанной саморегуляции в различных жизненных ситуациях снижает стремление избегать ситуаций неопределенности, а упорство и решительность повышают стремление к поиску ясности.

На выборке молодых людей карачаевской этнической группы установлено: значимыми ресурсами СБ выступают компоненты СР моделирование и настойчивость, а также интолерантность к неопределенности. Моделирование и настойчивость положительно связаны с СБ, имеют как прямую непосредственную взаимосвязь, так и опосредованную связь. Тщательный анализ внешних и внутренних значимых условий достижения цели (моделирование) за счет отрицательной связи с враждебностью, компенсирует негативный эффект влияния враждебности на СБ (ie = 0,048, p = 0,005). Настойчивость также оказывает медиаторную роль во взаимосвязи СБ и физической агрессии, СБ и ИТН. Здесь наблюдается серийная медиация (путь влияния настойчивости на СБ последовательно через цепочку связи физической агрессии и интолерантности к неопределенности). Упорство и решительность в достижении поставленной цели (настойчивость) обуславливает необходимость использования инструментальной агрессии, которая в отсутствии четких ориентиров позволяет воспринимать и интерпретировать неоднозначную ситуацию как угрозу (ИТН), достигать ясности и, тем самым, — благополучия. Надежность и настойчивость, как и в группе кабардинцев, имеют разнонаправленные связи с ИТН: надежность отрицательно связана с ИТН, а настойчивость — положительно.

Модель, построенная на выборке осетинских респондентов, в целом соответствует теоретической модели, согласно которой показатели осознанной СР взаимосвязаны с СБ как непосредственно, так и опосредованно. Значимый вклад в СБ вносят регуляторно-личностные свойства надежность и настойчивость. Настойчивость имеет непосредственную положительную связь с СБ, надежность связана с СБ опосредованно. Установлена отрицательная связь надежности с уровнем воспринимаемого стресса жизненных обстоятельств, стресса неопределенности, когнитивным и поведенческим показателями агрессии (враждебность и физическая агрессия). Таким образом, надежность способствует снижению широкого спектра негативных стрессовых проявлений. За счет разнонаправленных связей уровней стрессов и показателей агрессии с СБ, суммарный вклад надежности в СБ невелик (ie = 0,083, p = 0,105).

Модели СБ, построенные для групп русских респондентов СК и ММО, показывают, что для русских молодых людей в целом субъективное благополучие непосредственно связано с регуляторной гибкостью и настойчивостью. Однако, обнаружены различия во взаимосвязях осознанной СР с СБ в группах русских из Ставропольского края и Московского региона. Для русских СК в достижении СБ необходима постановка целей (Планирование), а для русских ММО — тщательное продумывание способов и алгоритмов своих действий (Программирование), оценка полученных результатов и устойчивость психической активности в напряженных ситуациях (Надежность). Надежность саморегуляции, как и в других группах, имеет отрицательную связь со всеми показателями стресса и агрессии, снижая их влияние на СБ.

Суммарные показатели вклада предикторов субъективного благополучия для различных этнорегиональных групп представлены на рис. 3.

Обсуждение результатов

Этнокультурные особенности восприятия стрессов неопределенности и жизненных стрессов.

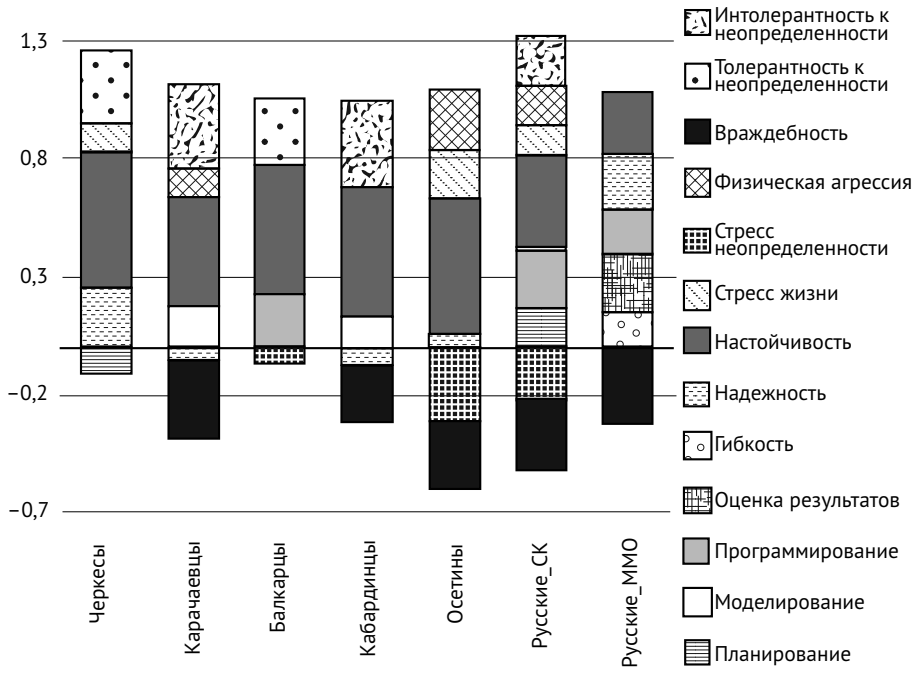

Рис. 3. Суммарные показатели вклада предикторов субъективного благополучия для различных этнорегиональных групп

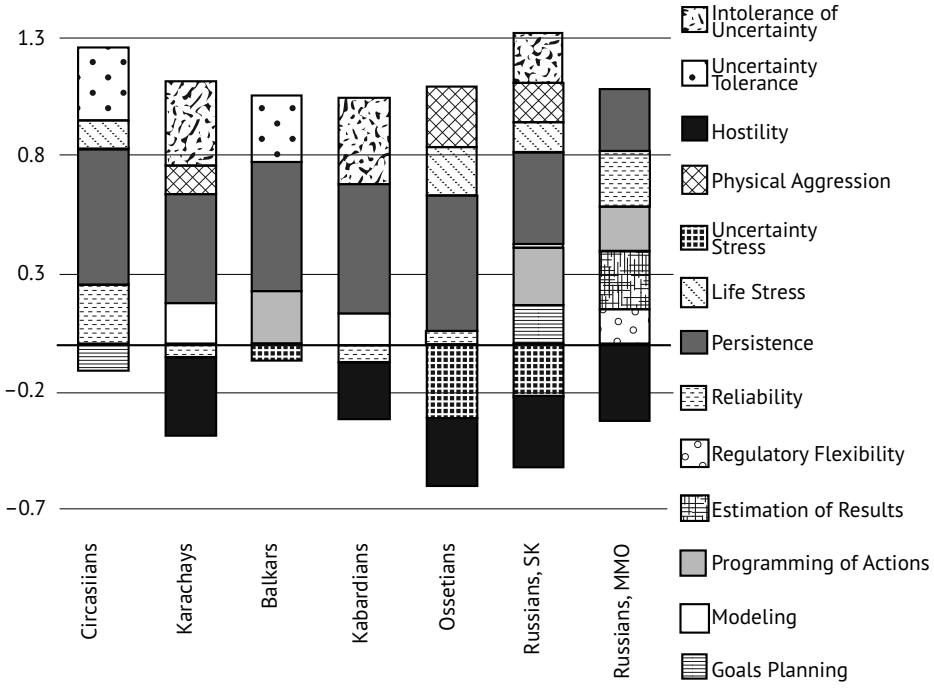

Fig. 3. Standardized total effects of predictors of Subjective well-being for different ethno-regional groups

Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень воспринимаемого молодежью стресса неопределенности ниже, чем уровень воспринимаемого стресса от жизненных обстоятельств. В исследовании проверялась гипотеза о том, что этнокультурные особенности региона проживания влияют на восприятие жизненных стрессов и характер агрессивных проявлений молодежи. Особый интерес представляет тот результат, что молодые люди монокультурных регионов чаще испытывают стресс в ситуациях, когда сталкиваются с повседневными заботами, когда жизнь им кажется нестабильной, не поддающейся контролю, когда не чувствуют уверенности в будущем. Уровень их субъективного благополучия ниже, чем у представителей поликультурных регионов. В рейтинге регионов РФ на 2021 г. по уровню социально-экономического развития, по качеству жизни участвующие в исследовании республики занимают невысокие позиции (Рейтинг…, 2021). Эмоционально-оценочное отношение к различным сторонам своего бытия выступает внутренней инстанцией, регулирующей представления о субъективном благополучии молодых людей данных регионов. Рассогласование (неполное соответствие) между желаемым и фактическим сигнализирует о том, что в реальной жизни все происходит не так, как хотелось бы. Таким образом, этногрупповые ценности не только детерминируют переживание субъективного благополучия личности, но и регулируют отношения, поведение, осмысление своего состояния, что подтверждается показателями агрессии.

Как отмечалось ранее, стресс от актуальных жизненных обстоятельств может увеличивать вероятность дезадаптивного, социально опасного поведения — агрессии. Все этнорегиональные группы, представленные в исследовании, характеризуются повышенным уровнем физической агрессии. Возможно, неуверенность в будущем, недоверие к официальной информации, жизнь, которая не поддается контролю, обуславливают готовность к агрессивным проявлениям, что находит подтверждение и в других современных исследованиях (Буркова и др., 2022). Представители русского и балкарского этноса менее других групп готовы отвечать на провокацию гневом, а кабардинцы и карачаевцы реже, чем представители других этносов, переживают чувство враждебности. В задачи исследования не входило определение факторов, обусловливающих агрессию, поэтому полученные результаты требуют дальнейшего анализа и уточнения.

Ресурс осознанной саморегуляции в совладании со стрессами и агрессией и поддержании субъективного благополучия молодежи различных этнорегиональных групп.

В рамках данного исследования был использован путевой анализ влияния компонентов осознанной саморегуляции на субъективное благополучие.

Результаты исследования позволили выявить значимую ресурсную роль осознанной СР по отношению к СБ. Было установлено, что осознанная СР является ресурсом совладания со стрессами и агрессией и поддержании СБ молодежи различных этнорегиональных групп. Эти данные согласуются с результатами проведенных ранее исследований, в которых было показано, что развитая осознанная СР наиболее ярко проявляется в нетипичных и новых ситуациях (Моросанова, Бондаренко, 2016) и является значимым ресурсом преодоления сложных жизненных ситуаций и стресса (Aspinwall, Taylor, 1997; Morosanova et al., 2018).

Полученные в исследовании результаты позволяют увидеть этнорегиональную специфику регуляторных параметров, способствующих достижению СБ. Показано,

что регуляторно-личностное свойство настойчивости выступает инвариантным ресурсом поддержания СБ. У представителей не доминирующих в южных республиках этносов (балкарцев, черкесов) настойчивость снижает стрессы от неопределенности, жизненные стрессы, тогда как у представителей доминирующих этносов (кабардинцев, карачаевцев) настойчивость способствует снижению агрессивных проявлений (физической агрессии и враждебности).

Для доминирующих в регионах этносов (кабардинцев, карачаевцев, осетин) ресурсами субъективного благополучия выступают регуляторный процесс моделирование и регуляторно-личностные свойства настойчивость и надежность. Тщательный анализ внешних и внутренних значимых условий достижения цели, целеустремленность и устойчивость саморегуляции в сложных жизненных ситуациях способствуют достижению субъективного благополучия. Для не доминирующих в регионе этносов (балкарцев, черкесов) ресурсами субъективного благополучия выступают регуляторные процессы планирования, программирования и регуляторно-личностные свойства настойчивость и надежность. Осознанное выдвижение целей и определение способов и алгоритмов своих действий по их достижению, а также упорство и решительность, устойчивость саморегуляции в сложных жизненных ситуациях способствуют достижению субъективного благополучия у представителей малых этносов.

Однако, следует отметить, что в поликультурных регионах (СК, ММО) большее значение имеет вклад в СБ иных регуляторно-личностных компонентов, выражающихся в способности перестраивать, вносить коррекции в свою деятельность при изменении внешних и внутренних условий (гибкость), а вклад настойчивости, соответственно, меньше. В ситуациях переживания жизненных стрессов и стрессов неопределенности именно эти регуляторно-личностные свойства обеспечивают достижение и поддержание СБ.

Существенным результатом проведенного исследования являются полученные данные о непосредственном вкладе и медиаторной роли толерантности/интолерантности к неопределенности в достижении и поддержании СБ. Для доминирующих этносов (кабардинцев, карачаевцев, осетин) и русских Ставропольского края предиктором СБ является интолерантность к неопределенности. Вполне закономерна потребность доминирующего этноса достигать в любых отношениях максимальной ясности, четкости и однозначности, потребность в шаблоне, образце, готовом алгоритме решения той или иной задачи. В модели СБ менее доминирующих этносов (балкарцев, черкесов) предиктором выступает толерантность к неопределенности, т.е. готовность искать решения той или иной задачи несмотря на неопределенность, неприятие готовых решений, действий по шаблону.

Всесторонний анализ специфики взаимосвязи осознанной саморегуляции и субъективного благополучия молодежи, принадлежащей к различным этнорегиональным группам, проведенный в данном исследовании, позволил разработать объяснительные модели взаимосвязи осознанной СР, толерантности/интолерантности к неопределенности в достижении и поддержании СБ. Такой подход не только отвечает современным тенденциям исследований, в которых наблюдается интерес к анализу предикторов СБ, но и позволяет увидеть регуляторные механизмы преодоления стрессов неопределенности, жизненных стрессов и агрессии.

Выводы

1. Выявлены этнорегиональные особенности переживания ситуации неопределенности и стрессовых жизненных обстоятельств молодыми людьми разных этнокультурных групп. Этногрупповые ценности, способность к осознанной СР выступают ресурсом регуляции отношений, поведения, осмысления своего состояния. Особую роль в совладании со стрессами, снижении агрессии и достижении субъективного благополучия играет регуляторно-личностное свойство настойчивость, т.е. целеустремленность и умение добиваться поставленных целей. Для русских этносов ресурсным регуляторно-личностным свойством выступает надежность, которая снижает влияние агрессии и воспринимаемого стресса на субъективное благополучие.

2. Осознанная саморегуляция является системой универсальных и специальных ресурсов (когнитивных, личностных) субъективного благополучия. Результаты путевого анализа продемонстрировали, что регуляторно-личностное свойство настойчивость выступает инвариантным ресурсом достижения субъективного благополучия. Установлен как непосредственный, так и опосредованный (через снижение стресса и агрессии) эффект настойчивости в достижении субъективного благополучия.

3. Наряду с общими закономерностями была выявлена этнорегиональная специфика ресурсной роли осознанной саморегуляции в достижении субъективного благополучия молодых людей.

Для доминирующих в регионах этносов специальными ресурсами субъективного благополучия выступает способность тщательно анализировать внешние и внутренние значимые условия достижения цели (моделирование), целеустремленность и устойчивость саморегуляции в сложных жизненных ситуациях (настойчивость и надежность). Предиктором субъективного благополучия у данных этнических групп также выступает интолерантность к неопределенности, потребность в образце, готовом алгоритме решения той или иной жизненной задачи.

Для не доминирующих в регионе этносов специальными ресурсами субъективного благополучия выступают регуляторные процессы планирования, определение способов и алгоритмов своих действий в достижении целей и регуляторно-личностные свойства настойчивости и надежности. Предиктором субъективного благополучия выступает толерантность к неопределенности, т.е. готовность искать решения той или иной задачи несмотря на неопределенность, неприятие готовых решений, действий по шаблону.

Для молодых людей русского этноса ресурсами субъективного благополучия выступает практически весь спектр регуляторных процессов (планирование, программирование, оценка результатов) и регуляторно-личностных свойств (гибкость, надежность, настойчивость), которые имеют как прямую, так и опосредованную связь с субъективным благополучием.

Практическая значимость исследования

Полученные данные об этнорегиональной специфике взаимосвязи осознанной СР в достижении СБ могут послужить основой для разработки психологических техник и программ, направленных на оказание помощи молодому человеку в конструировании им своего взаимодействия с представителями других культур, особенно в регионах с взаимозависимыми культурными нормами и ценностями.

Из обнаруженных в данном исследовании фактов следует, что создание психологических условий для осознанного отношения к окружающей действительности, развития стратегий активного преодоления трудностей в ситуации неопределенности, с учетом уникальных этнокультурных характеристик региона, может послужить основой повышения СБ молодежи.

Ограничения

Проведенное исследование имеет ряд ограничений. Выборка неравномерна по гендерному и этнорегиональному составу. При расширении выборки результаты могут оказаться иными. Полученные данные опираются исключительно на самоотчеты участников исследования и могут быть подвержены эффекту социальной желательности.

Литература

Банщикова Т.Н. Субъективное благополучие молодых людей с разной степенью выраженности регуляторно-личностных ресурсов. Психология сегодня: актуальные исследования и перспективы: материалы Всероссийского психологического форума: в 2 т. Т. 1. Екатеринбург, 28–30 сентября 2022 года / Отв. ред. Л.В. Токарская, М.А. Лаврова. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2022.

Банщикова Т.Н., Моросанова В.И. Медиаторная роль аккультурационных установок во взаимосвязи компонентов осознанной саморегуляции и социокультурной адаптации // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7, № 6. С. 50. [Электронный ресурс] // URL: https://mir-nauki.com/PDF/61PSMN619.pdf (дата обращения: 05.12.2022).

Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л. Возрастной аспект субъективного благополучия современной молодежи // Перспективы науки и образования. 2022. № 5 (59). С. 430–445. https://doi.org/10.32744/pse.2022.5.25

Банщикова Т.Н., Соколовский М.Л., Коростелёва Т.В. Саморегуляция и толерантность к неопределенности как ресурсы субъективного благополучия современной молодежи: кросс-культурный аспект // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2022. Т. 19, № 4. С. 717–743. https://doi.org/10.22363/2313-1683-2022-19-4-717-743

Бодров В.А., Обознов А.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. 2000. Т. 21, № 4. С. 32–40.

Бочарова Е.Е. Структурно-содержательные характеристики саморегуляции социального поведения личности представителей разных этногрупп // Изв. Сарат. ун-та. Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2015. Т. 15, № 1. С. 84–88.

Буркова В.Н., Бутовская М.Л., Феденок Ю.Н., Ермаков А.М., Колодкин В.А., Сподина В.И., Зинурова Р.И. Тревожность и агрессия во время COVID-19: на примере четырех регионов России // Сибирские исторические исследования. 2022. № 2. С. 132–158. https://doi.org/10.17223/2312461X/36/8

Гриценко В.В. Исследование субъективного благополучия русских и хакасов в условиях общественно-экономических перемен. Проблемы социальной психологии личности. Саратов: Издательство Саратовского государственного университета имени Н.Г. Чернышевский, 2004.

Ениколопов С.Н., Цибульский Н.П. Психометрический анализ русскоязычной версии опросника диагностики агрессии А. Басса и М. Перри // Психологический Журнал. 2007. Т. 28, № 1. С. 115–124.

Епишин В.Е., Корнилова Т.В. Составляющие интеллектуально-личностного потенциала как предикторы стратегий совладания с неопределенностью. Сборник материалов V

Международной научной конференции: Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: в 2-х т. Т. 1. Кострома, 2019.

Зинченко Ю.П., Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Осознанная саморегуляция как ресурс самоорганизации жизни и преодоления негативных эмоциональных состояний в период пандемии. В сборнике Психологическое сопровождение пандемии COVID-19 / Под ред. Ю.П. Зинченко. Москва: Издательство Московского университета, 2021. https://doi.org/10.11621/rpo.2021.06

Кондратюк Н.Г., Моросанова В.И. Надежность осознанной саморегуляция как ресурс психологической безопасности личности в условиях стресса и неопределенности. Сборник материалов научной конференции «Психология саморегуляции в контексте актуальных задач образования». Москва, 2021. https://doi.org/10.24412/cl-36466-2021-1-156-161

Корзун С.А., Нифонтова Т.А. Взаимосвязь субъективного благополучия и совладающего поведения у студентов // Научные труды Республиканского института высшей школы. 2019. Т. 19, № 3. С. 179–186.

Корнилова Т.В. Принцип неопределенности в психологии выбора и риска // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 40. С. 3. https://doi.org/10.54359/ps.v8i40.553

Корнилова Т.В., Чумакова М.А. Шкалы толерантности и интолерантности к неопределенности в модификации опросника С. Баднера // Экспериментальная психология. 2014. Т. 7, № 1. С. 92–110.

Крюкова Т.Л., Гущина Т.В. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова; КГТУ, 2015.

Лебедева Н.М. Ценностный компонент в характеристике русского национального характера и его влияние на экономическое развитие России // Мир психологии. 2009. № 3. С. 58–68.

Лифинцев Д.В., Серых А.Б., Лифинцева А.А. Толерантность к неопределенности в контексте социальной поддержки: гендерная специфика в юности // Национальный психологический журнал. 2017. № 2 (26). С. 98–105. https://doi.org/10.11621/npj.2017.0211

Моросанова В.И. Психологические последствия и ресурсы адаптации в период пандемии COVID-19 // Международная жизнь. 2021а. № 3. С. 118–123.

Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021б. №1. С. 4–37. https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01

Моросанова В.И. Психология осознанной саморегуляции: от истоков к современным исследованиям // Теоретическая и экспериментальная психология. 2022. № 3. С. 58–82.

Моросанова В.И., Кондратюк Н.Г. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения — ССПМ 2020» // Вопросы Психологии. 2020. № 4. С. 155–167.

Немец В.В., Виноградова Е.П. Стресс и стратегии поведения // Национальный психологический журнал. 2017. № 2 (26). С. 59–72. https://doi.org/10.11621/npj.2017.0207

Петренко В.Ф., Митина О.В. Кросскультурное исследование стереотипов женского поведения (в России и США) // Вопросы психологии. 2000. № 1. С. 68–86.

Прохоров А.О., Ларионова И.Г. Этнокультуральная идентичность и саморегуляция психических состояний (на примере русских и татар) // Психологический журнал. 2007. Т. 28, № 6. С. 59-60.

Рассказова Е.И., Леонтьев Д.А., Лебедева А.А. Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и преодоление // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28, № 2. С. 90–108. https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205

Рейтинг социально-экономического положения регионов — 2021 // РИА Рейтинг. 2021. [Электронный ресурс] // URL: https://riarating.ru/infografika/20210531/630201353.html (дата обращения: 28.07.2022).

Сухарев А.В. Этнофункциональный аспект исследования ментальности // Психологический журнал. 2009. Т. 30, № 3. С. 118–127.

Тихомирова Е.В., Самохвалова А.Г., Вишневская О.Н. Психологическое благополучие студентов в условиях высокой неопределенности будущего // Ярославский педагогический вестник. 2021. № 4 (121). С. 88–96. https://doi.org/10.20323/1813-145x-2021-4-121-88-96

Торкаченко Ю.В. Жизнестойкость как внутриличностный ресурс здоровья и психологического благополучия учителя // Психолого-педагогический поиск. 2021. № 4 (60). С. 217–229.

Фомина Т.Г., Филиппова Е.В., Жемерикина Ю.И. Регуляторные и личностные ресурсы психологического благополучия и академической успеваемости младших школьников: дифференциально-психологический аспект // Психолого-педагогические исследования. 2022. Т. 14, № 2. С. 32–47. https://doi.org/10.17759/psyedu.2022140203

Шамионов Р.М. Теоретические подходы к этнопсихологическим и кросс-культурным исследованиям субъективного благополучия личности // Вестник РУДН. Серия Педагогика и психология. 2016. № 1. С. 7–19.

Шамионов Р.М., Бескова Т.В. Методика диагностики субъективного благополучия личности // Психологические Исследования. 2018. Т. 11, № 60. С. 1–8. https://doi.org/10.54359/ps.v11i60.277

Aspinwall, L.G., Taylor, S.E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological bulletin*, 121 (3), 417–436. doi: 10.1037/0033-2909.121.3.417

Fitzpatrick, K.M., Drawve, G., Harris, C. (2020). Facing new fears during the COVID-19 pandemic: The State of America's mental health. *Journal of Anxiety Disorders*, 75, 102291. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102291

Greco, V., Roger, D. (2003). Uncertainty, stress, and health. *Personal. Individ. Differ*, 34 (6), 1057–1068. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00091-0

Shahbaz, S., Ashraf, M.Z., Zakar, R., Fischer, F., Zakar, M.Z. (2021). Psychosocial effects of the COVID-19 pandemic and lockdown on university students: Understanding apprehensions through a phenomenographic approach. *PLOS One*, 16 (5), e0251641. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251641

Villani, L., Pastorino, R., Molinari, E. et al. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on psychological well-being of students in an Italian university: a web-based crosssectional survey. *Globalization and Health*, 17 (1), 39. https://doi.org/10.1186/s12992-021-00680-w

Yang, T., Barnett, R., Peng, S., Yu, L., Zhang, C., Zhang, W. (2018). Individual and regional factors affecting stress and problem alcohol use: a representative nationwide study of China. *Health & Place*, 51, 19–27. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.02.008

Yang, T., Yang, X.Y., Yu, L. et al. (2017). Individual and regional association between socioeconomic status and uncertainty stress, and life stress: a representative nationwide study of China. *International Journal for Equity in Health*, 16 (1), 118. https://doi.org/10.1186/s12939-017-0618-7

Zinchenko, Yu.P., Morosanova, V.I., Kondratyuk, N.G., Fomina, T.G. (2020). Conscious Self-Regulation and Self-organization of Life during the COVID-19 Pandemic. *Psychology in Russia: State of the Art*, 13 (4), 168–182. doi: 10.11621/pir.2020.0412

References

Aspinwall, L.G., Taylor, S.E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological bulletin*, 121 (3), 417–436. doi: 10.1037/0033-2909.121.3.417

Banshchikova, T.N. (2022). Subjective well-being of young people with varying degrees of expression of regulatory and personal resources. Psychology Today: Current Research and Prospects: Proceedings of the All-Russian Psychological Forum, Yekaterinburg, September 28–30 (1st ed.), (pp. 66–70). Yekaterinburg: Izd-vo Ural. un-ta. (In Russ.).

Banshchikova, T.N., Morosanova, V.I. (2019). Mediator role of acculturation attitudes in the interconnection of the components of conscious self-regulation and sociocultural adaptation. *Mir*

nauki. Pedagogika i psikhologiya (*World of science. Pedagogy and psychology)*, 7 (6), 50. (Retrieved from https://mir-nauki.com/PDF/61PSMN619.pdf) (review date: 05.12.2022). (In Russ.).

Banshchikova, T.N., Sokolovskii, M.L. (2022). Age aspect of the subjective well-being of modern youth. *Perspektivy nauki i obrazovaniya (Perspectives of Science and Education)*, 59 (5), 430–445. https://doi.org/10.32744/pse.2022.5.25 (In Russ.).

Banshchikova, T.N., Sokolovskii, M.L., Korosteleova, T.V. (2022). Self-regulation and tolerance for uncertainty as resources for the subjective well-being of modern youth: A cross-cultural aspect. *Vestnik Rossijskogo Universiteta Družby Narodov. Seriya Psihologiya i Pedagogika (Bulletin of the Peoples' Friendship University of Russia. Series: Psychology and Pedagogy)*, 19 (4), 717–743. https://doi.org/10.22363/2313-1683-2022-19-4-717-743 (In Russ.).

Bocharova, E.E. (2015). Structural and substantial characteristics self-control of social behavior of representatives different ethno-groups. *Izv. Sarat. un-ta. Nov. ser. Ser. Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika (Izvestiya of Saratov University. New Series. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy)*, 15 (1), 84–88. (In Russ.).

Bodrov, V.A., Oboznov, A.A. (2000). The system of mental regulation of stress resistance of a human operator. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological journal)*, 21 (4), 32–40. (In Russ.).

Burkova, V.N., Butovskaya, M.L., Fedenok, Yu.N., Ermakov, A.M., Kolodkin, V.A., Spodina, V.I., Zinurova, R.I. (2022). Anxiety and aggression during COVID-19: On example of four regions of Russia. *Sibirskie istoricheskie issledovaniya (Siberian historical research)*, *2*, 132–158. https://doi.org/10.17223/2312461x/36/8 (In Russ.).

Enikolopov, S.N., Tsybul'sky, N.P. (2007). Psychometric analysis of Russian-language version of questionnaire for aggression diagnostics by A. Buss and M. Perry. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological journal)*, 28 (1), 115–124. (In Russ.).

Epishin, V.E., Kornilova, T.V. (2019). Intellectual and personal potential`s components as the predictors of ambiguity coping strategies. Proceedings of the V International Scientific Conference 'Psychology of Stress and Coping Behavior: Challenges, Resources, Well-Being' (1st ed.), (pp. 59–64). Kostroma. (In Russ.).

Fitzpatrick, K.M., Drawve, G., Harris, C. (2020). Facing new fears during the COVID-19 pandemic: The State of America's mental health. *Journal of Anxiety Disorders*, 75, 102291. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102291

Fomina, T.G., Filippova, E.V., Zhemerikina, Y.I. (2022). Regulatory and personality resources of psychological well-being and academic achievement of elementary school students: Differential psychological aspect. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya (Psychological-Educational Studies)*, 14 (2), 32–47. https://doi.org/10.17759/psyedu.2022140203 (In Russ.).

Greco, V., Roger, D. (2003). Uncertainty, stress, and health. *Personal. Individ. Differ*, 34 (6), 1057–1068. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00091-0

Gritsenko, V.V. (2004). Research of subjective well-being of Russians and Khakas in the conditions of socio-economic changes. Problems of social psychology of personality (pp. 132–147). Saratov: Izdatel'stvo Saratovskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.G. Chernyshevskij. (In Russ.).

Kondratyuk, N.G., Morosanova, V.I. (2021). Self-regulation's reliability as resource of personal psychological safety under stressful conditions and uncertainty. Proceedings of the scientific conference "Psychology of self-regulation in the context of actual problems of education" (pp. 156–161). Moscow. https://doi.org/10.24412/cl-36466-2021-1-156-161 (In Russ.).

Kornilova, T.V. (2015). The principle of uncertainty in psychology of choice and risk. *Psikhologicheskie issledovaniya (Psychological research)*, 8 (40), 3. https://doi.org/10.54359/ps.v8i40.553 (In Russ.).

Kornilova, T.V., Chumakova, M.A. (2014). Tolerance and intolerance of ambiguity in the modification of Budner's questionnaire. *Eksperimental'naya psikhologiya (Experimental psychology)*, 7 (1), 92–110. (In Russ.).

Korzun, S.A., Nifontova, T.A. (2019). The relationship of subjective well-being and coping behavior of students. *Nauchnye trudy Respublikanskogo instituta vysshej shkoly (Scientific works of the Republican Institute of Higher Education)*, 19 (3), 179–186. (In Russ.).

Kryukova, T.L., Gushchina, T.V. (2015). Culture, stress, and coping: Socio-cultural contextualization of coping behavior. Kostroma: KGU im. N.A. Nekrasova; KGTU. (In Russ.).

Lebedeva, N.M. (2009). Value component in the characteristic of the Russian national character and its influence on the economic development of Russia. *Mir psikhologii (World of psychology)*, 3, 58–68. (In Russ.).

Lifintsev, D.V., Serykh, A.B., Lifintseva, A.A. (2017). Tolerance to uncertainty in the context of social support: Gender specificity in the youth environment. *Nacional'nyj psikhologicheskij zhurnal* (*National psychological journal)*, 2 (26), 98–105. https://doi.org/10.11621/npj.2017.0211 (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2021a). Psychological consequences and adaptation resources during the COVID-19 pandemic. Mezhdunarodnaya zhizn' (International affairs), 3, 118–123. (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2021b). Conscious self-regulation as a metaresource for achieving goals and solving the problems of human activity. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psihologiya (Moscow University Psychology Bulletin)*, 1, 4–37. https://doi.org/10.11621/vsp.2021.01.01 (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2022). Psychology of conscious self-regulation: from origins to modern research. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 3, 58–82. (In Russ.).

Morosanova, V.I., Kondratyuk, N.G. (2020). V.I. Morosanova's "Self-regulation Profile Questionnaire — SRPQM 2020". *Voprosy psikhologii (Questions of psychology)*, 4, 155–167. (In Russ.).

Nemets, V.V., Vinogradova, E.P. (2017). Stress and neurobiology of coping styles. *Nacional'nyj psikhologicheskij zhurnal* (*National psychological journal)*, 2 (26), 59–72. https://doi.org/10.11621/npj.2017.0207 (In Russ).

Petrenko, V.F., Mitina, O.V. (2000). Cross-cultural study of stereotypes of female behavior (In Russia and the USA). *Voprosy psikhologii (Questions of psychology)*, 1, 68–86. (In Russ.).

Prokhorov, A.O., Larionova, I.G. (2007). Ethno-cultural identity and psychic states self-regulation (by the example of Russians and Tatars). *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological journal)*, 28 (6), 59–68. (In Russ.).

Rasskazova, E.I., Leontiev, D.A., Lebedeva, A.A. (2020). Pandemic as a challenge to subjective well-being: Anxiety and coping. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya (Counseling psychology and psychotherapy)*, 28 (2), 90–108. https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205 (In Russ.).

Rating of the socio-economic situation of the regions — 2021. (2021). RIA Reiting (RIA Rating). (Retrieved from https://riarating.ru/infografika/20210531/630201353.html) (review date: 28.07.2022). (In Russ.).

Shahbaz, S., Ashraf, M.Z., Zakar, R., Fischer, F., Zakar, M.Z. (2021). Psychosocial effects of the COVID-19 pandemic and lockdown on university students: Understanding apprehensions through a phenomenographic approach. *PLOS One*, 16 (5), e0251641. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251641

Shamionov, R.M. (2016). Theoretical approaches to ethno-psychological and cross-cultural studies of subjective well-being of the personality. *Vestnik RUDN. Seriya Pedagogika i psikhologiya (RUDN Journal of Psychology and Pedagogics)*, 1, 7–19. (In Russ.).

Shamionov, R.M., Beskova, T.V. (2018). Methods of diagnostics of subjective well-being of the person. *Psikhologicheskiye issledovaniya (Psychological Research)*, 11 (60), 1–8. https://doi.org/10.54359/ps.v11i60.277 (In Russ.).

Sukharev, A.V. (2009). Ethnofunctional aspect of mentality research. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological journal)*, 30 (3), 118–127. (In Russ.).

Tikhomirova, E.V., Samokhvalova, A.G., Vishnevskaya, O.N. (2021). Psychological well-being of students in conditions of high uncertainty of the future. *Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik (Yaro-*

slavl pedagogical bulletin), 4 (121), 88–96. https://doi.org/10.20323/1813-145x-2021-4-121-88-96 (In Russ.).

Torkachenko, Y.V. (2022). Resilience as a personal resource of teachers' health and psychological wellbeing. *Psikhologo-pedagogicheskij poisk (Psychological and pedagogical search)*, 4 (60), 217–229. https://doi.org/10.37724/rsu.2021.60.4.020 (In Russ.).

Villani, L., Pastorino, R., Molinari, E. et al. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on psychological well-being of students in an Italian university: a web-based crosssectional survey. *Globalization and Health*, 17 (1), 39. https://doi.org/10.1186/s12992-021-00680-w

Yang, T., Barnett, R., Peng, S., Yu, L., Zhang, C., Zhang, W. (2018). Individual and regional factors affecting stress and problem alcohol use: a representative nationwide study of China. *Health & Place*, 51, 19–27. https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.02.008

Yang, T., Yang, X.Y., Yu, L. et al. (2017). Individual and regional association between socioeconomic status and uncertainty stress, and life stress: a representative nationwide study of China. *International Journal for Equity in Health*, 16 (1), 118. https://doi.org/10.1186/s12939-017-0618-7

Zinchenko, Yu.P., Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2021). Conscious self-regulation as a resource for self-organization of life and overcoming negative emotional states during a pandemic. In Yu.P. Zinchenko (Eds.), The collection Psychological Support of the COVID-19 Pandemic. Moscow: Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta. (In Russ.).

Zinchenko, Yu.P., Morosanova, V.I., Kondratyuk, N.G., Fomina, T.G. (2020). Conscious Self-Regulation and Self-organization of Life during the COVID-19 Pandemic. *Psychology in Russia: State of the Art*, 13 (4), 168–182. doi: 10.11621/pir.2020.0412

Статья получена 12.12.2022;
принята 12.02.2023;
отредактирована 15.02.2023.

Received 12.12.2022;
accepted 12.02.2023;
revised 15.02.2023.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ / ABOUT AUTHORS

Банщикова Татьяна Николаевна — кандидат психологических наук, доцент, руководитель Научно-образовательного центра психологического сопровождения личностно-профессионального развития Северо-Кавказского федерального университета, sevkav@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-6694-6419

Tatyana N. Banshchikova — PhD in Psychology, Associate Professor, Head of the Scientific-Educational Center for Psychological Support of Personal-professional Development, North Caucasus Federal University, sevkav@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-6694-6419

Соколовский Максим Леонидович — кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник Научно-образовательного центра психологического сопровождения личностно-профессионального развития Северо-Кавказского федерального университета, msokolovskii@ncfu.ru, https://orcid.org/0000-0003-2524-2500

Maksim L. Sokolovski — PhD in Psychology, Leading Researcher, the Scientific-Educational Center for Psychological Support of Personal-professional Development, North Caucasus Federal University, msokolovskii@ncfu.ru, https://orcid.org/0000-0003-2524-2500

Тегетаева Жанна Руслановна — кандидат педагогических наук, доцент, Северо-Осетинский государственный педагогический институт, zhannattt@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9758-211X

Janna R. Tegetaeva — PhD in Psychology, Associate Professor, North Ossetian State Pedagogical Institute, zhannattt@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9758-211X