



Check for updates

Психологическая безопасность
образовательной среды

УДК 37.015.3

EDN LAEMSY

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2026-8-2-198-209>

Научная статья

Взаимосвязь эмоционального компонента психологической безопасности образовательной среды и антивита́льного поведения у подростков

В. А. Погорская^{✉1}, Д. В. Исупов¹

¹ Дальневосточный федеральный университет, 690090, Россия, г. Владивосток, о. Русский, п. Аякс, д. 10

Для цитирования: Погорская, В. А., Исупов, Д. В. (2026) Взаимосвязь эмоционального компонента психологической безопасности образовательной среды и антивита́льного поведения у подростков. *Психология человека в образовании*, т. 8, № 2, с. 198–209. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2026-8-2-198-209> EDN LAEMSY

Получена 11 августа 2025; прошла рецензирование 8 сентября 2025; принята 3 ноября 2025.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © В. А. Погорская, Д. В. Исупов (2026). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии [CC BY License 4.0](#).

Аннотация

Введение. Актуальность исследования обусловлена необходимостью изучения эмоциональной составляющей в образовательной среде в контексте ее влияния на развитие антивита́льных установок у подростков. Статья посвящена выявлению взаимосвязи между эмоциональной безопасностью образовательной среды, рассматриваемой в качестве компонента психологической безопасности, и предикторами развития антивита́льного поведения у подростков.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 60 подростков (12–15 лет), обучающихся в гимназии Дальневосточного федерального университета (ДВФУ). В качестве психодиагностического инструментария использовались опросники «Эмоциональная безопасность образовательной среды» Т. Н. Берёзиной и «Антивита́льность и жизнестойкость» О. А. Сагалаковой и Д. М. Труевцева. Для определения связи между показателями эмоционального благополучия в образовательной среде и предикторами, способствующими развитию антивита́льного поведения, был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена с учетом всех основных его требований к использованию.

Результаты исследования. По результатам исследования эмоциональной безопасности большинство подростков оценивают учебную (экзаменационную) составляющую как неблагоприятную, в то время как другие, такие как дом, перемены, творческая среда, рассматриваются как благополучные. В ходе изучения предикторов антивита́льного поведения низкую выраженность показали антивита́льные переживания и микросоциальные конфликты, в то время как одиночество, недоверчивость вместе с тревожными руминациями показали почти равное соотношение низких и средних показателей. При проверке гипотезы были определены значимые обратные корреляции, подчеркивающие, что выраженное эмоциональное благополучие подростков в учебной деятельности, во время неформального времяпрепровождения на переменах и в домашней среде снижает вероятность развития антивита́льного поведения.

Заключение. Была выделена важность комплексного подхода к обеспечению психологической безопасности в образовательной среде. На основании этого сделан вывод о необходимости развития поддерживающей эмоциональной атмосферы в образовательных учреждениях, учитывающей состояние подростка даже в самых неочевидных аспектах учебного процесса, включающего неформальное учебное времяпрепровождение и домашнюю обстановку.

Ключевые слова: антивита́льное поведение, психологическая безопасность образовательной среды, эмоциональное благополучие, подростки, образовательный процесс

Research article

The relationship between the emotional component of psychological safety in the educational environment and anti-vital behavior in adolescents

V. A. Pogorskaya ¹, D. V. Isupov¹¹ Far Eastern Federal University (FEFU), 10 Ajax Bay, Russky Island, Vladivostok 690922, Russia

For citation: Pogorskaya, V. A., Isupov, D. V. (2026) The relationship between the emotional component of psychological safety in the educational environment and anti-vital behavior in adolescents. *Psychology in Education*, vol. 8, no. 2, pp. 198–209. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2026-8-2-198-209> EDN LAEMSY

Received 11 August 2025; **reviewed** 8 September 2025; **accepted** 3 November 2025.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © V. A. Pogorskaya, D. V. Isupov (2026). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY License 4.0.

Abstract

Introduction. The influence of the emotional component of the educational environment on anti-vital attitudes in adolescents is a key research area. This article explores the relationship between the emotional safety of the educational environment, considered as a component of psychological safety, and predictors of anti-vital behavior in adolescents.

Materials and Methods. The study involved 60 secondary-school adolescents (12–15 years old) studying at the Gymnasium of Far Eastern Federal University (FEFU). The psychodiagnostic instruments included the questionnaires Emotional Safety in the Educational Environment by T. N. Berezina and Anti-Vitality and Resilience by O. A. Sagalakova and D. M. Truevtsev. Spearman's rank correlation coefficient was used to determine the relationship between indicators of emotional well-being in the educational environment and predictors of anti-vital behavior.

Results. In the emotional safety survey, most adolescents rated academic (exam-related) aspects of their lives as unfavorable, while rating as favorable other aspects such as home, school recess, and the creative environment. Regarding predictors of anti-vital behavior, the study revealed low levels of anti-vital experiences and microsocial conflicts, with loneliness, mistrust, and anxious ruminations showing nearly equal proportions of low and moderate scores. Hypothesis testing revealed significant inverse correlations, demonstrating that high scores for emotional well-being in academic activities, during informal activities at recess, and at home reduce the likelihood of anti-vital behavior.

Conclusion. The study highlights the importance of a comprehensive approach to ensuring psychological safety in the educational environment. The findings suggest that educational institutions should develop a supportive emotional atmosphere that accounts for adolescent well-being even in the most subtle aspects of the educational process, including informal learning activities and the home environment.

Keywords: anti-vital behavior, psychological safety of the educational environment, emotional well-being, adolescents, educational process

Введение

В современном мире подростки, находясь на этапе формирования жизненных ориентиров и ценностей, сталкиваются с трудностями интеграции в социуме, поиском себя и сложностями с адаптацией к изменяющимся условиям. Психологическое напряжение, усиливается стрессовыми факторами, может привести к утрате жизненных целей и даже саморазрушительному поведению. В этом контексте актуальным становится выявление основных источников и сопутствующих им предикторов развития

антивита́льного поведения у подростков. Особое значение это приобретает в рамках образовательной среды, которая играет одну из ключевых ролей в социализации, определяя жизненную траекторию подростков.

Целью исследования стало выявление взаимосвязи компонентов эмоциональной безопасности образовательной среды и основных предикторов развития антивита́льного поведения подростков.

Теоретический обзор проблемы. Рассмотрение степени изученности проблемы следует начать с теоретического анализа наших феноменов —

психологической безопасности образовательной среды с ее эмоциональным компонентом и анти-виталяного поведения.

Первое полноценное понимание психологической безопасности в образовательном процессе принадлежит И. А. Баевой, которая выделила два ее аспекта: внутреннее состояние защищенности личности и внешние условия образовательной среды, исключающие негативное воздействие (Баева 2024). В контексте изучения данной темы за рубежом можно выделить исследования Э. Эдмондсон, подчеркивающей, что состояние психологической безопасности подростков в образовательной среде определяется их взаимодействием с ближайшим окружением. Она отмечает, что при снижении психологической безопасности у подростков может развиваться негативное эмоциональное состояние (тревога, потеря интереса ко всему, подавленное настроение) (Гамова и др. 2020).

Отношение к образовательному процессу выражается в трех компонентах, раскрывающих внутренние убеждения подростков по поводу учебных процессов: поведенческий характеризуется степенью самоконтроля человека в межличностном взаимодействии; когнитивный связан с осмысленным восприятием образовательной среды как пространства для личностного роста; эмоциональный же включает чувства и переживания, возникающие в процессе вовлеченности в обучение (Баева, Семикин 2005). Эмоции играют ключевую роль в обеспечении психологической безопасности, поскольку поведенческие реакции и когнитивные процессы закрепляются эффективнее при их эмоциональной окрашенности.

В соответствии с данной точкой зрения, доктор психологических наук Т. Н. Берёзина углубляет изучение эмоционального компонента. Она вводит понятие «эмоциональная безопасность», характеризующееся преобладанием позитивных и нейтральных эмоций над негативными. На основе этого исследователь выделяет два компонента: положительное эмоциональное состояние (радость, заинтересованность, чувство комфорта) и отрицательное (тревога, грусть, раздражение). Кроме того, она выделила три основания для возникновения негативных эмоций: высокий уровень учебной тревожности по поводу успеваемости; неудовлетворенность из-за трудностей достижения целей, реализации себя; негативный характер взаимодействия с окружающими (Березина 2019).

В свою очередь, комплексное изучение анти-виталяного поведения принадлежит О. А. Сагалаковой и Д. М. Труевцеву. Согласно их мне-

нию, оно представляет собой ориентацию на отрицание жизни, снижение интереса к ней и отсутствие четкого видения будущего (Сагалакова и др. 2014). Структура анти-виталяного поведения в их представлении включает три этапа: анти-виталяные переживания (начальные скрытые убеждения), мысли (устоявшиеся убеждения о жизни), поступки (рискованное поведение) (Сагалакова и др. 2015). Это поведение отличается от суицидального отсутствием конкретного плана действий против своей жизни, хотя, по мнению А. Г. Амбрумовой и В. А. Тихоненко, может создавать благоприятную основу для его развития (Амбрумова, Тихоненко 1980).

В зарубежных исследованиях анти-виталяное поведение рассматривается на основе концепции Р. Баумаистера, который ввел термин «эго-истощение» — состояние потери самоконтроля из-за истощения психических ресурсов. Оно усугубляется под влиянием внешних соблазнов и сложных решений (Baumeister et al. 2000). Длительное напряжение снижает контроль над эмоциями и действиями, способствуя увеличению вероятности возникновения импульсивного или даже саморазрушительного поведения. В свою очередь, Р. Райан и Э. Деси дополняют эту идею, акцентируя внимание на важности внутренней мотивации, автономии и соответствия деятельности личным потребностям и целям (Ryan, Deci 2008).

Среди общих факторов, которые способны оказывать влияние на возникновение анти-виталяного поведения, О. А. Сагалакова и Д. М. Труевцев выделяют нарушение психической регуляции, ведущей к потере контроля над эмоциями и действиями. Также они выделяют социальную тревогу, которая может возникать из-за страха негативной оценки со стороны окружающих (Сагалакова, Труевцев 2015). В работе Г. С. Банникова и К. А. Кошкина дополнительно выделяется диффузная идентичность в виде неустойчивого представления о себе, своей жизненной траектории. Вероятность формирования таких представлений о себе особенно высока на фоне процессов личностного становления, трансформации семейных структур и изменяющихся социальных норм, что вместе создает почву для кризисных состояний (Банников, Кошкин 2013). Отдельно рассматривая анти-виталяные переживания, Н. Н. Ниязбаева и Р. А. Сатыбалдина выделяют отчужденность от общества, при которой человек теряет связь с привычной реальностью, перестает отождествлять себя с обществом, теряет смысл жизни. Все это

усугубляется сложностями во взаимодействии с окружением (Ниязбаева, Сатыбалдина 2017).

Поднятая нами проблема затрагивается также в исследовании Е. В. Гришиной. В нем подробно изучено влияние психологической безопасности образовательной среды на начальную стадию развития антивиталяного поведения — антивиталяные переживания. В работе Е. В. Гришина представила вывод, подчеркивающий значимость образовательной среды для развития любых негативных личностных тенденций. Автор заключила, что подростки, которые наиболее склонны к развитию деструктивных переживаний, чаще встречаются в образовательных учреждениях с отсутствием комфортной психологической атмосферы. В частности, отмечено влияние низкой психологической безопасности на появление переживаний, касающихся связи с окружающими людьми и перспектив настоящей и будущей жизни. Вследствие этого могут развиваться негативные личностные черты и формироваться психические отклонения (Гришина 2018).

Настоящее исследование обусловлено наличием противоречия между осознанием ключевой роли образовательной среды в формировании психологического благополучия подростков и недостаточной эмпирической изученностью влияния ее эмоциональной составляющей на развитие антивиталяного поведения. Несмотря на теоретическое понимание того, что психологически небезопасная атмосфера может способствовать деструктивным личностным тенденциям, практические меры профилактики часто носят общий характер и не учитывают тонких механизмов влияния эмоционального благополучия в таких конкретных аспектах, как учебные занятия, экзамены, перемены и даже домашняя обстановка.

Материалы и методы

Гипотеза исследования заключается в том, что поддержание эмоционального благополучия в образовательной среде способствует снижению вероятности формирования антивиталяного поведения у подростков.

В исследовании приняло участие 60 подростков школьного возраста гимназии Дальневосточного федерального университета (ДВФУ). Распределение по половому признаку показало примерно равное соотношение: среди респондентов было 29 участников мужского пола и 31 женского. Выборка охватывает подростковую группу диапазоном от 12 до 15 лет (средний возраст — 13 лет).

Для реализации поставленной цели были использованы следующие психодиагностические методики:

1. Опросник «Антивиталяность и жизнестойкость» (О. А. Сагалакова, Д. В. Труевцев, 2017 г.), направленный на определение комплексных аспектов развития антивиталяного поведения и сдерживающих внутренних ресурсов с внешними факторами (жизнестойкость).

Для определения признаков, свидетельствующих о развитии антивиталяного поведения, были использованы ключевые предикторы, выделенные авторами. Эти показатели указывают на вероятность формирования у человека антивиталяных мыслей, намерений или действий.

- Антивиталяные переживания — первичные размышления о бессмысленности жизни, в результате чего какие-либо действия и перспективы обесцениваются. Характеризуется переживаниями, затрагивающими негативные внешние установки по отношению к другим, и внутренние, касающиеся своих возможностей и будущих перспектив.
- Микросоциальные конфликты — столкновения подростка с ближайшим окружением: сверстниками, педагогами, семьей. Если такие конфликты происходят постоянно, то подросток может потерять опору в лице важных для него людей. Это способно привести к искаженному самовосприятию, невозможности удовлетворения базовых потребностей, накоплению стресса, который находит выход в саморазрушительном поведении.
- Переживание одиночества, недоверчивости — отчужденность от окружающих по причине восприятия их как потенциально опасных и способных предать.
- Наличие тревожных руминаций — прокручивание в голове прошлых неудач и трудностей, убеждение в том, что что-то могло пойти не так.

2. Опросник «Эмоциональная безопасность образовательной среды» (Т. Н. Берёзина). Цель методики заключается в измерении уровня эмоционального благополучия образовательной среды вместе с ее процессами. По выявленным показателям можно судить о благоприятности (полученный показатель больше единицы) или неблагоприятности (показатель меньше единицы) эмоциональной составляющей образовательной среды. Помимо общего показателя, опросник предполагает измерение эмоциональности по отношению к различным процессам образовательной среды: «учебное благополучие» (во время

учебных занятий), «благополучие перемен» (перемен между занятиями), «экзаменационное благополучие» (эмоциональное благополучие при контрольных, важных экзаменах и так далее), «домашнее благополучие» (эмоциональное состояние дома) и благополучие творческо-креативной среды (занятие творчеством, художественная самодеятельность, участие в общественных событиях, спортивных соревнованиях и различных олимпиадах, школьных мероприятиях).

Для выявления взаимосвязи между показателями эмоционального благополучия в образовательной среде и предикторами формирования антивиталяного поведения нами был выбран коэффициент ранговой корреляции

Спирмена. При использовании данного коэффициента были учтены следующие требования: проведено не менее 5 наблюдений (в нашем случае их 60); связанные ряды содержат разные значения, не совпадающие друг с другом.

Результаты

На первом этапе проведено отдельное исследование показателей эмоциональной безопасности образовательной среды и предикторов развития антивиталяного поведения. Распределение подростков по результатам изучения эмоционального благополучия по методике Т. Н. Берёзиной представлено на рисунке 1.

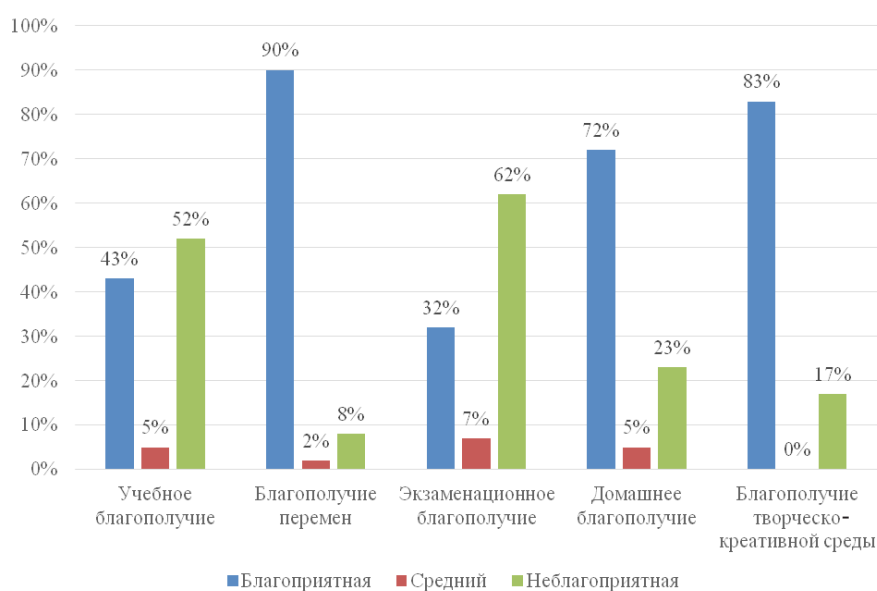


Рис. 1. Распределение показателей эмоционального благополучия в разных аспектах образовательной среды (%)

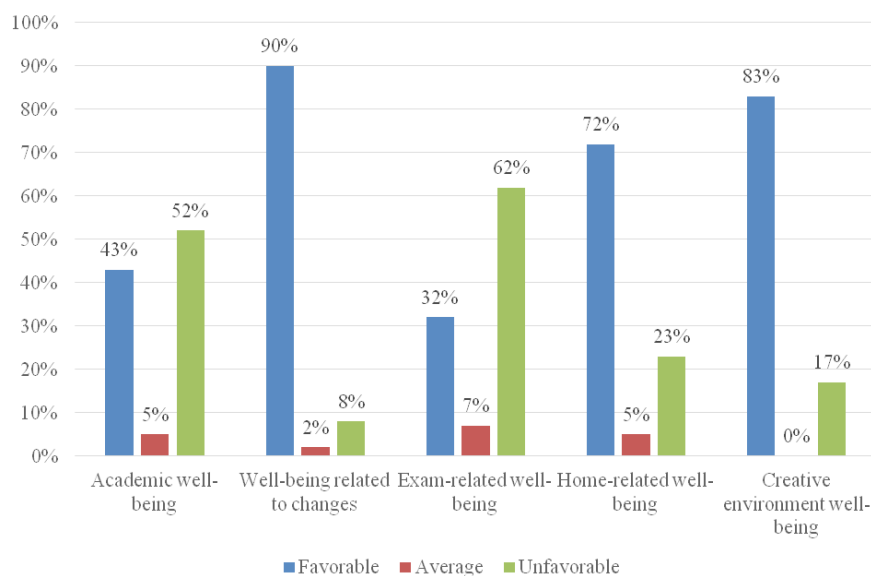


Fig. 1. Distribution of emotional well-being scores across aspects of the educational environment (%)

Наиболее неоднозначные результаты получены по компонентам учебного процесса.

1. Больше половины учащихся (52%) оценивают компонент учебного благополучия как неблагоприятный. В то же время 43% чувствуют себя на уроках комфортно, а 5% дают нейтральную оценку. Данная неоднородность восприятия учебного благополучия может быть следствием индивидуального отношения, в том числе степени ответственности отдельных учащихся по отношению к учебе.

2. Компонент экзаменационного благополучия для 62% подростков является неблагоприятным. При этом 32% признают его эмоционально благополучным, 7% показали нейтральные результаты. Как уже говорилось, влиять на такие результаты может индивидуальное отношение к учебе. Однако нужно понимать, что период экзаменов всегда является трудным для подростков. Вследствие этого можно сказать, что 62% подчеркивают проблему тревожности на всех этапах экзаменов.

Оставшиеся компоненты показали преимущественно положительные результаты:

1. Эмоциональное благополучие на переменах показали 90% подростков против 8%, которые оценивают их как неблагоприятные, и 2% нейтральных. В данном случае почти все подростки положительно оценивают времяпрепровождение между уроками, что может быть связано с наличием позитивной атмосферы в коллективе, а также возможностью посвятить свободное время личным интересам.

2. Большое количество подростков (72%) испытывают эмоциональное благополучие дома, что указывает на благоприятную домашнюю среду. 23%, отметили эмоциональное неблагополучие дома, что может указывать на отсутствие нужных домашних условий, в то время как 5% демонстрируют некоторую отстраненность.

3. Как и благополучие на переменах, компонент творческо-креативной среды отмечен положительно большинством учащихся — 83% против 17%, для которых он является неблагоприятным. Это также подчеркивает важность для подростков выбирать ту деятельность, которая им нравится, посвящать время самим себе.

Затронем основные предикторы развития антивиталяного поведения по методике О. А. Сагалаковой, Д. В. Труевцева. Результаты по ним представлены на рисунке 2.

Результаты исследования антивиталяных переживаний среди подростков показывают, что большинство опрошенных (72%) не демонстрируют выраженных деструктивных переживаний по поводу жизни. Это свидетельствует о достаточно устойчивом эмоциональном состоянии и преобладании позитивного восприятия собственной жизни. При этом у 28% подростков отмечается средний уровень подобных переживаний, что в контексте их возрастного периода, характеризующегося активным личностным развитием, может отражать естественную нестабильность эмоционального состояния.

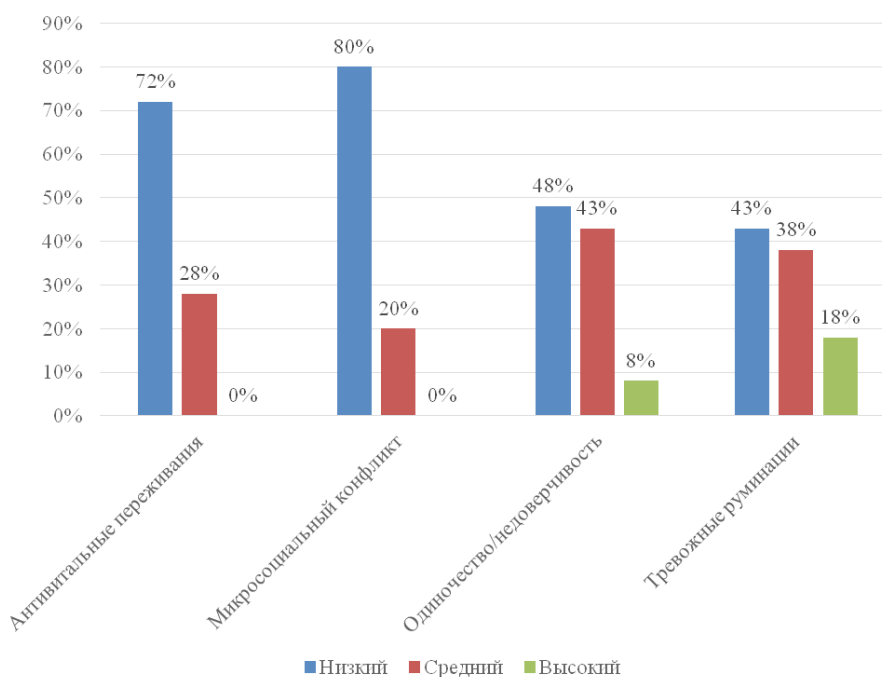


Рис. 2. Распределение показателей предикторов развития антивиталяного поведения (%)

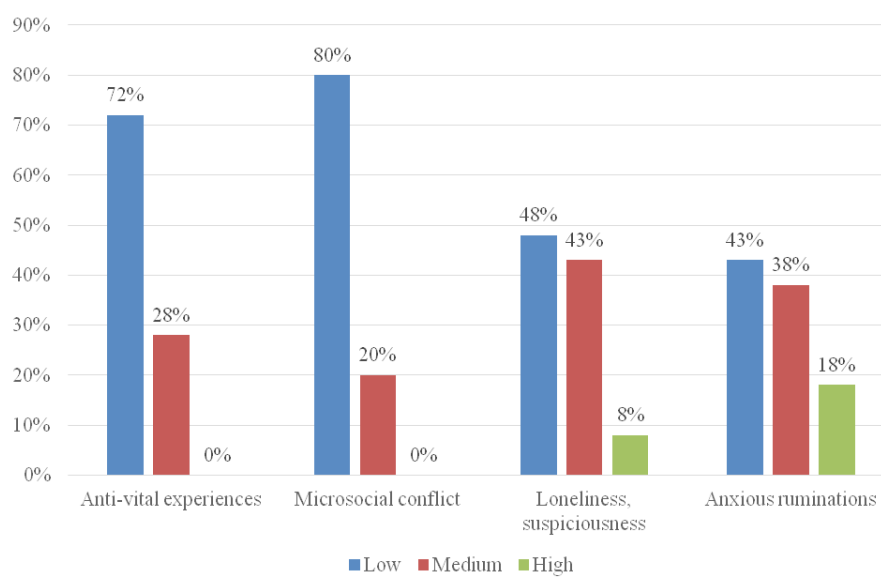


Fig. 2. Distribution of scores for predictors of anti-vital behavior (%)

Закономерным является еще больший процент (80%) низких показателей микросоциальной конфликтности, в том числе ввиду того, что она рассматривается авторами методики в связке с антивитальными переживаниями. Однако 20% средних значений может свидетельствовать о наличии определенных трудностей во взаимодействии с ближайшим окружением.

По одиночеству, недоверчивости вышло 48% низких, 43% средних и 8% высоких значений. Такой разброс показателей может указывать на ситуативность жизненного положения. Он подчеркивает, с одной стороны, высокую степень привязанности к другим людям, а с другой — влияние конфликтов либо иных трудных ситуаций, которые могли изменить доверительное отношение подростка к окружающим.

Тревожные руминации показали 43% низких значений, 38% средних и 18% высоких. В данном

случае можно учитывать влияние личностно-обусловленных факторов: подростки могут проявлять гибкость, позволяющую им не акцентировать внимание на неудачах (это зависит как от окружающих, так и от наличия любимых хобби), однако в то же время быть достаточно вовлеченными в учебную деятельность, в результате чего так или иначе будут проявляться определенные переживания и мысли.

На следующем этапе исследования был проведен корреляционный анализ с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена. Результаты исследования взаимосвязей представлены в таблице 1.

Учебное благополучие (эмоциональная безопасность на уроках) показало статистически значимую умеренную обратную взаимосвязь с антивитальными переживаниями ($r = -0,521$, $p \leq 0,001$), микросоциальным конфликтом ($r = -0,406$,

Табл. 1. Результаты исследования связи компонентов эмоционального благополучия образовательной среды и предикторов развития антивитального поведения

Показатели	Учебное благополучие	Благополучие перемен	Экзаменационное благополучие	Домашнее благополучие	Благополучие творческо-креативной среды
Антивитальные переживания	-0,521**	-0,540**	-0,397**	-0,574**	-0,254
Микросоциальный конфликт	-0,406**	-0,433**	-0,334**	-0,370**	-0,243
Одиночество, недоверчивость	-0,113	-0,314*	-0,281*	-0,285*	-0,075
Тревожные руминации	-0,360**	-0,384**	-0,260*	-0,362**	-0,053

Примечание: * — $p \leq 0,05$; ** — $p \leq 0,01$.

Table 1. Relationship between components of emotional well-being of the educational environment and predictors of anti-vital behavior

Variables	Academic well-being	Well-being related to changes	Exam-related well-being	Home-related well-being	Creative environment well-being
Anti-vital experiences	-0.521**	-0.540**	-0.397**	-0.574**	-0.254
Microsocial conflict	-0.406**	-0.433**	-0.334**	-0.370**	-0.243
Loneliness, suspiciousness	-0.113	-0.314*	-0.281*	-0.285*	-0.075
Anxious ruminations	-0.360**	-0.384**	-0.260*	-0.362**	-0.053

Note: * $p \leq 0.05$; ** $p \leq 0.01$.

$p \leq 0,001$) и тревожными руминациями ($r = -0,360$, $p = 0,005$). На основе этого можно сказать, что чем более комфортной и поддерживающей является атмосфера во время проведения уроков, тем ниже вероятность возникновения переживаний по поводу бессмысленности жизни, конфликтности с преподавателями и сверстниками, а также мыслей о неудачах и трудностях прошлого.

Экзаменационное благополучие (эмоциональная безопасность экзаменов) продемонстрировала статистически значимую обратную корреляцию умеренного плана с антивитальными переживаниями ($r = -0,397$, $p = 0,002$), микросоциальными конфликтами ($r = -0,334$, $p = 0,009$) и слабого характера с одиночеством (недоверчивостью) ($r = -0,281$, $p = 0,029$), тревожными руминациями ($r = -0,260$, $p = 0,044$). Создание благоприятных условий для прохождения экзаменационного периода (экзамены, контрольные), включая поддержку и помощь со стороны педагогов и сверстников, способствует снижению вероятности возникновения у подростков негативных установок по отношению к жизни. Снижается напряженность в отношениях с окружающими, чувство изоляции и подозрительность, а также выраженность мыслей о прошлых неудачах.

Можно предположить, что данные предикторы в связи с учебным благополучием на уроках и во время экзаменов могут подпитываться в условиях давления и запугивания со стороны педагогов или родителей. В результате, как мы уже отмечали, подросток теряет веру в значимость обучения, что приводит к смещению жизненных ориентиров и поведенческим изменениям. В частности, уменьшается склонность к обесцениванию перспектив обучения и будущих возможностей, а также риск развития чувства безнадежности и отчужденности от социума.

Благополучие перемен (эмоциональная безопасность перемен) показало значимые умеренные

взаимосвязи с антивитальными переживаниями ($r = -0,540$, $p \leq 0,001$), микросоциальными конфликтами ($r = -0,433$, $p \leq 0,001$), одиночеством (недоверчивостью) ($r = -0,314$, $p = 0,014$), тревожными руминациями ($r = -0,384$, $p = 0,002$). Позитивное неформальное времяпрепровождение между уроками снижает вероятность возникновения различных переживаний, влияющих на внутренние установки и характер взаимосвязи с окружающими. Кроме того, уменьшается риск возникновения конфликтных ситуаций с участием подростков и преподавателей, возрастает доверие и снижается заикленность на негативном опыте.

Эти результаты подчеркивают важность эмоциональной разрядки, а также гармоничных межличностных отношений между всеми учащимися. Процесс освобождения от накопившихся эмоций может способствовать снижению напряжения в коллективе и, возможно, повысит мотивацию к работе на занятиях после перемены. Грамотные межличностные отношения способствуют устранению поводов для конфликтов, предотвращают формирование негативной самооценки и предубеждений в отношении окружающих, а также страхов, связанных с доверием. Последние могут возникнуть из-за травмирующего опыта прошлого, такого как предательство или внезапное прекращение общения.

Домашнее благополучие (эмоциональное благополучие дома) продемонстрировало обратную статистически значимую взаимосвязь умеренного характера с антивитальными переживаниями ($r = -0,574$, $p \leq 0,001$), микросоциальными конфликтами ($r = -0,370$, $p = 0,004$) и тревожными руминациями ($r = -0,362$, $p = 0,005$). При этом значимой слабой отметилась взаимосвязь домашнего благополучия с одиночеством (недоверчивостью) ($r = -0,285$, $p = 0,027$). В данном случае благоприятная домашняя атмосфера, основанная на поддержке и обеспечении

отдыха подростков, предотвращает появление переживаний касательно себя и окружающих, в том числе недоверчивости, конфликтных установок во взаимодействии с семьей, сверстниками и преподавателями и мыслей о неудачах и трудностях в прошлом.

Возможная взаимосвязь с образовательной средой заключается в том, что негативная обстановка дома, где может происходить частое психологическое насилие над подростком, способно повлиять на учебную составляющую и проецироваться в отношениях с другими людьми. В результате, как и с учебным эмоциональным благополучием, в условиях постоянного стресса дома у подростка закрепляются деструктивные установки, снижающие мотивацию к обучению и личностному развитию. Проецирование может быть объяснено тем, что закрепившаяся форма поведения дома используется и в образовательной среде: конфликтные установки во взаимодействии с семьей могут задействоваться и в отношениях с преподавателями или сверстниками, недоверие по отношению к членам семьи распространяется также и на участников образовательного процесса.

Обсуждение

Таким образом, соглашаясь с Е. В. Гришиной, подчеркнем ключевую роль уровня психологической безопасности в образовательной среде в появлении антивитальных переживаний. При этом неблагоприятный психологический климат в образовательной среде сам по себе не способствует развитию суицидальных наклонностей.

В рамках теоретического исследования ключевым маркером нарушений в образовательной среде, которые могут способствовать возникновению антивитальных переживаний и других деструктивных явлений, в соответствии с позицией Е. В. Гришиной, является характер взаимодействия ее членов, что также подтверждается нашими результатами. В данном случае положительный характер будет способствовать соответствующему влиянию на развитие личности. Вместе с тем отрицательный характер повысит вероятность появления негативных форм социально-психологического состояния человека. Исходя из качества коммуникации в рамках образовательной среды, выстраивается и степень ее важности для каждого из учащихся (Гришина 2016).

Риски нарушений социального взаимодействия могут спровоцировать негативные эмоциональные, поведенческие реакции и когнитивные искажения, связанные с неадекватным восприя-

тием образовательной среды, социального окружения и даже самого себя. Это все может отразиться на поведении подростка, который будет всячески бойкотировать занятия и отдавать предпочтение посторонней деятельности.

Затрагивая диагностику безопасности среды, Е. В. Гришина уделяет внимание более расширенному анализу. Помимо общепринятых показателей, необходимо учитывать менее очевидные. Так, И. А. Баева отмечает показатели, определяющие низкую психологическую безопасность при фактически внешне благоприятных условиях. В этой связи важным становится учет мнений всех участников образовательного процесса, основанный на выявлении несоответствия между общим позитивным восприятием и личным ощущением комфорта (Гришина 2018).

На основе этого Е. В. Гришина отмечает важность комплексного подхода для анализа психологической безопасности в рамках образовательной среды, учитывающего несовпадения во мнении касательно разных параметров среды. В данном случае подчеркивается индивидуальное восприятие каждого из членов образовательной среды, которое позволяет выявить латентные формы угроз психологической безопасности, в первую очередь антивитальные и суицидальные. В нашем исследовании также отмечено, что различные компоненты образовательного процесса — от организационно-педагогических условий до социально-психологического климата — способны оказывать влияние на формирование антивитального поведения. Это означает, что, помимо общих аспектов анализа образовательной среды, важно учитывать влияние дополнительных факторов. Они могут быть не так очевидны, но их влияние может напрямую способствовать развитию антивитального поведения.

В рамках анализа результатов мы выделили некоторые важные факторы риска в образовательной среде, способные оказывать влияние на развитие внешних и внутренних антивитальных установок:

- 1) академическая нагрузка и уровень стрессогенности оценивания: необходимо снижение чрезмерной академической нагрузки на подростков в рамках учебных занятий, а также смягчение стрессогенного влияния системы оценивания, особенно в периоды аттестации;
- 2) качество отдыха подростков между учебными занятиями: необходимо предоставление эмоциональной разрядки для подростков и построение гармоничных межличностных отношений между ними;

- 3) психологический климат в семье: напряженная атмосфера и даже возможно проявление психологического насилия в домашней обстановке по отношению к подросткам могут проецироваться на учебную деятельность и отношения с окружающими.

Выделенные нами факторы риска находят подтверждение в исследовании О. С. Богинской, посвященном детерминантам формирования антивитаальных переживаний учащихся. Помимо прочего, она выделяет социальные трудности, затрагивающие образовательную среду и домашнюю обстановку: проблемы в школе и семье; завышенные требования со стороны учителей или родителей; частая смена жительства, образовательных учреждений; насилие в семье. Кроме того, она выносит проблемы во взаимодействии с окружающими: конфликты с друзьями, травля в школе, сужение круга знакомых, сложности с адаптацией в новой среде (Богинская 2018).

Выводы

Исследование эмоционального компонента в рамках психологической безопасности образовательной среды и выраженности предикторов развития антивитаального поведения показало неоднозначные результаты. Полученные данные по методике Т. Н. Берёзиной показывают, что подростки в большей степени оценивают учебную составляющую как неблагоприятную (учебная и экзаменационная). В то же время другие аспекты среды (дом, перемены и творческо-креативная среда) воспринимаются большинством позитивно. По результатам методики О. А. Сагалаковой и Д. В. Труевцева можно отметить низкую выраженность антивитаальных переживаний и микросоциальной конфликтности. Однако у значительной части подростков отмечается средний уровень переживания одиночества, недоверчивости и тревожных руминаций, демонстрирующий почти равное соотношение с низкими показателями. Это может отражать ситуативные факторы и личностные особенности каждого подростка.

Проверка гипотезы показала, что гармоничное поддержание эмоционального благополучия подростков во всех аспектах образовательного процесса (в учебной деятельности, во время неформального времяпрепровождения на переменах и в домашней среде) снижает вероятность развития антивитаального поведения. Были выявлены отрицательно зна-

чимые взаимосвязи показателей учебного эмоционального благополучия (учебное и экзаменационное благополучие) с антивитаальными переживаниями, тревожными руминациями и с микросоциальной конфликтностью (отдельно экзаменационное благополучие взаимосвязано с проявлениями одиночества, недоверчивости). Практически аналогичные взаимосвязи обнаружены для неформальных аспектов среды: благополучие перемен и домашнее благополучие отрицательно коррелировали с антивитаальными переживаниями, тревожными руминациями, конфликтностью, одиночеством, недоверчивостью. Полученные данные свидетельствуют о том, что эмоционально безопасная образовательная среда способствует снижению негативных переживаний, конфликтности и других деструктивных проявлений, тем самым уменьшая риски развития антивитаального поведения у подростков.

На основе полученных результатов можно подчеркнуть комплексный характер влияния образовательной среды на психологическое состояние подростков. Необходимо развитие поддерживающей атмосферы в школе, включая мониторинг академической тревожности, формирование доверительных отношений между учащимися и предоставление возможностей для эмоциональной разрядки, полноценного отдыха. Отдельного внимания требует содействие созданию здоровой обстановки в семьях учащихся.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

Соответствие принципам этики

Авторы сообщают, что при проведении исследования соблюдены этические принципы, предусмотренные для исследований с участием людей и животных.

Ethics Approval

The authors report that the study complied with the ethical principles for research involving human and/or animal subjects.

Вклад авторов

Погорская В. А. — разработка концепции, методология, валидизация, обработка данных, подготовка текста — доработка и редактирование, научное руководство.

Исупов Д. В. — разработка концепции, формальный анализ, исследование, обработка данных, подготовка текста — черновик.

Isupov D. V. — concept development, formal analysis, research, data processing, text preparation — draft.

Заявление о доступности данных

Данные доступны по запросу, адресованному автору-корреспонденту.

Data Availability Statement

The data are available upon request submitted to the corresponding author.

Author Contributions

Pogorskaya V. A. — concept development, methodology, validation, data processing, text preparation — revision and editing, scientific guidance.

Список литературы

- Амбрумова, А. Г., Тихоненко, В. А. (1980) *Диагностика суицидального поведения*. М.: [б. и.], 48 с.
- Баева, И. А. (2024) Психологическая безопасность образовательной среды: становление направления и перспективы развития. *Экстремальная психология и безопасность личности*, т. 1, № 3, с. 5–19. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010301>
- Баева, И. А., Семикин, В. В. (2005) Безопасность образовательной среды, психологическая культура и психическое здоровье школьников. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*, т. 5, № 12, с. 7–19. EDN: KVHGCX
- Банников, Г. С., Кошкин, К. А. (2013) Антивитальные переживания и аутоагрессивные формы поведения подростка с «диффузной идентичностью». *Психологическая наука и образование*, т. 5, № 1, с. 31–40.
- Березина, Т. Н. (2019) Эмоциональная безопасность образовательной среды и когнитивные процессы. *Современное образование*, № 3, с. 29–43. <https://doi.org/10.25136/2409-8736.2019.3.29191>
- Богинская, О. С. (2018) Выявление антивитальных настроений учащихся образовательных организаций. *Методист*, № 1, с. 36–39. EDN: YXJRCM
- Гамова, С. Н., Красова, Т. Д., Чуйкова, Ж. В. (2020) Научные подходы к изучению психологической безопасности в отечественных и зарубежных исследованиях. *Мир науки. Педагогика и психология*, т. 8, № 4. [Электронный ресурс]. URL: <https://doi.org/10.15862/30PDMN420> (дата обращения 21.06.2025)
- Гришина, Е. В. (2016) Психологические характеристики образовательной среды и антивитальные переживания подростков. *Народное образование*, № 4–5 (1456), с. 215–218. EDN: WJQCZF
- Гришина, Е. В. (2018) *Влияние психологической безопасности образовательной среды на антивитальные переживания подростков. Диссертация на соискание степени кандидата психологических наук*. СПб., Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 131 с.
- Ниязбаева, Н. Н. Сатыбалдина, Р. А. (2017) Особенности антивитальных настроений в подростковом возрасте. *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*, № 12, с. 88–91. EDN: QIELCX
- Сагалакова, О. А., Труевцев, Д. В. (2015) Нарушение произвольной регуляции психической деятельности при социальной тревоге в контексте формирования антивитального и суицидального поведения. *Инновации в науке*, № 9 (46), с. 93–101. EDN: UKPDTR
- Сагалакова, О. А., Труевцев, Д. В., Сагалаков, А. М. (2014) Психологические механизмы антивитальной настроенности личности. *Universum: Психология и образование*, № 10 (9). [Электронный ресурс]. URL: <http://7universum.com/en/psy/archive/item/1637> (дата обращения 17.06.2025).
- Сагалакова, О. А., Труевцев, Д. В., Стоянова, И. Я., Сагалаков, А. М. (2015) Системный подход в исследовании антивитального и суицидального поведения. *Медицинская психология в России*, № 6 (35). [Электронный ресурс]. URL: http://www.medpsy.ru/mpri/archiv_global/2015_6_35/nomer05.php (дата обращения 17.06.2025).
- Baumeister, R. F., Muraven, M., Tice, D. M. (2000) Ego depletion: A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing. *Social Cognition*, vol. 18, no. 2, pp. 130–150. <https://doi.org/10.1521/soco.2000.18.2.130>
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2008) From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the Self. *Social and Personality psychology compass*, vol. 2, no. 2, pp. 702–717. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00098.x>

References

- Ambrumova, A. G., Tikhonenko, V. A. (1980) *Diagnostics of suicidal behavior*. Moscow: [s. n.], 48 p. (In Russian)
- Baeva, I. A. (2024) Psychological Safety of the Educational Environment: Formation of Directions and Development Prospects. *Extreme Psychology and Personal Safety*, vol. 1, no. 3, pp. 5–19. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010301> (In Russian)
- Baeva, I. A., Semikin, V. V. (2005) The security of educational environment, psychological culture, and psychical health of schoolchildren. *Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, vol. 5, no. 12, pp. 7–19. (In Russian)
- Bannikov, G. S., Koshkin, K. A. (2013) Antivital experience and auto-aggressive behavior in teenagers with “diffuse identity”. *Psychological Science and Education*, vol. 5, no. 1, pp. 31–40. (In Russian)
- Baumeister, R. F., Muraven, M., Tice, D. M. (2000) Ego depletion: A resource model of volition, self-regulation, and controlled processing. *Social Cognition*, vol. 18, no. 2, pp. 130–150. <https://doi.org/10.1521/soco.2000.18.2.130> (In English)
- Berezina, T. N. (2019) Emotional security of educational environment and cognitive processes. *Modern Education*, no. 3, pp. 29–43. <https://doi.org/10.25136/2409-8736.2019.3.29191> (In Russian)
- Boginskaya, O. S. (2018) Identification of anti-vital attitudes among students in educational organizations. *Metodist*, no. 1, pp. 36–39. (In Russian)
- Gamova, S. N., Krasova, T. D., Chujkova, Zh. V. (2020) Scientific approaches to the study of psychological safety in domestic and foreign research. *World of Science. Pedagogy and psychology*, vol. 8, no. 4. [Online]. Available at: <https://doi.org/10.15862/30PDMN420> (accessed 21.06.2025). (In Russian)
- Grishina, E. V. (2016) Psychological Characteristics of the Educational Environment and Antivital Experiences of adolescents. *National Education*, no. 4–5 (1456), pp. 215–218. (In Russian)
- Grishina, E. V. (2018) *The influence of psychological safety of the educational environment on the anti-vital experiences of adolescents. PhD dissertation (Psychology)*. Saint Petersburg, Herzen State Pedagogical University of Russia, 131 p. (In Russian)
- Niyazbaeva, N. N., Satybaldina, R. A. (2017) Features antivirally sentiment in adolescence. *International Journal of Humanities and Natural Sciences*, no. 12, pp. 88–91. (In Russian)
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2008) From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the Self. *Social and Personality psychology compass*, vol. 2, no. 2, pp. 702–717. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00098.x> (In English)
- Sagalakova, O. A., Truevtsev, D. V. (2015) Disturbances of voluntary regulation of mental activity in social anxiety in the context of forming anti-vital and suicidal behavior. *Innovatsii v nauke*, no. 9 (46), pp. 93–101. (In Russian)
- Sagalakova, O. A., Truevtsev, D. V., Sagalakov, A. M. (2014) Anti-vital mood psychological mechanisms. *Universum: Psychology and Education*, no. 10 (9). [Online]. Available at: <http://7universum.com/en/psy/archive/item/1637> (accessed 17.06.2025). (In Russian)
- Sagalakova, O. A., Truevtsev, D. V., Stoyanova, I. Ya., Sagalakov, A. M. (2015) A systematic approach to the study of life-threatening and suicidal behavior. *Medical Psychology in Russia*, no. 6 (35). [Online]. Available at: http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2015_6_35/nomer05.php (accessed 17.06.2025). (In Russian)

Сведения об авторах

Виктория Александровна Погорская, старший преподаватель департамента психологии и образования, Школа искусств и гуманитарных наук, Дальневосточный федеральный университет
SPIN-код: 8683-6279, e-mail: pogorskayava@mail.ru

Дмитрий Валерьевич Исупов, бакалавр направления подготовки «Конфликтология» департамента психологии и образования, Школа искусств и гуманитарных наук, Дальневосточный федеральный университет
e-mail: dimaishopov007@gmail.com

Authors

Victoria A. Pogorskaya, Senior Lecturer, Department of Psychology and Education, School of Arts and Humanities, Far Eastern Federal University
SPIN: 8683-6279, e-mail: pogorskayava@mail.ru

Dmitry V. Isupov, Bachelor's degree in Conflict Studies, Department of Psychology and Education, School of Arts and Humanities, Far Eastern Federal University
e-mail: dimaishopov007@gmail.com