

УДК 159.922

ПЕРЕЖИВАНИЕ СТРЕССА ОСТАВЛЕННОСТИ И БЕСПОМОЩНОСТИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ¹

© 2024 г. Н. Е. Харламенкова*, Д. А. Никитина**, Н. Е. Шаталова***, Е. Н. Дымова****

ФГБУН Институт психологии РАН;

129366, г. Москва, ул. Ярославская, д. 13, стр. 1, Россия.

* Доктор психологических наук, профессор, заведующая лабораторией психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях, заместитель директора.

E-mail: harlamenkovane@ipran.ru

** Кандидат психологических наук, научный сотрудник.

E-mail: nikitinada@ipran.ru

*** Ведущий специалист.

E-mail: shatalovane@ipran.ru

**** Младший научный сотрудник.

E-mail: dymovaen@ipran.ru

Поступила 08.12.2023

Аннотация. Представлены результаты сравнения переживания разных стрессовых ситуаций, в том числе ситуаций оставленности и беспомощности, и способов совладания с ними в подростковом возрасте. Исследование проводилось на выборке учащихся общеобразовательной школы в возрасте 12–14 лет ($x_{\text{возраст}} = 12.5$; $med_{\text{возраст}} = 12$; $sd_{\text{возраст}} = 0.7$). Общий объем выборки составил 80 человек (39 девочек и 41 мальчик). Использовались следующие методики: Цветовой тест отношений в адаптации Е.Ф. Бажина, А.М. Эткинды; Юношеская копинг-шкала Э. Фрайденберг, Р. Льюиса в адаптации Т.Л. Крюковой; Шкала воспринимаемого стресса, детский вариант. Показано, что наиболее трудной для подростков является стрессовая ситуация оставленности, связанная с эмоциональной, информационной или социальной депривацией ребенка. Установлено, что по уровню воспринимаемого стресса подростки этой группы близки ($U = 69.0$; $p = 0.44$) к группе респондентов, отметивших в качестве стрессовой ситуации экстремальные жизненные события (группа “Экстремальная ситуация”), и отличаются от подростков, переживающих стресс оценки ($U = 51.5$; $p = 0.02$) и беспомощности ($U = 82.5$; $p = 0.019$) (группы “Оценочная ситуация” и “Беспомощность” соответственно). Выявлено, что в оценках проективной ситуации, согласно сюжету которой родители на время оставляют ребенка одного дома, группы “Оставленность” и “Экстремальная ситуация” также оказываются схожими (обнаружены преимущественно негативные оценки ситуации). Определено, что при совладании со стрессом для группы “Беспомощность” свойственны копинг-стратегии, указывающие на актуальность обращения к социальной поддержке, а для группы “Оставленность”, в отличие от всех остальных групп, типична стратегия Игнорирование ($p < 0.05$).

Ключевые слова: оставленность, беспомощность, воспринимаемый стресс, копинг-стратегии, подростки.

DOI: 10.31857/S0205959224020041

Современный мир характеризуется высокой степенью разобщенности людей, переживанием острого чувства социального одиночества. Для крупных мегаполисов типичны одновременно или попеременно возникающие ощущения оставленности, покинутости, с одной стороны, и высокой

плотности социального взаимодействия, скученности, с другой. Вследствие тесного общения людей разных поколений, а также нарушения жестких границ, существовавших ранее между возрастами, прежде всего детством и взрослостью, дети реагируют на стрессоры повышением общего уровня эмоционального напряжения, становятся чувствительны к разным видам угроз, способны дифференцировать их.

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ) в рамках научного проекта № 22-28-00972.

Среди значительного количества стрессовых ситуаций выделяются стрессоры высокой интенсивности (биогенные и техногенные катастрофы, войны, разные виды насилия и др.), а также такие обстоятельства жизни, которые вызывают у ребенка чувство оставленности или покинутости (abandonment). Подобное ощущение возникает в эмоционально обедненной среде, вследствие демонстрации безразличия по отношению к ребенку, его игнорирования или при таких ограничениях контакта с ребенком, как длительная разлука, госпитализм и др. [3; 14].

Посвящая этой проблеме одну из своих статей, Н.Е. Харламенкова с соавторами предложили аргументы в пользу разведения феноменов оставленности и покинутости [8], соотнося первый из них с повседневным стрессом ребенка, его реакцией на эмоциональную, социальную и информационную депривацию, с нивелированием или искажением взрослым социальных ролей ребенка (ролевой структуры взаимодействия), а второй — с вовлеченностью в контекст психотравмирующего события, сопровождающейся физической депривацией и более интенсивным переживанием эмоциональной депривации (эмоциональным неприятием), включением ребенка в ненормативные социальные отношения и возложением на него обязательств, не соответствующих уровню физической, социальной и психической зрелости ребенка.

Современные исследования оставленности и покинутости в определенной мере подтверждают сделанные нами выводы: покинутость соотносится с кардинально более жесткой разобщенностью ребенка и взрослого, вызванной различными обстоятельствами — эмоциональным и другими видами насилия [23], отверженностью [7], тяжелой болезнью [17], проживанием в специализированных учреждениях [20; 22] и др., последствиями которой являются психические нарушения и дезадаптация [18]. Оставленность переживается как более легкая форма покинутости, психологические последствия которой также проявляют себя в отдаленном периоде взрослости [11]. Именно на этой проблеме — переживании стресса оставленности — мы и остановимся в данной статье.

Кроме ситуации оставленности большое внимание в научной литературе уделяется рассмотрению феноменологии беспомощности, которая включает в себя личностную и выученную беспомощность [19], анализу беспомощности как отдельного научного понятия [4]. Описание субклинических и клинических признаков беспомощности, таких как тревога, депрессия, виктимность, вина [15; 16], часто совпадает с описанием симптомов оставленности

[18]. Также как и феноменологию оставленности, беспомощность связывают со спецификой отношений с родителями, с особыми стилями семейного воспитания [5]. Острое переживание оставленности и беспомощности в детстве выступает предиктором развития депривации суверенности психологического пространства во взрослой жизни и, как следствие, возникновения затруднений в принятии социальной поддержки [12].

Подчеркнем, однако, что по сравнению с оставленностью беспомощность рассматривается в контексте анализа проблемы социальной поддержки, чаще в связи с ее недостатком или переоценкой, а также с надеждой на ее получение [21; 25]. Эти различия между оставленностью и беспомощностью отмечаются не всегда, что приводит к использованию данных понятий в качестве синонимов.

Вопреки сложившемуся мнению анализ беспомощности должен с необходимостью включать в себя рассмотрение социальной поддержки как условия преодоления данного состояния или как обстоятельства, способствующего формированию выученной беспомощности. В отличие от беспомощности как состояния, переживаемого при отсутствии *своевременной* помощи, оставленность связана с *потерей надежды* на помощь. Когда человек говорит: “Я беспомощен”, он часто имеет в виду недостаточность внешних и внутренних возможностей для совладания с трудностями в конкретных жизненных обстоятельствах. Ощущение оставленности имеет хронический характер и не всегда соотносится с какой-либо конкретной ситуацией. Сходство оставленности и беспомощности состоит в том, что каждое из них в большей или меньшей степени переживается как потеря чувства идентичности, Самости и непосредственно связано с уровнем интеграции Эго [13]. В зависимости от того, какие именно ресурсы оказываются недостаточными, следует говорить о близости феноменов беспомощности и оставленности.

Считая такое сближение возможным, но маловероятным, мы полагаем, что ощущение беспомощности можно соотнести с переживанием ситуации оценки — оценки знаний, умений, навыков. Ситуация оценки является потенциально преодолимой для человека, так как она задает субъекту ориентиры для самоактуализации. Переживание оставленности, напротив, препятствует удовлетворению актуальных потребностей и проявлению активности личности, что делает данную ситуацию похожей на пребывание человека в условиях воздействия интенсивных, экстремальных стрессоров.

Для корректной дифференциации понятий беспомощности и оставленности важным оказывается

учет контекстуальных особенностей разных типов стрессовых ситуаций, продуцирующих данные эмоциональные реакции. Следует ожидать, что в зависимости от стрессовой ситуации респондент будет по-разному оценивать свое эмоциональное (стрессовое) состояние. Известно, однако, что стресс — это реакция на угрозу, а тревожность — реакция на стресс, поэтому для более точного разведения этих понятий переживание *стрессовой ситуации* должно быть соотнесено с переживанием *тревожной ситуации*. В контексте анализа проблемы беспомощности и оставленности в качестве конкретной тревожной ситуации нами рассматривались отношения между ребенком и родителями. Предполагалось, что в зависимости от ситуации, вызывающей стресс, подросток будет эмоционально по-разному реагировать на тревожную ситуацию.

Переживания стрессовых ситуаций оставленности и беспомощности сравнивались с переживанием других ситуаций, среди которых обстоятельства оценки подростка (оценочная ситуация) представлялись как более легко преодолимые, а обстоятельства экстремальной и неопределенной ситуации — такими же трудными, как ситуация оставленности.

Цель исследования состояла в оценке переживания стрессовых ситуаций оставленности и беспомощности и способов совладания с ними в подростковом возрасте в сравнении с переживанием экстремальной, оценочной и неопределенной ситуаций.

Гипотезы исследования:

1. Существуют различия в уровне воспринимаемого подростками стресса и в эмоциональных переживаниях конкретной ситуации “ребенок—родитель” в зависимости от типа стрессовой ситуации.
2. Особенности совладания со стрессом при переживании оставленности и беспомощности состоят в разной мере обращения к социальной поддержке, в ее игнорировании или в поиске помощи от близких людей.

МЕТОДИКА

Процедура. С целью выделения типов стрессовых ситуаций использовали методику Цветовой тест отношений (ЦТО) [1]. В начале работы с тестом респондентам предлагали выбрать самую приятную по цвету карточку из восьми предложенных; затем повторить это действие и сделать выбор из оставшихся семи стандартных карточек, и т.д., до самой последней карточки. После этого школьников просили представить стрессовую ситуацию, подобрать

к ней цветную карточку и описать эту ситуацию. Для контроля побочных переменных (социальной желательности, застенчивости, страха оценки и т.п.) в ходе беседы с ребенком создавалась доброжелательная атмосфера, атмосфера игры, которая исключала прямые вопросы о личных переживаниях ребенка. Для достижения цели исследования было важно установить, с чем субъективно ассоциирует ребенок стрессовую ситуацию, т.е. изучить интуитивные ментальные представления о стрессе, которые так или иначе оказываются тесно связанными с его актуальным эмоциональным состоянием и личностным опытом. В этой связи особое внимание уделялось первому ответу школьника. Названные школьниками ситуации были подвергнуты качественному анализу.

Благодаря согласованной работе четырех экспертов было выделено пять групп стрессовых ситуаций ($W = 0.77$; $p < 0.01$): *оценочная ситуация* (“выходишь к доске или на сцену”, “отвечаешь на уроке по предмету, который не знаешь”); *оставленность* (“грустно и одиноко”, “никого нет рядом, ни друга, ни врага... никого”); *неопределенная ситуация*, когда вместо ситуации называется эмоция или чувство (“переживаешь”, “сильно испуган”, “нервничаешь”); *экстремальная ситуация* (“кто-то умер”, “дорожно-транспортное происшествие”, “тяжелое заболевание”); *ситуация беспомощности* (“требуют то, что не можешь сделать по самочувствию”, “много событий, не успеваешь”).

Остальная процедура исследования включала в себя использование одной из картинок стимульного материала методики С. Розенцвейга с проведением дополнительного опроса с помощью методики ЦТО и стандартизованных опросников — Юношеской копинг шкалы и Шкалы воспринимаемого стресса для детей. В ходе сбора данных с каждым подростком проводилась беседа. Участие ребенка в исследовании проходило с разрешения родителей, которые подписывали информированное согласие. Общее время работы с одним ребенком занимало 20 мин, было добровольным и не требовало дополнительной мотивации.

Выборка. Респондентами исследования выступили учащиеся 6-х и 7-х классов одной из подмосковных школ в возрасте 12–14 лет ($x_{\text{возраст}} = 12.5$; $med_{\text{возраст}} = 12$; $sd_{\text{возраст}} = 0.7$). Общий объем выборки составил 80 человек, из которых 39 девочек и 41 мальчик. Большинство респондентов (58 человек) из полных семей, при этом в воспитании троих респондентов участвует отчим/мачеха; 22 респондента — из неполных семей (одного из них воспитывает бабушка), 59 респондентов имеют старших/младших сиблингов, 21 респон-

дент — единственный ребенок в семье. В исследовании принимали участие все дети, родители которых подписали информированное согласие. Дети с серьезными отклонениями в психическом развитии в выборке отсутствовали.

Методики. *Цветовой тест отношений, ЦТО* [1]. Тест относится к проективным методикам и позволяет выявить эмоциональные компоненты отношения к значимым людям, событиям, ситуациям, которые ребенок по ряду причин не всегда может выразить вербально. В качестве стимульного материала используются карточки восьми цветов: основные — темно-синий, сине-зеленый, оранжево-красный, желтый и дополнительные — фиолетовый, коричневый, черный, серый, каждый из которых несет определенную эмоциональную нагрузку. Дополнительно к стандартной процедуре ранжирования цветов от самого приятного к самому неприятному, ребенка просили подобрать цвет, который у него ассоциируется со стрессовой ситуацией.

Для получения информации о переживании и совладании с тревожной ситуацией, связанной с отношениями “ребенок—родитель”, использовалась карточка № 17 стимульного набора *теста Розенцвейга (детский вариант)*. Диагностическая ценность проективной методики состоит в возможности оценки типа и направленности реакций ребенка на ситуацию препятствия или ситуацию обвинения. Детский вариант теста включает в себя ситуации фрустрации ребенка, касающиеся в том числе переживания им обстоятельств ухода родителя, временной разлуки с ним, которая способна вызвать стресс, сепарационную тревогу. Этот факт использовался в исследовании для тестирования реакции ребенка на подобную ситуацию, которое исключало некорректное, прямое вмешательство исследователя в отношения ребенка с родителем и непосредственное обращение к его собственным переживаниям.

Юношеская копинг-шкала, ЮКШ (Adolescent Coping Scale, ACS) Э. Фрайденберг и Р. Льюиса в адаптации Т.Л. Крюковой [6] предназначена для выявления особенностей стратегий совладания, предпочитаемых подростками, переживающими неприятные, тревожные или стрессовые события. Состоит из 18 вопросов, соответствующих 18 копинг-стратегиям. Для оценки используется 5-балльная шкала Лайкерта (от 1 — “никогда”, до 5 — “часто”).

Шкала воспринимаемого стресса, детский вариант, ШВС-Д (Perceived Stress Scale for Children, PSS-C), предназначенная для оценки уровня повседневного стресса, состоит из 13 вопросов,

оценивающих степень беспокойства ребенка в различных жизненных ситуациях: нехватка времени на что-то важное, оценки в школе, взаимоотношения со сверстниками и др. [24]. Каждый из вопросов оценивается по шкале Лайкерта от 0 — “никогда”, до 3 — “часто”. Опросник переведен в 2018 г. сотрудниками лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Института психологии РАН; в настоящее время проводится адаптация методики на русскоязычной выборке подростков. Наши предварительные результаты показали, что адаптированная версия теста имеет достаточно высокий уровень надежности, что отражается в согласованности пунктов интегральной шкалы (α Кронбаха = 0.741).

Анализ данных. Статистический анализ был проведен при использовании программы Statistica 10 и включал в себя описательную статистику (рассчитывались медиана (*med*), среднее (*x*), стандартное отклонение (*sd*), относительная частота), *U*-критерий Манна–Уитни, угловое преобразование Фишера (ϕ^*), коэффициент конкордации Кендалла (*W*).

РЕЗУЛЬТАТЫ

В соответствии с процедурой сбора данных на первом этапе исследования использовали методику ЦТО для определения типа стрессовой ситуации (см. выше) и формирования групп респондентов. Участники исследования были распределены по пяти группам: “Оценочная ситуация” ($n = 16$; 7 девочек, 9 мальчиков), “Оставленность” ($n = 13$; 6 девочек, 7 мальчиков), “Неопределенная ситуация” ($n = 14$; 9 девочек, 5 мальчиков), “Экстремальная ситуация” ($n = 13$; 6 девочек, 7 мальчиков), “Беспомощность” ($n = 24$; 11 девочек, 13 мальчиков).

С целью проверки *первой части первой гипотезы* оценивался уровень воспринимаемого подростками стресса (методика ШВС-Д). Предполагалось, что наиболее трудными для подростков являются стрессовые ситуации оставленности и беспомощности, а также экстремальные ситуации. В целях контроля экологической валидности исследования и следования этическим принципам взаимодействия с респондентами обсуждение с ними других типов стрессоров не было предусмотрено. Соотношение уровня стресса по ШВС-Д и выбранного типа стрессовой ситуации основывалось на том, что обе методики (ШВС-Д и ЦТО) адресуются к эмоциональной составляющей психологии ребенка.

Статистический анализ данных показал, что самые высокие значения по ШВС-Д у группы “Оставленность”, которые отличаются от показателей групп “Оценочная ситуация” ($U = 51.5$; $p = 0.02$) и “Беспомощность” ($U = 82.5$; $p = 0.019$), и схожи с показателями групп “Неопределенная ситуация” ($U = 72.0$; $p = 0.37$) и “Экстремальная ситуация” ($U = 69.0$; $p = 0.44$). Различия по ШВС-Д между остальными группами не выявлены. Ориентируясь на медианы, можно отметить, что самые низкие показатели по тесту у группы “Оценочная ситуация” ($med = 11$). Далее располагаются данные групп “Беспомощность” ($med = 12.5$), “Неопределенная ситуация” и “Экстремальная ситуация” ($med = 15$ в обоих случаях) и последней группы — “Оставленность” ($med = 18$). Результаты подтверждают наше предположение о более высоком по сравнению с группой “Беспомощность” стрессе у подростков групп “Оставленность”, “Неопределенная ситуация” и “Экстремальная ситуация”.

Прямая оценка воспринимаемого стресса с помощью опросника часто бывает недостаточной. Чтобы проверить гипотезы исследования, была дополнительно использована проективная картинка из набора стимульного материала теста Розенцвейга. Наш выбор был обоснован необходимостью понять, как подростки разных групп отвечают на ситуацию, в которой родители оставляют ребенка одного и на время уходят из дома. Данная ситуация была обозначена нами как *тревожная*. Ожидалось, что подростки, охарактеризовавшие стрессовую ситуацию в терминах оставленности, должны переживать отношения ребенок—родитель более тревожно, чем вся остальная выборка. Процедура исследования строилась следующим образом. Ребенку показывали картинку и просили дать ответ на слова родителей: “Мы сейчас уходим, а ты спи”. На картинке изображены взрослые люди (родители), на которых надета верхняя одежда, ребенок лежит в кровати. Больше на картинке никого нет. Респондента спрашивали: “Что ответит персонаж?”. Следующим был вопрос: “Что чувствует ребенок?”. Далее участника исследования просили оценить степень тревожности ситуации, изображенной на картинке, по 7-балльной шкале. В завершении подросток выбирал цветную карточку из набора ЦТО, соответствующую отмеченному им по шкале баллу.

Анализ данных был проведен таким образом, чтобы была возможность последовательно сопоставить ответы респондентов разных групп, начиная с более осознаваемых к менее осознаваемым ответам. Для этих целей проводили сравнение характера ответов респондентов (“Что ответит

персонаж?”), затем эмоций (“Что чувствует персонаж?”) и только после этого использовали данные, полученные с помощью ЦТО.

Ответы на вопрос “Что ответит персонаж?” были сгруппированы следующим образом: Согласие (“Хорошо”, “Ладно”), Противодействие (“Не хочу спать”), Уточнение (“Когда придете?”, “А вы куда?”). Для сравнения использовали критерий углового преобразования Фишера. Различия между группами выявлены не были, хотя предполагалось, что респонденты группы “Оставленность” будут задавать больше уточняющих вопросов. Частотный анализ подтвердил это предположение, которое, однако, не было верифицировано статистически.

Ответы на вопрос “Что персонаж чувствует?” были закодированы в соответствии со следующими категориями: Страх (“боится”, “страшится”), Тревожность (“волнуется”, “тревожится”), Ничего не чувствует (“не знаю”, “ничего”), Спокойствие (“спокоен”). Статистический анализ данных показал различия между группами “Оставленность” и “Беспомощность” ($\phi^* = 1.7$; $p < 0.05$) по категории “Ничего не чувствует”. Отсутствие специфических эмоций у подростков группы “Оставленность”, которые довольно часто отвечают: “не знаю”, “ничего не испытывает”, может свидетельствовать об актуализации защитных механизмов, о трудностях, связанных с правильным обозначением своих тревог по поводу сепарации в детско-родительских отношениях.

Для проверки *второй части первой гипотезы* выбор респондентом цветной карточки, которая, по его мнению, соответствовала оценке степени тревожности ситуации, изображенной на картинке № 17 стимульного материала теста Розенцвейга, сопоставляли с выбором цветной карточки, который осуществлялся в самом начале тестирования по принципу “от самой приятной до самой неприятной”.

Сделанный респондентом выбор кодировали, используя два показателя: *первый* — *актуальность* тревожной ситуации (или осведомленность о ней), *второй* — *эмоциональная оценка* ситуации.

Первый показатель — ранг, приписываемый тревожной ситуации в зависимости от того, какое место занимает цвет, выбранный подростком для данной ситуации, относительно первой раскладки им набора карточек: область приятного цвета по первой раскладке (ситуация оценивается как актуальная, знакомая, принимаемая) — 1–4 ранги (обозначалась символом +); область менее приятного (ситуация оценивается как неактуальная,

незнакомая, отвергаемая) — 5–8 ранги (обозначалась символом –).

Второй показатель предполагал учет цвета карточки: темно-синяя, сине-зеленая, оранжево-красная, желтая карточки интерпретировались как позитивные (*Pos*), а серая, фиолетовая, коричневая и черная — как негативные (*Neg*).

В соответствии с этими критериями тревожная ситуация может оцениваться как актуальная и позитивная (+*Pos*), актуальная и негативная (+*Neg*), неактуальная и позитивная (–*Pos*) и неактуальная и негативная (–*Neg*). Для поиска различий между группами использовался критерий углового преобразования Фишера. Данные существенно дополнили выявленные ранее особенности разных групп респондентов.

В первую очередь остановимся на интересующей нас группе “Оставленность”, которая оценивает ситуацию ухода родителей как негативную (+*Neg* или –*Neg*), чем оказывается идентичной результатам группы “Экстремальная ситуация”, и, в отличие от групп “Оценочная ситуация” ($\varphi^* = 2.4$; $p < 0.01$), “Неопределенная ситуация” ($\varphi^* = 2.2$; $p < 0.05$) и “Беспомощность” ($\varphi^* = 1.9$; $p < 0.05$) не воспринимает эту ситуацию как актуально позитивную (+*Pos*).

Представленные результаты согласуются с данными опросника ШВС-Д, если иметь в виду сравнение контрастных по уровню стресса групп “Оставленность”, “Оценочная ситуация” и “Беспомощность”. Проективные методики позволили оценить отдельные детали и более тщательно дифференцировать группы, показав идентичность переживаний респондентов группы “Оставленность” переживаниям группы “Экстремальная ситуация” — страха, ужаса и безнадежности по данным методики ЦТО. Неопределенная ситуация, как нам думается, связанная с ориентацией на внутренние ощущения — эмоции, типична для девочек и, возможно, указывает на трудности с обозначением стрессовой ситуации вследствие более интенсивного ее переживания по сравнению с мальчиками.

Данные результаты позволили верифицировать первую гипотезу исследования.

Уровень стрессогенности ребенка и взрослого зависит не только от степени угрозы жизненных обстоятельств, но и от когнитивных и личностных ресурсов человека. Для проверки второй гипотезы исследования была использована методика Юношеская копинг-шкала. Интересно заметить, что респонденты группы “Оставленность” часто прибегают к копинг-стратегии Игнорирование. Статистический анализ показал значимые различия

по этой стратегии между данной группой и респондентами групп “Оценочная ситуация” ($med = 3$ и $med = 2$; $U = 49.0$; $p = 0.013$), “Неопределенная ситуация” ($med = 3$ и $med = 2$; $U = 45.0$; $p = 0.02$), “Беспомощность” ($med = 3$ и $med = 2$; $U = 97.0$; $p = 0.05$). Различий с респондентами группы “Экстремальная ситуация” не выявлено ни по стратегии Игнорирование, ни по другим копинг-стратегиям.

Для дополнительной проверки гипотезы о сходстве и различии между оставленностью и беспомощностью группа “Беспомощность” была разделена на подгруппы по критерию оценки тревожной ситуации разлуки с родителями как позитивной/принимаемой и негативной/отвергаемой (подгруппы +*Pos* и –*Neg*), которые были сопоставлены с группой “Оставленность”. Данные показали, что респонденты группы “Оставленность” и первой подгруппы “Беспомощность” (+*Pos*) различаются по уровню стресса ($med_{ост} = 18$; $med_{бесп.+Pos} = 10.5$; $U = 18.0$; $p = 0.01$) и следующим копинг-стратегиям: Беспокойство ($med_{ост} = 4$; $med_{бесп.+Pos} = 2.5$; $U = 26.5$; $p = 0.05$), Друзья ($med_{ост} = 1$; $med_{бесп.+Pos} = 3$; $U = 24.0$; $p = 0.03$), Разрядка ($med_{ост} = 2$; $med_{бесп.+Pos} = 1$; $U = 27.0$; $p = 0.05$), Игнорирование ($med_{ост} = 3$; $med_{бесп.+Pos} = 1.5$; $U = 23.0$; $p = 0.02$). Показатели по копинг-стратегии Друзья выше в подгруппе “Беспомощность”, остальные показатели выше в группе “Оставленность”. Различий между результатами группы “Оставленность” и второй подгруппы “Беспомощность” (–*Neg*) оказалось меньше, но они касаются копинг-стратегий, относящихся к социальной поддержке: Друзья ($med_{ост} = 1$; $med_{бесп.–Neg} = 3$; $U = 16.0$; $p = 0.01$), Духовная поддержка ($med_{ост} = 2$; $med_{бесп.–Neg} = 4$; $U = 18.0$; $p = 0.02$) и Профессиональная помощь ($med_{ост} = 1$; $med_{бесп.–Neg} = 2$; $U = 24.0$; $p = 0.06$). В целом можно сказать, что в какой бы степени ни была выражена беспомощность, для нее нетипично отрицание социальной поддержки. Выбор копинг-стратегий Друзья ($U = 84.0$; $p = 0.03$) и Духовная поддержка ($U = 67.0$; $p = 0.004$) более типичен для группы “Беспомощность” ($med = 3$ и $med = 4$) по сравнению с группой “Оставленность” ($med = 1$ и $med = 2$).

В сравнении с группами “Оставленность” ($med = 1$ и $med = 3$ соответственно) и “Неопределенная ситуация” ($med = 1$ и $med = 3$) респонденты группы “Оценочная ситуация” ($med = 3$ и $med = 3$) чаще используют стратегии Друзья ($U = 47.0$; $p = 0.013$; $U = 63.0$; $p = 0.03$ соответственно), а также стратегию Принадлежность ($U = 60.0$; $p = 0.038$; $U = 58.0$; $p = 0.013$). По последней стратегии респонденты анализируемой группы отличаются от группы “Беспомощность” ($med = 3$; $U = 108.0$; $p = 0.019$).

По фактору второго порядка — Несовладание — группа “Оценочная ситуация” отличается от групп “Оставленность” ($med = 9$ и $med = 12$; $U = 50.0$; $p = 0.018$) и “Экстремальная ситуация” ($med = 9$ и $med = 11$; $U = 40.0$; $p = 0.009$). В этом смысле две последние группы мы можем рассматривать как наиболее уязвимые в отношении стресса, связанного прежде всего с сепарационной тревогой. Вторая гипотеза подтверждается.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Следуя установленным традициям оценивать стресс как неспецифическую реакцию организма на нарушение гомеостаза в результате влияния внутренних и внешних факторов (Г. Селье), исследователи не всегда задаются вопросом о различиях в переживании стресса в зависимости от объективных обстоятельств, а также от субъективного восприятия стрессовой ситуации. Опрашивая взрослых людей относительно того, какие ситуации они воспринимают как стрессовые, мы получаем большое разнообразие ответов, которые, однако, можно сгруппировать, объединив их по определенным критериям.

У детей и подростков, имеющих опыт переживания трудных и стрессовых ситуаций, ответ на этот вопрос также не вызывает затруднений. Однако во избежание формальных откликов или отказов желательно подходить к обсуждению темы стресса, используя сначала невербальный материал, например цветные карточки. Выбор респондентом одной из таких карточек в качестве ассоциации на стрессовую ситуацию облегчает дальнейшую работу.

Данные нескольких методик, используемых в настоящем исследовании, показали, что целенаправленно выбранные нами в качестве наиболее актуальных стрессовых ситуаций оставленность и беспомощность, представляют собой разные типы стрессоров. По уровню переживаемого стресса, эмоциональной оценке конкретной жизненной ситуации — ситуации детско-родительских отношений и принятия ее, а также по предпочитаемым копинг-стратегиям Оставленность попадает в один с экстремальной и неопределенной ситуациями кластер². Беспомощность оказывается схожей с оценочной ситуацией.

Обсуждая полученные результаты, сформулируем *три ключевых вопроса*: обоснование связи между стрессовой и тревожной ситуациями; определение

сходства и различий Оставленности и Беспомощности; общая характеристика двух основных кластеров стрессоров, первый из которых включает Оценку и Беспомощность, а второй — Неопределенность, Оставленность и Экстремальность.

Подробнее остановимся на *первом вопросе*. В проведенном нами исследовании сбор и анализ данных проводился по принципу “от оценки и описания стрессовой ситуации — к оценке и описанию конкретной тревожной ситуации”. В качестве тревожной была выбрана ситуация разлуки ребенка с родителями, которая в целом воспринимается им как расставание на незначительное по продолжительности время. Стрессовое событие оценивается респондентами по-разному, но чаще всего описывается как напряженная жизненная ситуация. При этом следует заметить, что подросток связывает стресс с разными ситуациями — оставленностью, беспомощностью, экстремальной и оценочной ситуациями. Исключение составляют неопределенные ситуации, вместо обозначения которых ребенок описывает свое эмоциональное состояние. По-видимому, только в этом случае мы можем говорить либо о недифференцированности стрессовых ситуаций, либо о чрезмерной интенсивности стрессора, который подросток не готов называть.

Как мы уже отмечали, стресс — это реакция на угрозу, а тревожность — реакция на стресс. Вследствие этого стрессовая ситуация (т.е. угроза), вызывая неспецифическое напряжение (стресс), выражается в виде тревоги. Основываясь на этом выводе, мы полагаем, что оставленность как обобщенно представленная стрессовая ситуация будет специфическим образом проявлять себя в жизненных обстоятельствах, явно демонстрирующих разлуку, расставание, сепарацию. В то же время респонденты, указывающие на другие типы стрессоров, могут воспринимать ситуацию разлуки совсем иначе.

Второй вопрос состоит в сравнении респондентов двух групп — “Оставленность” и “Беспомощность” — по уровню переживания актуального стресса, эмоциональной оценке тревожной ситуации и стратегиям совладающего поведения. Необходимость в проведении такого сравнения была вызвана кажущимся сходством этих двух видов стрессоров, проявляющимся в лишении субъекта помощи и поддержки. Результаты исследования показали, что оставленность сопровождается наиболее выраженным актуальным стрессом и более редким по сравнению с беспомощностью восприятием тревожной ситуации сепарации как принимаемой и позитивной. Иными словами, по сравнению с другими респондентами эти две группы

² В данной статье слово “кластер” используется как синоним слова “группа” и не имеет отношения к кластерному анализу.

сходны в восприятии ситуации расставания с родителями как негативной и отвергаемой, но часть респондентов группы “Беспомощность” оценивает ее как принимаемую и позитивную, что не свойственно респондентам группы “Оставленность”. Последние демонстрируют эмоциональную холодность как реакцию на ситуацию сепарации и склонность справляться с проблемами с помощью типичной для них стратегии Игнорирования. Эмоциональное избегание трудностей может быть вызвано ограничениями в проявлении чувств в детско-родительских отношениях, доверия и принятия ребенка. Доказательством этого вывода является иное представление респондентов группы “Беспомощность” о способах совладания с проблемами, которые включают у них обращение за социальной поддержкой к сверстникам (копинг-стратегия Друзья) и Духовную поддержку.

Основываясь на полученных результатах, можно утверждать, что стрессовые ситуации оставленности и беспомощности не идентичны. Беспомощность (исключая выученную беспомощность) рассматривается нами как состояние, которое проявляет себя в объективной и субъективной неспособности решить поставленную задачу. Это состояние, скорее всего, связано с низкой самооценкой и невысокой мотивацией достижения, с недостаточной инструментальной базой, необходимой для решения актуальных проблем [2; 9]. Источником развития беспомощности может стать несоответствие поставленной ребенком цели и имеющихся у него способов ее достижения или недостаточность социальной поддержки со стороны близких в различных ситуациях. Состояние беспомощности может преодолеваться благодаря активному поиску социальной и духовной поддержки, т.е. социальной интеграции и взаимодействию с другими людьми.

История появления симптомов оставленности, как нам думается, начинается с самых ранних отношений с родителями [7]. На это указывает негативная оценка детьми конкретной тестовой ситуации разлуки с ними. Самый высокий уровень актуального стресса в данной группе респондентов, а также высокие показатели по стилю Несовладание, в частности по стратегии Игнорирование, подтверждают наличие признаков дезадаптации у респондентов, отметивших оставленность как пример стрессовой ситуации. В отличие от беспомощности оставленность может быть связана с индифферентным отношением родителей к потребностям ребенка, что вызывает у него встречную реакцию — игнорирование социума из-за недоверия к нему. Показано, что даже при появлении выраженных показателей беспомощности ее

особенностью остается установка на принятие социальной поддержки.

И последний *третий вопрос* — характеристика двух основных кластеров стрессоров, первый из которых включает оценку и беспомощность, а второй — неопределенность, оставленность и экстремальность, касается общего сравнения групп ситуаций, способствующих появлению у ребенка и подростка симптомов стресса.

Стрессовая ситуация, в которой возникают переживания, связанные с оценкой умений и знаний, безусловно, вызывает напряжение, которое, однако, может быть преодолено с помощью активного обращения к социальной поддержке. В отличие от группы респондентов, указавших в качестве стрессовой ситуации беспомощность, подростки, переживающие из-за оценочной ситуации, в целом менее тревожны и более социально ориентированы. Кроме того, они значительно чаще других групп определяют ситуацию разлуки с родителями как принимаемую ими и позитивную (по сравнению с группой “Оставленность”), реже — как отвергаемую или принимаемую, но в обоих случаях негативную (по сравнению с группами “Экстремальная ситуация”, “Беспомощность”, “Оставленность”, “Неопределенная ситуация”). Для респондентов обеих групп — “Оценочная ситуация” и “Беспомощность” — характерно ситуативное проявление стресса, однако у последних интерпретация ситуации разлуки с родителями как негативной и отвергаемой может свидетельствовать о незавершенном процессе психологической сепарации [10].

Три другие группы — “Оставленность”, “Экстремальная ситуация” и “Неопределенная ситуация” — демонстрируют наличие симптомов психологического неблагополучия, причем первая из них — в наибольшей степени. Оставленность проявляет себя признаками социальной изоляции и избегания, которые обнаруживаются не только в конкретной тестовой ситуации, но в целом в показателях стресса (ШВС-Д) и юношеских копинг-стратегиях (ЮКШ). Практически по всем анализируемым переменным подростки, выбравшие в качестве стрессовой экстремальную ситуацию, схожи как с подростками группы “Оставленность”, так и с подростками группы “Неопределенная ситуация”, однако последние отличаются от группы “Оставленность” менее выраженным копингом Игнорирование и большим принятием и позитивной оценкой тестовой тревожной ситуации. Мы полагаем, что предпочтительное название эмоций вместо конкретной стрессовой ситуации может быть вызвано, как отмечалось выше, либо травматичностью стрессовой ситуации, либо слабой

дифференциацией стрессора от стресса. В любом случае эти особенности не идентичны оставленности, хотя переживание экстремальной ситуации может стать следствием оставленности и неспособности ребенка перерабатывать травматический опыт.

К ограничениям исследования следует отнести небольшие по объему группы респондентов, дифференцированных по типу стрессовой ситуации, неполно представленную информацию о структуре семьи подростков, участвующих в исследовании. Анализ признаков оставленности и беспомощности требует более тщательного рассмотрения с учетом разных жизненных ситуаций, в том числе трудных и экстремальных.

ВЫВОДЫ

Типичными стрессовыми ситуациями подросткового возраста являются ситуации оставленности, беспомощности, оценочная, экстремальная и неопределенная ситуации.

При переживании, вызванном ситуацией оставленности, наблюдается высокий уровень воспринимаемой стрессогенной ситуации, показатели которого идентичны показателям стресса, связанного с неопределенной и экстремальной ситуациями, но отличаются от переживания оценочной ситуации и ситуации беспомощности.

В отличие от подростков группы, переживающей стресс как беспомощность, подростки, связывающие стресс с оставленностью, эмоционально негативно оценивают тревожную ситуацию временной разлуки с родителем и не принимают ее.

Различия по копинг-стратегиям между разными группами респондентов соотносятся с типом стрессовой ситуации и уровнем воспринимаемого стресса. Для группы “Оставленность” наиболее вероятной является стратегия Игнорирование, а для группы “Беспомощность” — копинг-стратегии, указывающие на актуальность обращения к социальной поддержке.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бажин Е.Ф., Эткинд А.М. Изучение эмоционального значения цвета // Психологические методы исследования личности. СПб.: Иматон, 1995.
2. Залевский Г.В., Завертяева А.А. Диагностика состояния беспомощности в старшем дошкольном возрасте // Медицинская психология в России. 2018. Т. 10. № 1. С. 4. DOI: 10.24411/2219-8245-2018-11040
3. Карпушкина Н.В., Конева И.А., Юдина Е.А. Особенности суицидального поведения подростков с детским церебральным параличом // Психолого-педагогический поиск. 2020. № 3 (55). С. 149–156. DOI: 10.37724/RSU.2020.55.3.018
4. Катаргина Г.Н. Анализ понятия “психологическая беспомощность” // Устойчивое развитие науки и образования. 2021. № 5 (56). С. 70–73.
5. Колесова Н.А. Психологические особенности семей детей с личностной беспомощностью // Современное педагогическое образование. 2020. № 6. С. 132–135.
6. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. 2-е изд., испр. и доп. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010.
7. Польская Н.А., Цейтлина М.Д., Якубовская Д.К. Чувствительность к отвержению и нарушения психического здоровья // Вопросы психологии. 2020. № 5. С. 119–129.
8. Харламенкова Н.Е., Никитина Д.А., Шаталова Н.Е., Дымова Е.Н. Психологические последствия переживания стресса в детском возрасте — феномены “оставленности” и “вовлеченности” // Клиническая и специальная психология. 2022. Т. 11. № 3. С. 71–96. DOI: 10.17759/cpse.2022110303
9. Циринг Д.А. Психологическое содержание волевого компонента личностной беспомощности у детей // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2012. Т. 18. № 4. С. 60–63.
10. Циринг Д.А., Пономарева И.В., Овчинников М.В. и др. Средовая природа личностной беспомощности: результаты эмпирического исследования // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2015. № 10. С. 283–296. DOI: 10.12731/2218-7405-2015-10-25
11. Янь Д. Бывшие китайские “оставленные дети” как нынешние субъекты родительского труда: представления о мотивации // Глобальные вызовы демографическому развитию: Сборник научных статей: В 2 т. / Ред. О.А. Козлова [и др.]. Том II. Екатеринбург: Институт экономики Уральского отделения РАН, 2022. С. 352–360. DOI: 10.17059/udf-2022-4-33
12. Breggin P.R., Stolzer J. Psychological helplessness and feeling undeserving of love: Windows into suffering and healing // The Humanistic Psychologist. 2020. V. 48. № 2. P. 113–132. DOI: 10.1037/hum0000175
13. D'Agostino A., Pepi R., Monti M.R. et al. The feeling of emptiness: a review of a complex subjective experience // Harvard Review of Psychiatry. 2020. V. 28. № 5. P. 287–295. DOI: 10.1097/HRP.0000000000000269
14. Humphreys K.L. Future directions in the study and treatment of parent-child separation // Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology. 2019. V. 48. № 1. P. 166–178. DOI: 10.1080/15374416.2018.1534209

15. Kochel K.P., Rafferty D. Prospective associations between children's depressive symptoms and peer victimization: The role of social helplessness // *British Journal of Developmental Psychology*. 2020. V. 38. № 1. P. 15–30. DOI: 10.1111/bjdp.12301
16. Lifshin U., Mikulincer M., Kretchner M. Motivated helplessness in the context of the COVID-19 pandemic: Evidence for a curvilinear relationship between perceived ability to avoid the virus and anxiety // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2020. V. 39. № 6. P. 479–497. DOI: 10.1521/jscp.2020.39.6.479
17. López J., Velasco C., Noriega C. The role of acceptance in parents whose child suffers from cancer // *European Journal of Cancer Care*. 2021. V. 30. № 4. Art. e13406. DOI: 10.1111/ecc.13406
18. Palihawadana V., Broadbear J.H., Rao S. Reviewing the clinical significance of 'fear of abandonment' in borderline personality disorder // *Australasian Psychiatry*. 2019. V. 27. № 1. P. 60–63. DOI: 10.1177/1039856218810154
19. Ponomareva I.V., Sizova Ya.N., Evstafeeva E.A. Cultural and ethnic factor contributing to personal helplessness: Theoretical foundation of research // *Contemporary Dilemmas: Education, Politics and Values*. 2019. V. 7. № 1. P. 91.
20. Rygaard N.P. Improving the mental health of abandoned children: Experiences from a global online intervention // *American Psychologist*. 2020. V. 75. № 9. P. 1376–1388. DOI: 10.1037/amp0000726
21. Stojanov J., Stankovic M., Zikic O. et al. The risk for non-psychotic postpartum mood and anxiety disorders during the COVID-19 pandemic // *The International Journal of Psychiatry in Medicine*. 2021. V. 56. № 4. P. 228–239. DOI: 10.1177/0091217420981533
22. van IJzendoorn M.H., Bakermans-Kranenburg M.J. Tearing down or fixing up institutional care for abandoned children? Comment on Rygaard (2020) // *American Psychologist*. 2022. V. 77. № 1. P. 135–137. DOI: 10.1037/amp0000912
23. Viniegra C.C., Aumeunier-Gizard M.F. Facilitating integrated mental, emotional, and physical states in children who have suffered early abandonment trauma // *European Journal of Trauma & Dissociation*. 2021. V. 5. № 4. Art. 100214. DOI: 10.1016/j.ejtd.2021.100214
24. White B.P. The perceived stress scale for children: A pilot study in a sample of 153 children // *International Journal of Pediatrics and Child Health*. 2014. V. 2 (2). P. 45–52. DOI: 10.12974/2311-8687.2014.02.02.4
25. Zhu S., Zhuang Y., Ip P. Impacts on children and adolescents' lifestyle, social support and their association with negative impacts of the COVID-19 pandemic // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. V. 18. № 9. Art. 4780. DOI: 10.3390/ijerph18094780

EXPERIENCING THE STRESS OF ABANDONMENT AND HELPLESSNESS IN ADOLESCENCE³

N. E. Kharlamenkova*, D. A. Nikitina**, N. E. Shatalova***, E. N. Dymova****

*Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences;
129366, Moscow, Yaroslavskaya str., 13, bldg. 1, Russia.*

**ScD (Psychology), Professor, Chief Research Officer, Laboratory of Psychology of Person Development
in Normal and Post-traumatic States, Deputy Director.*

E-mail: harlamenkovane@ipran.ru

***PhD (Psychology), Researcher.*

E-mail: nikitinada@ipran.ru

****Leading Specialist.*

E-mail: shatalovane@ipran.ru

*****Junior Researcher.*

E-mail: dymovaen@ipran.ru

Received 08.12.2023

Abstract. The results of comparing the experience of different types of stressful situations, including situations of abandonment and helplessness, and ways of coping with them in adolescence are presented. The study involved schoolchildren aged 12–14 years ($x = 12.5$; $med = 12$; $sd = 0.7$). Participants were 80 adolescents (39 girls

³ The research was carried out with the financial support of the Russian Science Foundation (RSF) within the framework of scientific project No. 22-28-00972.

and 41 boys). Methods: Color test of relationships; Adolescent Coping Scale E. Frydenberg, R. Lewis; Perceived Stress Scale for Children. The most difficult for adolescents is stressful situation of abandonment as a situation of experiencing emotional, informational and social deprivation. It was found that in terms of the level of perceived stress, the group indicated the abandonment as a more stressful situation for them is closest to the group indicated the extreme stressful situation ($U = 69.0$; $p = 0.44$) and differs from the groups indicated assessment situation ($U = 51.5$; $p = 0.02$) and helplessness ($U = 82.5$; $p = 0.019$). It was revealed that in the assessments of the projective situation, in which parents leave child alone at home for a period of time, the groups "Abandonment" and "Extremity" also turn out to be similar (mostly negative assessments on the situation were found). It was determined that the "Helplessness" group is characterized by coping strategies that indicate the relevance of applying to the social support, and for the "Abandonment" group, unlike all other groups, the ignoring strategy is more typical ($p < 0.05$).

Keywords: abandonment, helplessness, perceived stress, coping strategies, adolescents.

REFERENCES

1. *Bazhin E.F., Etkind A.M.* Izuchenie emotsional'nogo znacheniya tsveta. Psikhologicheskie metody issledovaniya lichnosti. Saint Petersburg: Imaton, 1995. (In Russian)
2. *Zalevskii G.V., Zavertyaeva A.A.* Diagnostika sostoyaniya bespomoshchnosti v starshem doskol'nom vozraste. Meditsinskaya psikhologiya v Rossii. 2018. V. 10. № 1. P. 4. DOI: 10.24411/2219-8245-2018-11040 (In Russian)
3. *Karpushkina N.V., Koneva I.A., Yudina E.A.* Osobennosti suitsidal'nogo povedeniya podrostkov s detskim tserebral'nym paralichom. Psikhologo-pedagogicheskii poisk. 2020. № 3 (55). P. 149–156. DOI: 10.37724/RUSU.2020.55.3.018 (In Russian)
4. *Katargina G.N.* Analiz ponyatiya "psikhologicheskaya bespomoshchnost'". Ustoichivoe razvitie nauki i obrazovaniya. 2021. № 5 (56). P. 70–73. (In Russian)
5. *Kolesova N.A.* Psikhologicheskie osobennosti semei detei s lichnostnoi bespomoshchnost'yu. Sovremennoe pedagogicheskoe obrazovanie. 2020. № 6. P. 132–135. (In Russian)
6. *Kryukova T.L.* Metody izucheniya sovladayushchego povedeniya: tri koping-shkaly. 2-e izd., ispravlennoe, dopolnennoe. Kostroma: KSU, 2010. (In Russian)
7. *Pol'skaya N.A., Tseitlina M.D., Yakubovskaya D.K.* Chuvstvitel'nost' k otverzheniyu i narusheniya psikhicheskogo zdorov'ya. Voprosy psikhologii. 2020. № 5. P. 119–129. (In Russian)
8. *Kharlamenkova N.E., Nikitina D.A., Shatalova N.E., Dymova E.N.* Psikhologicheskie posledstviya perezhivaniya stressa v detskom vozraste — fenomeny "ostavlenosti" i "vovlechenosti". Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya. 2022. V. 11. № 3. P. 71–96. DOI: 10.17759/cpse.2022110303 (In Russian)
9. *Tsiring D.A.* Psikhologicheskoe sodержание volevogo komponenta lichnostnoi bespomoshchnosti u detei. Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsial'naya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika. 2012. V. 18. № 4. P. 60–63. (In Russian)
10. *Tsiring D.A., Ponomareva I.V., Ovchinnikov M.V. et al.* Sredovaya priroda lichnostnoi bespomoshchnosti: rezul'taty empiricheskogo issledovaniya. Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem (elektronnyi nauchnyi zhurnal). 2015. № 10. P. 283–296. DOI: 10.12731/2218-7405-2015-10-25 (In Russian)
11. *Yan' D.* Byvshie kitaiskie "ostavlennye deti" kak nyneshnie sub"ekty roditel'skogo truda: predstavleniya o motivatsii. Global'nye vyzovy demograficheskomu razvitiyu: Sbornik nauchnykh statei. In 2 v. Eds. O.A. Kozlov et al. V. II. Ekaterinburg: Institut ekonomiki Ural'skogo otdeleniya RAN, 2022. P. 352–360. DOI: 10.17059/udf-2022-4-33 (In Russian)
12. *Breggin P.R., Stolzer J.* Psychological helplessness and feeling undeserving of love: Windows into suffering and healing. The Humanistic Psychologist. 2020. V. 48. № 2. P. 113–132. DOI: 10.1037/hum0000175
13. *D'Agostino A., Pepi R., Monti M.R. et al.* The feeling of emptiness: a review of a complex subjective experience. Harvard Review of Psychiatry. 2020. V. 28. № 5. P. 287–295. DOI: 10.1097/HRP.0000000000000269
14. *Humphreys K.L.* Future directions in the study and treatment of parent–child separation. Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology. 2019. V. 48. № 1. P. 166–178. DOI: 10.1080/15374416.2018.1534209
15. *Kochel K.P., Rafferty D.* Prospective associations between children's depressive symptoms and peer victimization: The role of social helplessness. British Journal of Developmental Psychology. 2020. V. 38. № 1. P. 15–30. DOI: 10.1111/bjdp.12301
16. *Lifshin U., Mikulincer M., Kretchner M.* Motivated helplessness in the context of the COVID-19 pandemic: Evidence for a curvilinear relationship between perceived ability to avoid the virus and anxiety. Journal of Social and Clinical Psychology. 2020. V. 39. № 6. P. 479–497. DOI: 10.1521/jscp.2020.39.6.479
17. *López J., Velasco C., Noriega C.* The role of acceptance in parents whose child suffers from cancer. European Journal of Cancer Care. 2021. V. 30. № 4. Art. e13406. DOI: 10.1111/ecc.13406
18. *Paliawadana V., Broadbear J.H., Rao S.* Reviewing the clinical significance of 'fear of abandonment' in

- borderline personality disorder. *Australasian Psychiatry*. 2019. V. 27. № 1. P. 60–63. DOI: 10.1177/1039856218810154
19. *Ponomareva I.V., Sizova Ya.N., Evstafeeva E.A.* Cultural and ethnic factor contributing to personal helplessness: Theoretical foundation of research. *Contemporary Dilemmas: Education, Politics and Values*. 2019. V. 7. № 1. P. 91.
 20. *Rygaard N.P.* Improving the mental health of abandoned children: Experiences from a global online intervention. *American Psychologist*. 2020. V. 75. № 9. P. 1376–1388. DOI: 10.1037/amp0000726
 21. *Stojanov J., Stankovic M., Zikic O. et al.* The risk for non-psychotic postpartum mood and anxiety disorders during the COVID-19 pandemic. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*. 2021. V. 56. № 4. P. 228–239. DOI: 10.1177/0091217420981533
 22. *van IJzendoorn M.H., Bakermans-Kranenburg M.J.* Tearing down or fixing up institutional care for abandoned children? Comment on Rygaard (2020). *American Psychologist*. 2022. V. 77. № 1. P. 135–137. DOI: 10.1037/amp0000912
 23. *Viniegra C.C., Aumeunier-Gizard M.F.* Facilitating integrated mental, emotional, and physical states in children who have suffered early abandonment trauma. *European Journal of Trauma & Dissociation*. 2021. V. 5. № 4. Art. 100214. DOI: 10.1016/j.ejtd.2021.100214
 24. *White B.P.* The perceived stress scale for children: A pilot study in a sample of 153 children. *International Journal of Pediatrics and Child Health*. 2014. V. 2 (2). P. 45–52. DOI: 10.12974/2311-8687.2014.02.02.4
 25. *Zhu S., Zhuang Y., Ip P.* Impacts on children and adolescents' lifestyle, social support and their association with negative impacts of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. V. 18. № 9. Art. 4780. DOI: 10.3390/ijerph18094780