



Серия «Психология»  
2023. Т. 45. С. 40–54  
Онлайн-доступ к журналу:  
<http://izvestiapsy.isu.ru/ru>

---

---

ИЗВЕСТИЯ  
Иркутского  
государственного  
университета

---

---

Научная статья

УДК 616-056.11+159.972  
<https://doi.org/10.26516/2304-1226.2023.45.40>

## Нарушения саморегуляции у молодых людей с аффективными расстройствами в условиях пандемии COVID-19

К. Д. Сахаровская\*

*ГБУ «Ресурсный центр «Отрадное», г. Москва, Россия*

Н. Е. Лысенко, И. В. Коровай

*Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии наркологии им.  
В. П. Сербского Минздрава России, г. Москва, Россия*

**Аннотация.** Целью эмпирического исследования является оценка взаимосвязи нарушений операционального уровня саморегуляции с параметрами психологической безопасности, механизмами психологических защит и личностными особенностями у молодых людей с аффективными расстройствами в период пандемии COVID-19. Отмечается, что в исследуемой группе регулятивные нарушения процессов моделирования, программирования, оценивания результатов и самостоятельности определяются неадаптивными защитными механизмами проекции, регрессии и замещения, нарушениями базисных убеждений о безопасности, а также самокритицизмом. Делается вывод, что потребность в безопасности у лиц с аффективными расстройствами реализуется через поиск благоприятных внешних условий, а не за счет собственной интеллектуальной и волевой активности.

**Ключевые слова:** пандемия COVID-19, саморегуляция, аффективные расстройства, психологическая безопасность, молодежь.

---

**Для цитирования:** Сахаровская К. Д., Лысенко Н. Е., Коровай И. В. Нарушения саморегуляции у молодых людей с аффективными расстройствами в условиях пандемии COVID-19 // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2023. Т. 45. С. 40–54. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2023.45.40>

---

Original article

## Self-Regulation Disorders in Young People with Affective Disorders during the COVID-19 Pandemic

K. D. Sakharovskaya\*

*Otradnoye Resource Center, Moscow, Russian Federation*

N. E. Lysenko, I. V. Korovay

*V. P. Serbsky National Medical Research Centre for Psychiatry and Narcology of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation*

**Abstract.** The purpose of the empirical study is assessment or the correlation among disorders of operational level of self-regulation with psychological security parameters, psychological defense

---

© Сахаровская К. Д., Лысенко Н. Е., Коровай И. В., 2023

\*Полные сведения об авторах см. на последней странице статьи.  
For complete information about the authors, see the last page of the article.

mechanisms, and personality traits of young people with affective disorders during the COVID-19 pandemic. The study involved 60 people aged 20-25, 30 of which had affective disorders. In the test group regulative dysfunctions of processes of modelling, programming, results and independence evaluation are due to non-adaptive defense mechanisms of projection, regression, and substitution, security basis views bias as well as self-criticism. People with affective disorders satisfy their security need looking for supportive external environment rather than their intellectual and volitional activity.

**Keywords:** COVID-19 pandemic, self-regulation, affective disorders, psychological security, young people.

---

**For citation:** Sakharovskaya K.D., Lysenko N.E., Korovay I.V. Self-Regulation Disorders in Young People with Affective Disorders During the COVID-19 Pandemic. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2023, vol. 45, pp. 40–54. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2023.45.40> (in Russian)

---

## Введение

Пандемия COVID-19 сохраняет значимость в качестве естественной модели чрезвычайной ситуации, спровоцировавшей широкий диапазон негативных эмоциональных состояний у людей [Мосолов, 2020; Why the COVID-19 pandemic ... , 2021]. При исследовании психологических механизмов адаптации в ситуации эпидемии основной фокус внимания был направлен на взаимосвязь совладающего поведения и состояния благополучия людей, а также на роль самодетерминации в преодолении негативных последствий пандемии [Psychological Impact of ... , 2020].

Однако особенное значение приобретает способность регулировать свое поведение для преодоления сложных ситуаций в соответствии с актуальными возможностями, выстраивая последовательную стратегию поведения и гибко приспосабливаясь к изменяющимся условиям [Крылова, 2014]. Для успешной адаптации в стрессовых условиях необходима взаимозависимость психических процессов разных структурных уровней [Мерлин, 1998]. Выделяют несколько уровней процессов, составляющих саморегуляцию: произвольная регуляция – бессознательный уровень (типологические особенности, бессознательные процессы); операциональные процессы (интегральные процессы психической регуляции); личностно-мотивационные процессы (метаинтегральный уровень) [Карпов, 2004; Сафонова, Морозова, 2010]. Успешность саморегуляции во многом зависит от представлений о себе и окружающем мире, а также от защитных психологических механизмов [Пилюгина, 2020]. При этом существует и обратная связь – уязвимость к вредящему воздействию социальных и техногенных рисков в значительной степени связана со зрелостью процессов саморегуляции [Нарушения психической саморегуляции ... , 2021].

Наиболее уязвимой группой в стрессовых условиях является молодежь, так как процессы саморегуляции молодых людей еще находятся в стадии формирования, но им приходится сталкиваться с теми же жизненными проблемами, с которыми соприкасаются люди зрелого возраста [Регуляторные ресурсы жизненных ... , 2021]. Молодой возраст связан с началом некоторых аффективных расстройств [Региональные различия в ... , 2019]. В частности, рекуррентное депрессивное расстройство дебютирует в возрасте  $22,65 \pm 0,55$  года у мужчин и  $24,72 \pm 0,93$  года у женщин [Зражевская, 2009]. По некото-

рым данным, в условиях пандемии COVID-19 именно в группах молодежи и лиц с аффективными расстройствами отмечена наиболее высокая выраженность психической дезадаптации и рост суицидального поведения [Suicide and COVID-19 ..., 2023].

В литературных источниках сообщалось о низком уровне саморегуляции у лиц с аффективными расстройствами [Кудряшова, Сарайкин, Иванов, 2017]. Показано, что там, где деятельность больного депрессией протекает в привычных условиях, он еще может с ней справляться; там же, где необходимы волевые усилия и активный выбор, проявляется его несостоятельность [Нуллер, Михаленко, 1988].

В связи с этим актуальным является изучение механизмов нарушений саморегуляции у молодых людей с аффективными расстройствами в условиях чрезвычайных ситуаций.

Сообщается, что для развития психических расстройств аффективного спектра значимым является нарушение базового чувства безопасности [Стоянова, 2018; Игнатова, 2020]. Однако проблема взаимосвязи параметров психологической безопасности и саморегуляции пока не получила достаточной эмпирической проверки в клинических группах.

На основании имеющихся данных выдвинута гипотеза о том, что в чрезвычайной ситуации пандемии COVID-19 лицам молодого возраста с аффективными расстройствами свойственны нарушения операционального аспекта саморегуляции, взаимосвязанные с искаженностью убеждений о безопасности, инфантильными защитными механизмами и дисгармоничностью личностных особенностей.

Научная новизна исследования состоит в определении факторов нарушений саморегуляции у лиц молодого возраста с аффективными расстройствами в условиях чрезвычайной ситуации на основании изучения взаимосвязей разноуровневых психических процессов.

### **Организация и методы исследования**

В исследовании приняли участие 60 чел. в возрасте от 20 до 25 лет (средний возраст  $22,02 \pm 1,55$  года). Для определения возрастного диапазона выборки использовалась периодизация, предложенная Э. Эриксеном, в которой молодой возраст соответствует 20–25 годам жизни и имеет название «ранняя зрелость». В группу лиц с аффективными расстройствами вошли 30 пациентов ПКБ № 4 ДЗМ им. П. Б. Ганнушкина (средний возраст  $22,17 \pm 1,66$  года), из которых 9 мужчин и 21 женщина. Из них у 12 чел. был установлен диагноз F32.0 Депрессивный эпизод легкой степени, у 9 чел. – F32.1 Депрессивный эпизод средней степени, у 9 – F33.0 Рекуррентное депрессивное расстройство. Все обследуемые наблюдались с данным диагнозом до начала пандемии, на момент текущего диагностирования находились в состоянии ремиссии. Группу сравнения составили 30 чел. (из них 15 мужчин) без психических расстройств (средний возраст  $21,87 \pm 1,43$  год). Между группами не выявлено значимых различий по возрасту. В обеих группах участники проходили обучение в вузах либо имели профессии из так назы-

ваемой категории «белых воротничков». В группе обследуемых с аффективными расстройствами незначимо преобладала дисгармония воспитания в виде антагонистических тенденций и злоупотребление алкоголем у родителей. Другие социально-демографические показатели не различались. Сбор экспериментальных данных проводился в период 2020–2021 гг.

Использованы опросники: Индекс жизненного стиля (Р. Плутчик, Г. Келлерман и Х. Р. Конт, 1979 г.); Шкала базисных убеждений (Р. Янов-Бульман, в адаптации М. А. Падун, А. В. Котельникова); Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрае и П. Коста, 1992 г., в адаптации А. Б. Хромова). Для оценки процессов саморегуляции применялся опросник «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ» (В. И. Моросанова, 1991), содержащий шкалы: «планирование», «моделирование», «программирование», «оценивание результатов» «гибкость», «самостоятельность», «общий уровень саморегуляции».

С целью содержательного анализа представлений о безопасности в условиях пандемии COVID-19 обследуемым предлагалось письменное задание – подобрать пять ассоциаций к слову «безопасность». В дальнейшем проводился анализ социальных представлений по П. Вержесу, который заключается в том, что понятия, выявленные с помощью ассоциации, подвергаются прототипическому и категориальному анализу. На их основе выделяется зона ядра представлений (стабильная и устойчивая часть представления) и периферии (обладающая вариативностью и изменчивостью). Данный количественный метод позволяет выделить субъективные представления индивида, определяющие его функциональное видение мира, придающее значение его поведению [Обыденные представления молодежи ... , 2010].

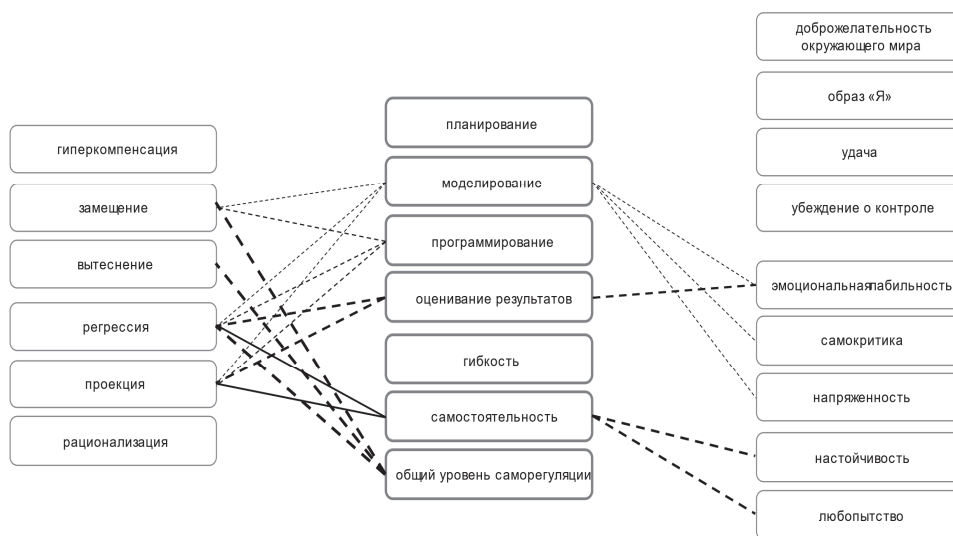
Статистическая обработка включала корреляционный, кластерный подход и сравнительный анализ с использованием непараметрического  $U$ -критерия Манна – Уитни и проводилась в программе IBM SPSS® Statistics 20.

### Результаты исследования и их обсуждение

Сравнительный анализ выявил, что в группе лиц с аффективными расстройствами показатели по шкалам «оценивание результатов» и «общий уровень саморегуляции» опросника «Стиль саморегуляции поведения» достоверно ниже, чем в группе психически здоровых обследуемых (соответственно  $U_{\text{эмп.}} = 304,50$  и  $U_{\text{эмп.}} = 307,00$  при  $U_{\text{крит.}} = 338,00$ ,  $p < 0,05$ ).

При проведении корреляционного анализа в группе лиц с аффективными расстройствами выявлены обратные корреляционные связи параметра «моделирование» с переменными: «регрессия» ( $r = -0,61$ ;  $p < 0,01$ ), «замещение» ( $r = -0,53$ ;  $p < 0,01$ ), «самокритика» ( $r = -0,47$ ;  $p < 0,01$ ), «напряженность» ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,05$ ), «эмоциональная лабильность» ( $r = -0,41$ ;  $p < 0,05$ ), «проекция» ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,05$ ) (рис. 1).

Обратные корреляции параметра «программирование» обнаружены с переменными: «проекция» ( $r = -0,47$ ;  $p < 0,01$ ), «регрессия» ( $r = -0,43$ ;  $p < 0,05$ ) и «замещение» ( $r = -0,43$ ;  $p < 0,05$ ). Обратные корреляционные связи параметра «оценивание результатов» обнаружены с переменными: «проекция» ( $r = -0,48$ ;  $p < 0,01$ ), «регрессия» ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,05$ ), «эмоциональная лабильность» ( $r = -0,38$ ;  $p < 0,05$ ).



*Примечание.* Прямыми линиями обозначены прямые корреляции, пунктирными линиями – обратные корреляции. Толщина линий, соединяющих параметры в столбцах, различается в зависимости от параметра саморегуляции для удобства восприятия взаимосвязей.

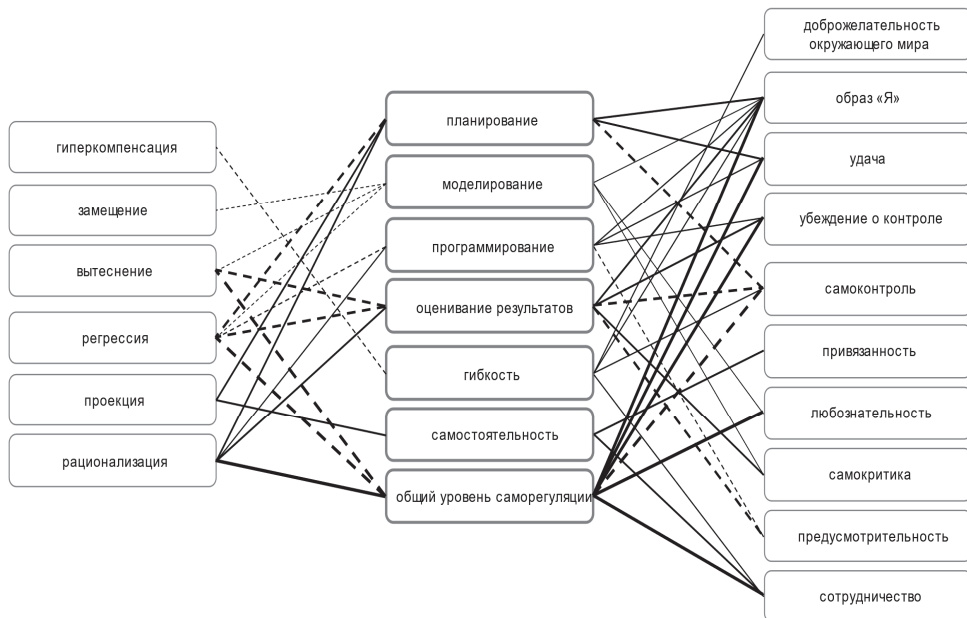
*Рис. 1.* Корреляционные плеяды компонентов саморегуляции с базисными убеждениями, личностными особенностями и защитными механизмами в группе обследуемых с аффективными расстройствами

Прямые корреляции параметра «самостоятельность» выявлены с переменными «регрессия» ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,05$ ) и «проекция» ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,05$ ); обратные – с переменными «настойчивость» ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,05$ ) и «любопытство» ( $r = -0,38$ ;  $p < 0,05$ ).

Обратные корреляции параметра «общий уровень саморегуляции» обнаружены с параметрами: «регрессия» ( $r = -0,47$ ;  $p < 0,01$ ), «замещение» ( $r = -0,39$ ;  $p < 0,01$ ) и «проекция» ( $r = -0,42$ ;  $p < 0,05$ ).

В результате корреляционного анализа в группе психически здоровых лиц выявлены прямые корреляционные связи параметра «планирование» с переменными «рационализация» ( $r = 0,55$ ;  $p < 0,01$ ), «образ Я» ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,01$ ), «проекция» ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,05$ ), «удача» ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,05$ ) (рис. 2). Также выявлены обратные корреляции данного параметра с переменными «предусмотрительность» ( $r = -0,59$ ;  $p < 0,01$ ), «регрессия» ( $r = -0,37$ ;  $p < 0,05$ ), «самоконтроль» ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,05$ ).

Обнаружены прямые корреляции параметра «моделирование» с переменными: «самокритика» ( $r = 0,43$ ;  $p < 0,05$ ), «любопытство» ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,05$ ) и «образ «Я»» ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,05$ ), и обратные с переменными: «вытеснение» ( $r = -0,49$ ;  $p < 0,01$ ), «регрессия» ( $r = -0,58$ ;  $p < 0,01$ ), «замещение» ( $r = -0,40$ ;  $p < 0,05$ ).



*Примечание.* Прямыми линиями обозначены прямые корреляции, пунктирными линиями – обратные корреляции. Толщина линий, соединяющих параметры в столбцах, различается в зависимости от параметра саморегуляции для удобства восприятия взаимосвязей.

*Рис. 2.* Корреляционные плеяды компонентов саморегуляции с базисными убеждениями, личностными особенностями и защитными механизмами в группе психически здоровых лиц

Выделены прямые корреляционные связи параметра «программирование» с переменными: «образ «Я» ( $r = 0,67$ ;  $p < 0,01$ ), «удача» ( $r = 0,46$ ;  $p < 0,01$ ), «убеждение о контроле» ( $r = 0,55$ ;  $p < 0,01$ ) и «рационализация» ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,05$ ), и обратные – с переменными «регрессия» ( $r = -0,51$ ;  $p < 0,01$ ) и «предусмотрительность» ( $r = -0,48$ ;  $p < 0,01$ ).

Прямые корреляции параметра «оценивание результатов» выявлены с переменными: «образ «Я» ( $r = 0,51$ ;  $p < 0,01$ ), «убеждение о контроле» ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,01$ ), «рационализация» ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,05$ ) и «самокритика» ( $r = 0,37$ ;  $p < 0,05$ ). Обратные корреляции данного параметра выявлены с переменными: «вытеснение» ( $r = -0,46$ ;  $p < 0,01$ ), «регрессия» ( $r = -0,48$ ;  $p < 0,01$ ), «самоконтроль» ( $r = -0,49$ ;  $p < 0,01$ ), «настойчивость» ( $r = -0,54$ ;  $p < 0,01$ ), «предусмотрительность» ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,01$ ).

Прямые корреляционные связи параметра «гибкость» обнаружены с переменными: «сотрудничество» ( $r = 0,48$ ;  $p < 0,01$ ), «самоконтроль» ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,05$ ), «доброжелательность окружающего мира» ( $r = 0,40$ ;  $p < 0,05$ ) и «образ «Я» ( $r = 0,42$ ;  $p < 0,05$ ), обратные – с переменной «гиперкомпенсация» ( $r = -0,47$ ;  $p < 0,05$ ).

Прямые корреляции параметра «самостоятельность» выявлены с переменными: «сотрудничество» ( $r = 0,48$ ;  $p < 0,01$ ), «привязанность» ( $r = 0,46$ ;  $p < 0,05$ ), и «проекция» ( $r = 0,43$ ;  $p < 0,05$ ).

Прямые корреляции параметра «общий уровень саморегуляции» обнаружены с переменными: «рационализация» ( $r = 0,51$ ;  $p < 0,01$ ), «образ «Я»» ( $r = 0,74$ ;  $p < 0,01$ ), «убеждение о контроле» ( $r = 0,55$ ;  $p < 0,01$ ), «удача» ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,05$ ), «сотрудничество» ( $r = 0,36$ ;  $p < 0,05$ ) и «любопытность» ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,05$ ). Обратные корреляции наблюдались с переменными «регрессия» ( $r = -0,57$ ;  $p < 0,01$ ), «предусмотрительность» ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,01$ ), «вытеснение» ( $r = -0,41$ ;  $p < 0,05$ ), «самоконтроль» ( $r = -0,37$ ;  $p < 0,05$ ).

На третьем этапе проведен кластерный анализ с целью выяснения связи нарушений саморегуляции с наличием аффективных расстройств. Выделены группы с низким уровнем саморегуляции (30 чел.) и с высоким (30 чел.) (рис. 3).

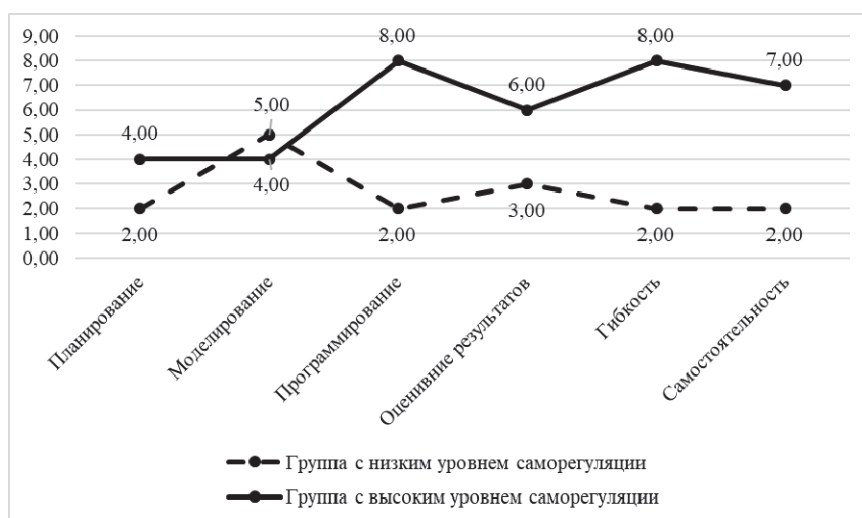


Рис. 3. График профилей компонентов саморегуляции в группах с низким и высоким уровнями саморегуляции

В группу с низким уровнем саморегуляции вошли 20 чел., страдающих аффективными расстройствами, и 10 психически здоровых лиц. В группу с высоким уровнем саморегуляции – 10 обследуемых, страдающих аффективными расстройствами, и 20 психически здоровых.

Далее был проведен сравнительный анализ полученных групп с использованием  $U$ -критерия Манна – Уитни по показателям базисных убеждений, защитных механизмов и личностных особенностей (табл. 1).

Результаты прошлых исследований подтвердили взаимосвязь параметров психологической безопасности и показателей саморегуляции [Лысенко, Сахаровская, 2022], поэтому исследование дополнено оценкой различий социальных представлений о безопасности в группах лиц с аффективными расстройствами и психически здоровых. Прототипический анализ показал, что в группе лиц с аффективными расстройствами в ядро представлений о безопасности вошли понятия «дом», «спокойствие», «семья», «комфорт», «уют» и «охрана», а в зону потенциальных изменений – «тепло», «стабильность», «личное пространство», «сон» (табл. 2).

Таблица 1

Защитные механизмы, базисные убеждения и личностные черты  
в группах с высоким и низким уровнями саморегуляции

Переменные	Низкий уровень саморегуляции	Высокий уровень саморегуляции	U-критерий Манна – Уитни	Значимость (p)
	Сред.значения ± ст. откл.			
Уважение других	9,10±2,59	7,48±2,73	303,00	0,02
Самоконтроль	44,70±10,61	39,42±11,17	318,50	0,03
Предусмотрительность	9,50±2,29	7,65±2,68	263,50	0,00
Регрессия	58,81±19,00	38,52±17,24	199,50	0,00
Замещение	42,67±24,77	26,77±18,87	285,00	0,01
Справедливость	16,63±4,25	20,52±5,10	265,50	0,00
Образ «Я»	24,77±5,64	30,03±6,65	241,50	0,00
Удача	29,00±5,85	33,10±6,45	290,50	0,01
Убеждение о контроле	23,07±5,44	27,84±5,92	248,00	0,00

Таблица 2

Структура социальных представлений о конструкте «безопасность»  
в группе лиц с аффективными расстройствами

Критерии оценки	Низкий ранг (менее 2,94)	Высокий ранг (более 2,94)
Высокая частота встречаемости (выше 2,48)	<b>Зона ядра</b> «дом», «спокойствие», «семья», «комфорт», «уют», «охрана»	<b>Зона потенциальных изменений (3)</b> «тепло», «защита», «стабильность»
Низкая частота встречаемости (менее 2,48)	<b>Зона потенциальных изменений (2)</b> «личное пространство», «сон»	<b>Зона периферии</b> «свет», «свобода», «доверие», «друзья», «объятия», «контроль», «сейф», «солнце», «темнота», «замок», «близкие»

В ядро социальных представлений о безопасности у группы психически здоровых входят понятия «дом», «семья» и «защита», а также в зоне потенциальных изменений – «спокойствие», «доверие», «уверенность», «надежность», «сила» и др. (табл. 3).

Таблица 3

Структура-композиция социальных представлений о конструкте «безопасность»  
в группе психически здоровых лиц

Критерии оценки	Низкий ранг (менее 2,98)	Высокий ранг (более 2,98)
Высокая частота встречаемости (выше 2,65)	<b>Зона ядра</b> «дом», «семья», «защита»	<b>Зона потенциальных изменений (3)</b> «спокойствие», «стабильность», «комфорт»
Низкая частота встречаемости (менее 2,65)	<b>Зона потенциальных изменений (2)</b> «доверие», «уверенность», «надежность», «охрана», «оружие», «свет», «сила»	<b>Зона периферии</b> «друзья», «тепло», «крепость», «полиция», «предсказуемость», «безмятежность»



Таким образом, сравнительный анализ параметров саморегуляции показал, что группа лиц с аффективными расстройствами отличается низким общим уровнем саморегуляции, включающим дефицит процессов оценивания результатов, которые указывают на недостаточную коррекцию своего поведения и игнорирование ошибок.

Результаты корреляционного анализа выявили, что в группе лиц с аффективными расстройствами отсутствуют взаимосвязи компонентов саморегуляции с показателями, отражающими представления о безопасности. Результаты прототипического анализа подтвердили, что представления о безопасности лиц с аффективными расстройствами включают понятия, обозначающие состояние покоя и бытовой устроенности. В группе психически здоровых лиц в меньшей степени представлены переменные, связанные с комфортом, и в большей – проявляется ориентация на личностные качества, отражающие установку на активность субъекта по обеспечению безопасности.

Общей для групп лиц с аффективными расстройствами и психически здоровых является обратная взаимосвязь защитной стратегии «регрессия» и параметров интеллектуальной саморегуляции («моделирование», «программирование» и «оценивание результатов»). Независимо от наличия или отсутствия аффективного расстройства, использование инфантильных способов достижения безопасности сопровождают нарушения регуляции деятельности.

Защитная стратегия «проекция» в группе лиц с аффективными расстройствами связана, с одной стороны, с повышением регуляторной автономности, с другой – с ухудшением процессов моделирования, программирования и оценивания результатов. Существуют представления об условно позитивном значении проекции, согласно которому она в некоторой степени способствует улучшению ориентировки в реакциях других людей и расширению репертуара способов, позволяющих справляться с собственными трудностями [Киршбаум, Еремеева, 2005]. Однако наиболее вероятным объяснением обратной связи самостоятельности и проекции является представление о том, что за счет приписывания другому человеку собственных негативных качеств предотвращается дезорганизация поведения. Вместе с тем доминирование проекции обычно связывается с нарушениями саморегуляции вследствие распыления идентичности личности [Усталов, 2001].

Следует отметить обратную взаимосвязь параметра «самостоятельность» с личностными особенностями «настойчивость» и «любопытство», а также защитной стратегией «регрессия» в группе лиц с аффективными расстройствами. Эти данные позволяют предположить, что регуляторная автономность у лиц с аффективными расстройствами либо существует только в их представлении, либо достигается путем использования незрелых механизмов поведения, не предполагающих приложения волевых усилий и активного познания окружающего мира. Тем самым косвенно подтверждается зависимость лиц с аффективными расстройствами от окружающих [The Relationship Between ... , 2020].

Результаты также показали, что в группе лиц с аффективными расстройствами механизм психологической защиты «замещение», а также лич-

ностные особенности в виде эмоциональной неустойчивости и напряженности, связаны с ухудшением процессов учета собственных ошибок, оценки условий деятельности и личных возможностей. Данный результат, вероятно, объясняется сложной взаимосвязью между типичным для аффективных больных страхом потери близких отношений, сложностью прямого выражения агрессии в адрес значимых лиц, и характерными для депрессии страха неодобрения и чувства вины [Гаранян, Холмогорова, Юдеева, 2001]. Аффективные переживания, в свою очередь, могут усиливать свойственные депрессивным больным идеаторные нарушения, тесно связанные с эмоциональной дисрегуляцией, среди которых искажение ингибирующих процессов, нарушение внимания, дефицит оперативной памяти, руминативный ответ на отрицательные эмоциональные состояния и неспособность использовать положительные подкрепляющие стимулы для регуляции патологически сниженного настроения [Ахапкин, 2015].

В отличие от группы психически здоровых, в группе лиц с аффективными расстройствами самокритика связана с дефицитом моделирования. Эти данные свидетельствуют, что самокритика в группах нормы и психически больных имеет различное содержание. В группе нормы самокритика повышает продуктивность деятельности, тогда как в группе лиц с депрессией она сопоставима с самокритицизмом при интроспективной форме депрессии, связанным с самообвинениями, недовольством собой, переживаниями никчемности и неудачливости. Такая взаимосвязь самокритики и процессов моделирования у лиц с депрессией подтверждается исследованиями деструктивного перфекционизма, связанного с повышенными требованиями к себе и ориентацией на воображаемый стандарт, а не на реальные собственные возможности и актуальные условия среды [Гаранян, Холмогорова, Юдеева, 2001].

В группе психически здоровых выявлены прямые корреляционные связи защитного механизма рационализации с интеллектуальными компонентами саморегуляции – планирование, программирование и оценивание результатов. Рационализация при оценивании результатов охраняет человека от переживания по поводу собственной неудачи, ставя под сомнение желанность недостигнутой цели, что позволяет переформулировать цель своей деятельности и сохранить эмоциональные и психические ресурсы [Кадура, 2020].

Сравнительный анализ показал, что в группе с низким профилем саморегуляции, в котором 66 % составили лица с аффективными расстройствами, средние показатели по шкале самоконтроля выше, чем в группе с высоким уровнем саморегуляции. Вероятно, высокая выраженность показателей шкалы «Самоконтроль», в оригинале имеющая название «Добросовестность», показывает стремление компенсировать недостаток регуляторных стратегий тщательностью выполняемой деятельности, подкрепляя представления о тенденции к перфекционизму у лиц с аффективными расстройствами [Гаранян, Холмогорова, Юдеева, 2001].

У группы лиц с низким уровнем саморегуляции можно заметить высокие показатели по шкале «уважение других» (в оригинале «скромность»). Учитывая, что основную часть этой группы составляют лица с установлен-

ными аффективными расстройствами, можно предположить, что они осознают свои регуляторные проблемы, и поэтому проявляют сдержанность в самопредъявлении. Эти данные соотносятся с другими работами, сообщаемыми о дефиците уверенности в себе у лиц с депрессией и тенденции к избеганию принятия решений с перекладыванием ответственности [Булыгина, Пеева, Лысенко, 2022; Влияние аффективных расстройств ... 2022]. Однако более вероятно, что повышение баллов по шкале «скромность» в группе лиц с аффективными расстройствами, учитывая присущие им метакогнитивные нарушения, обусловлено вышеописанным самокритицизмом.

Сравнительный анализ подтвердил предположение о том, что защитные механизмы регрессии и замещения связаны с нарушением саморегуляции у людей с депрессивными расстройствами. Также у группы с низкой саморегуляцией наблюдаются низкие показатели базисных убеждений. Это, в свою очередь, подкрепляет предположение о том, что искажения чувства безопасности взаимосвязаны с нарушениями саморегуляции.

### **Выводы**

В результате эмпирического исследования в условиях пандемии COVID-19, выступающей в исследовании в качестве модели чрезвычайной ситуации, выявлено, что, у молодых людей с аффективными расстройствами отмечается низкий уровень саморегуляции, в том числе уровень процессов оценивания результатов.

В условиях пандемии COVID-19 у молодых людей с аффективными расстройствами в меньшей степени, чем в группе психически здоровых, присутствовала убежденность в осмысленности и подконтрольности событий собственной жизни; потребность в психологической безопасности реализовывалась за счет поиска благоприятных внешних условий, а не активных действий; представления о безопасности не были встроены в регуляторный процесс.

В нарушении саморегуляции молодых людей с аффективными расстройствами значимы инфантильные психологические защиты «проекции», «замещения», а также «регрессии», которые взаимосвязаны с низким уровнем регулятивных процессов моделирования, программирования, оценивания результатов и самостоятельности.

У лиц с аффективными расстройствами регуляторная автономность связана с приписыванием негативных качеств другим людям, а не с расширением представлений об окружающем мире и его освоением, как в группе психически здоровых лиц. Выявлена связь нарушений процессов оценки соотношения собственных возможностей и условий деятельности с высоким самокритицизмом, который сопровождается избеганием самопредъявления и высоким самоконтролем.

Результаты исследования могут использоваться для повышения эффективности психологической и психотерапевтической работы с людьми молодого возраста, имеющими аффективные расстройства, путем встраивания представлений о безопасности и собственной роли в ее обеспечении в регуляторный процесс, а также комплексной коррекции процессов саморегуляции, защитных механизмов и нарушений самооценки.

### Список литературы

- Ахапкин Р. В., Маслова М. А.* Когнитивные нарушения при непсихотических депрессивных расстройствах // Российский психиатрический журнал. 2015. № 1. С. 43–50.
- Влияние аффективных расстройств на самооценку качества жизни у больных хронической ишемической болезнью сердца / Е. В. Лебедева [и др.] // Бюллетень сибирской медицины. 2022. Т. 21, № 1. С. 68–75. <https://doi.org/10.20538/1682-0363-2022-1-68-75>
- Гаряня Н., Холмогорова А., Юдеева Т.* Перфекционизм, депрессия и тревога // Московский психотерапевтический журнал. 2001. № 4. С. 18–48.
- Зражевская И. А.* Актуальные аспекты терапии различного спектра рекуррентных и биполярных депрессий // Российский психиатрический журнал. 2009. № 3. С. 81–85.
- Иенатова Е. В.* Особенности самоотношения и адаптивные ресурсы при расстройствах личности и расстройствах приспособительных реакций // *Forcipe*. 2020. Т. 3, № S1. С. 373–374.
- Кадура Н. Д.* Теоретический обзор вопроса психологических защит у молодежи // Молодежная наука: тенденции развития. 2020. № 4. С. 6–14.
- Карпов А. В.* Метасистемная организация уровневых структур психики. М.: Ин-т психологии РАН, 2004. 504 с.
- Киришаум Э. И., Еремеева А.* Психологическая защита. М.: Смысл; СПб.: Питер, 2005. 175 с.
- Крылова Н. Н.* Самоотношение и саморегуляция студента. Феноменология и плоскости пересечения понятий // Вестник Пензенского государственного университета. 2014. № 1 (5). С. 25–29.
- Кудряшова В. Ю., Сарайкин Д. М., Иванов М. В.* Копинг-стратегии и саморегуляция поведения у больных шизофренией и аффективными расстройствами // Обзорные психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева. 2017. № 2. С. 33–39.
- Лысенко Н. Е., Сахаровская К. Д.* Саморегуляция студенческой молодежи в период пандемии COVID-19 // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2022. Т. 10, № 2 (37). С. 156–166. <https://doi.org/10.23888/humJ2022102156-166>
- Мерлин В. С.* Психология индивидуальности. Избранные психологические труды. М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: Модэк, 1996. 448 с.
- Мосолов С. Н.* Актуальные задачи психиатрической службы в связи с пандемией COVID-19 // Современная терапия психических расстройств. 2020. № 2. <https://doi.org/10.21265/PSYPH.2020.53.59536>
- Нарушения психической саморегуляции при расстройствах личности / В. В. Горин [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. 2021. Т. 31, № 2. С. 18–25.
- Нуллер Ю. Л., Михаленко И. Н.* Аффективные психозы. Л.: Медицина, 1988. 329 с.
- Обыденные представления молодежи о России в современном мире / И. Б. Бовина [и др.] // Электронный журнал «Знание. Понимание. Умение». 2010. № 2. URL: <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2010/2/Bovina~Stefanenko~Tikhomandritskaya~Malysheva~Golynchik/> (дата обращения: 26.06.2023).
- Пилюгина Е. Р.* Двухмерная классификация механизмов психологической защиты // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2020. № 2. С. 270–280. <https://doi.org/10.17072/2078-7898/2020-2-270-280>
- Принятие решений о выборе способа реагирования в конфликтных ситуациях у лиц с аффективными расстройствами / В. Г. Булыгина [и др.] // Психология и право. 2022. Т. 12, № 2. С. 85–98. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2022120207>
- Региональные различия в показателях первичной заболеваемости аффективными расстройствами / Б. А. Казаковцев [и др.] // Журнал неврологии и психиатрии 2019. № 1, вып. 2. С. 10–16. <https://doi.org/10.17116/jnevro20191191210>
- Регуляторные ресурсы жизненных планов человека в условиях неопределенности (на примере ситуации распространения пандемии COVID-19 в России) / Н. Г. Кондратюк [и др.] // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2021. Т. 18, № 1. С. 7–24. <http://dx.doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-1-7-24>
- Сафонова Т. О., Морозова И. С.* Уровневые характеристики саморегуляции личности // Вестник КемГУ. 2010. Т. 43, № 3. С. 100–106.

Стоянова И. Я. Предикторы психологической безопасности у пациентов депрессивного спектра // Медицинская психология в России. 2018. Т. 10, № 1(48). С. 6. <https://doi.org/10.24411/2219-8245-2018-11061>

Усталов В. Влияние использования проекции как механизма психологической защиты на развитие личности // Сибирский психологический журнал. 2001. № 14–15. С. 63–67.

Psychological Impact of Coronavirus Disease 2019 Among Italians During the First Week of Lockdown / M. Di Giuseppe [et al.] // Front Psychiatry. 2020. Vol. 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.576597>

Suicide and COVID-19: a rapid scoping review / T. Barlattani [et al.] // Annals of General Psychiatry. 2023. Vol. 22. N. 10. <https://doi.org/10.1186/s12991-023-00441-6>

The Relationship Between Defense Mechanisms and Attachment as Measured by Observer-Rated Methods in a Sample of Depressed Patients: A Pilot Study / V. Békés [et al.] // Frontiers in psychology. 2021. Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648503>

Why the COVID-19 pandemic is a traumatic stressor / V. M. E. Bridgland [et al.] // PLOS ONE. 2021. Vol. 16. N. 1. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240146>

## References

Akhapkin R.V., Maslova M.A. Kognitivnye narusheniya pri nepsikhoticheskikh depressivnykh rasstroistvakh [Cognitive impairment in nonpsychotic depressive disorders]. *Rossiiskii psikhiatricheskii zhurnal* [Russian Psychiatric Journal], 2015, no. 1, pp. 43–50. (in Russian)

Lebedeva E.V. et al. Vliyaniye affektivnykh rasstroistv na samootsenku kachestva zhizni u bol'nykh khronicheskoi ishemicheskoi bolezni'yu serdtsa [The impact of affective disorders on self-assessment of the quality of life in patients with chronic coronary artery disease]. *Byulleten' sibirskoi meditsiny* [Bulletin of Siberian Medicine], 2022, vol. 21, no. 1, pp. 68–75. <https://doi.org/10.20538/1682-0363-2022-1-68-75> (in Russian)

Garanyan N., Kholmogorova A., Yudeeva T. Perfeksionizm, depressiya i trevoga [Perfectionism, depression and anxiety]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 2001, no. 4, pp. 18–48. (in Russian)

Zrazhevskaya I.A. Aktual'nye aspekty terapii razlichnogo spektra rekurrentnykh i bipolyarnykh depressii [Relevant aspects of the therapy of recurrent and bipolar spectrum depressions]. *Rossiiskii psikhiatricheskii zhurnal* [Russian Journal of Psychiatry], 2009, no. 3, pp. 81–85. (in Russian)

Ignatova E.V. Osobennosti samootnosheniya i adaptivnye resursy pri rasstroistvakh lichnosti i rasstroistvakh prisposoboitelnykh reaktsii [Features of self-attitude and adaptive resources in personality disorders and disorders of adaptive reactions]. *Forcipe*, 2020, vol. 3, no. S1, pp. 373–374. (in Russian)

Kadura N.D. Teoreticheskii obzor voprosa psikhologicheskikh zashchit u molodezhi [Theoretical review of the issue of psychological defenses in young people]. *Molodezhnaya nauka: tendentsii razvitiya* [Youth science: development trends], 2020, no. 4, pp. 6–14. (in Russian)

Karpov A.V. *Metasistemnaya organizatsiya urovnevnykh struktur psikhiki* [Metasystem organization of level structures of the psyche]. Moscow, Institute of Psychology of RAS Publ., 2004, 504 p. (in Russian)

Kirshbaum E.I., Ereemeeva A. *Psikhologicheskaya zashchita* [Psychological protection]. Moscow, Smysl Publ.; St. Petersburg, Piter Publ., 2005, 175 pp. (in Russian)

Krylova N.N. Samootnoshenie i samoregulyatsiya studenta. Fenomenologiya i ploskosti peresecheniya ponyatii [Self-attitude and self-regulation of the student. Phenomenology and planes of intersection of concepts]. *Vestnik Penzenskogo gosudarstvennogo universiteta* [Vestnik of Penza state university], 2014, no. 1 (5), pp. 25–29. (in Russian)

Kudryashova V.Yu., Saraykin D.M., Ivanov M.V. Koping-strategii i samoregulyatsiya povedeniya u bol'nykh shizofreniei i affektivnymi rasstroistvami [Coping strategies and self-regulation of behavior in patients with schizophrenia and affective disorders]. *Obozrenie psikhiatrii i meditsinskoj psikhologii imeni V. M. Bekhtereva* [V. M. Bekhterev review of Psychiatry and medical Psychology], 2017, no. 2, pp. 33–39. (in Russian)

Lysenko N.E., Sakharovskaya K.D. Samoregulyatsiya studencheskoi molodezhi v period pandemii COVID-19 [Self-regulation of student youth during the COVID-19 pandemic]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitie* [Personality in a changing world: health,

adaptation, development], 2022, vol. 10, no. 2, pp. 156–166, <https://doi.org/10.23888/humJ2022102156-166> (in Russian)

Merlin V.S. *Psikhologiya individualnosti. Izbrannye psikhologicheskie Trudy* [Psychology of individuality. Selected psychological works]. Moscow, Institute of Practical Psychology Publ.; Voronezh, MODEK Publ., 1996, 448 p. (in Russian)

Mosolov S.N. Aktual'nye zadachi psikiatricheskoi sluzhby v svyazi s pandemiei COVID-19 [Psychiatric Services Strategies During the COVID-19 Pandemic]. *Sovremennaya terapiya psikhicheskikh rasstroistv* [Current Therapy of Mental Disorders], 2020, no. 2, <https://doi.org/10.21265/PSYPH.2020.53.59536> (in Russian)

Gorinov V.V. et al. Narusheniya psikhicheskoi samoregulyatsii pri rasstroistvakh lichnosti [Violations of mental self-regulation in personality disorders]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikiatriya* [Social and clinical psychiatry], 2021, vol. 31, no. 2, pp. 18–25. (in Russian)

Nuller Yu.L., Mikhalenko I. *N Affektivnye psikhozy* [Affective psychoses]. Leningrad, Meditsina Publ., 1988, 329 p. (in Russian)

Bovina I.B. et al. *Obydennye predstavleniya molodezhi o Rossii v sovremennom mire* [Everyday ideas of young people about Russia in the modern world]. Available at: <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2010/2/Bovina~Stefanenko~Tikhomandritskaya~Malysheva~Golynchik/> (date of access: 26.06.2023) (in Russian)

Pilyugina E.R. Dvukhmernaya klassifikatsiya mekhanizmov psikhologicheskoi zashchity [Two-dimensional classification of psychological defense mechanisms]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psihologiya. Sociologia* [Perm University Herald. Philosophy. Psychology. Sociology], 2020, is. 2, pp. 270–280. <https://doi.org/10.17072/2078-7898/2020-2-270-280> (in Russian)

Bulygina V.G. et al. Prinyatie reshenii o vybore sposoba reagirovaniya v konfliktnykh situatsiyakh u lits s affektivnymi rasstroistvami [Decision-Making on the Choice of a Way to Respond to Conflict Situations in Persons with Affective Disorders]. *Psikhologiya i pravo* [Psychology and Law], 2022, vol. 12, no. 2, pp. 85–98. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2022120207> (in Russian)

Kazakovtsev B.A. et al. Regionalnye razlichiya v pokazatelyakh pervichnoi zabelevaemosti affektivnymi rasstroistvami [Regional differences in the incidence of affective disorders]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii* [S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry], 2019, vol. 2, no. 1, pp. 10–16. <https://doi.org/10.17116/jnevro20191191210> (in Russian)

Kondratyuk N.G. et al. Regulyatornye resursy zhiznennykh planov cheloveka v usloviyakh neopredelennosti (na primere situatsii rasprostraneniya pandemii COVID-19 v Rossii) [Regulatory Resources and Person's Life Plans under Uncertainty Conditions during COVID-19 Lockdown in Russia]. *Vestnik Rossiiskogo universiteta družby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika* [RUDN Journal of Psychology and Pedagogics], 2021, vol. 18, no. 1, pp. 7–24. <http://dx.doi.org/10.22363/2313-1683-2021-18-1-7-24> (in Russian)

Safonova T.O., Morozova I.S. Urovnevye kharakteristiki samoregulyatsii lichnosti [The characteristics of levels of self-control of the person]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta* [The Bulletin of Kemerovo State University], 2010, vol. 3, pp. 100–106. (in Russian)

Stoyanova I.Ya., Smirnova N.S. Prediktory psikhologicheskoi bezopasnosti u pacientov depressivnogo spektra [Predictors of psychological security in patients of depressive spectrum]. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii* [Medical psychology in Russia], 2018, vol. 10, no. 1, p. 6. <https://doi.org/10.24411/2219-8245-2018-11061> (in Russian)

Ustalov V. Vliyanie ispol'zovaniya proektsii kak mekhanizma psikhologicheskoi zashchity na razvitie lichnosti [The influence of the use of projection as a mechanism of psychological protection on the development of personality]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Psychological Journal], 2001, no. 14–15, pp. 63–67. (in Russian)

Di Giuseppe M. et al. Psychological Impact of Coronavirus Disease 2019 Among Italians During the First Week of Lockdown. *Front Psychiatry*, 2020, vol. 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.576597>

Barlattani T. et al. Suicide and COVID-19: a rapid scoping review. *Annals of General Psychiatry*, 2023, vol. 22, no. 10. <https://doi.org/10.1186/s12991-023-00441-6>

Békés V. et al. The Relationship Between Defense Mechanisms and Attachment as Measured by Observer-Rated Methods in a Sample of Depressed Patients: A Pilot Study. *Frontiers in psychology*, 2021, vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.648503>

Bridgland V.M.E. et al. Why the COVID-19 pandemic is a traumatic stressor. *PLoS one*, 2021, vol. 16, no. 1. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240146>

#### Сведения об авторах

**Сахаровская Ксения Дмитриевна**

психолог

Ресурсный центр «Отрадное»

Россия, 127273, г. Москва, ул. Декабристов,  
22А

e-mail: ksenka2602@gmail.com

**Лысенко Надежда Евгеньевна**

кандидат психологических наук,

старший научный сотрудник, лаборатория  
психогигиены и психопрофилактики

Национальный медицинский  
исследовательский центр психиатрии  
и наркологии им. В. П. Сербского Минздрава  
России

Россия, 119034, г. Москва, Кропоткинский  
пер., 23

e-mail: nlisenko@yandex.ru

**Коровай Илиана Владиславовна**

медицинский психолог

Национальный медицинский  
исследовательский центр психиатрии  
и наркологии им. В. П. Сербского

Минздрава России  
Россия, 119034, г. Москва,

Кропоткинский пер., 23

e-mail: lana.post@mail.ru

#### Information about authors

**Sakharovskaya Ksenia Dmitrievna**

Psychologist

Otradnoye Resource Center

22A, Dekabristy st., Moscow, 127273,  
Russian Federation

e-mail: ksenka2602@gmail.com

**Lysenko Nadezhda Evgenievna**

Candidate of Sciences (Pedagogy),

Senior Research Scientist, Laboratory of  
Psychohygiene and Psychoprophylaxis

V. P. Serbsky National Medical Research Centre  
for Psychiatry and Narcology  
of the Ministry of Health of the Russian  
Federation

23, Kropotkinsky lane, Moscow, 119034,  
Russian Federation

e-mail: nlisenko@yandex.ru

**Korovai Iliana Vladislavovna**

Medical Psychologist

V. P. Serbsky National Medical Research Centre  
for Psychiatry and Narcology of the Ministry of  
Health of the Russian Federation

23, Kropotkinsky lane, Moscow, 119034,  
Russian Federation

e-mail: lana.post@mail.ru

Статья поступила в редакцию **07.06.2023**; одобрена после рецензирования **26.06.2023**; принята к публикации **18.09.2023**  
The article was submitted **June, 07, 2023**; approved after reviewing **June, 26, 2023**; accepted for publication **September, 18 2023**