

## Психологические аспекты мотивации выживания участников боевых действий

Д.Н. Ефремова<sup>1</sup>, кандидат психологических наук, доцент кафедры нейро- и патопсихологии, Институт психологии им. Л.С. Выготского.

<sup>1</sup> Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный гуманитарный университет» (125047, г. Москва, ул. Чаянова, д. 15, корпус 7).

В статье представлены теоретические предпосылки подходов к изучению мотивации и результаты исследования мотивации выживания участников боевых действий (БД), определяющих специфику течения посттравматического расстройства, имеющие практическую значимость при разработке реабилитационных программ и стратегий индивидуального психологического консультирования пациентов и родственников участников БД.

Проблема исследования мотивации выживания участников БД и жизненных ориентаций, влияющих на формирование поведения в условиях БД, является актуальной, комплексной и недостаточно изученной. Анализ научной литературы показал, что в последние годы отсутствуют исследования, позволяющие оценить механизмы формирования мотивации выживания в условиях военных конфликтов, что и составило проблематику нашего исследования.

В работе рассмотрены связи уровня выраженности посттравматического расстройства и смысложизненных ориентаций. В настоящий период активно внедряются программы психологической помощи участникам БД, на первый план выходит значимость проблемы мотивации к выживанию, как в период участия в БД, так и после демобилизации, где мотивация выступает базовой составляющей профилактики суициdalного риска.

**Ключевые слова:** мотивация, смысложизненные ориентации, суициdalный риск, уровень посттравматических реакций.

## Psychological aspects of survival motivation of military participants

D.N. Efremova<sup>1</sup>, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Neuro- and Pathopsychology, L.S. Vygotsky Institute of Psychology.

<sup>1</sup> Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education Russian State University for the Humanities (125047, Moscow, Chayanova Street, 15, Building 7).

The article presents the theoretical background of approaches to the study of motivation and the results of a study of the motivation for survival of combatants, which determine the specific course of post-traumatic stress disorder and have practical significance in the development of rehabilitation programs and strategies for individual psychological counseling of patients and relatives of combatants.

The problem of studying the motivation for survival of combatants and the life orientations that influence the formation of behavior in combat situations is relevant, complex, and insufficiently studied. An analysis of scientific literature has shown that in recent years there have been no studies that allow us to assess the mechanisms of the formation of motivation for survival in military conflicts, which has become the focus of our research.

The work considers the relationship of the level of severity of post-traumatic disorder and meaning-life orientations. At the present time, the programs of psychological assistance to combatants are actively implemented, the importance of the problem of motivation for survival both during participation in combat operations and after demobilization comes to the fore, where motivation is a basic component of the prevention of suicide risk.

**Keywords:** motivation, life orientation, suicide risk, and level of post-traumatic reactions.

В современных военных конфликтах сохранение жизни воинов в условиях боевых действий (БД), является приоритетной задачей; для решения этой задачи важно понимать их внутренние установки и мотивацию.

Смысложизненные ориентации играют ключевую роль в формировании мотивации, решений и поведения воинов в период участия в БД. Исследование данной темы имеет значение для разработки эффективных программ поддержки и реабилитации, что делает её особенно актуальной в современных условиях.

По мнению Вербицкого, лишь 25 % солдат на поле боя адекватно оценивают происходящее и сознательно используют свое оружие, что значительно увеличивает их шансы на выживание.

Мотивация является одним из ключевых понятий в психологии, определяющим причины и механизмы человеческого поведения. Мотивация как процесс, инициирует, направляет и поддерживает активность индивида, способствуя достижению поставленных целей. Исследования подтверждают, что мотивация играет важную роль в обучении, выполнении задач и достижении успеха. В частности, данные Deci и Ryan (1985) показывают, что внутренняя мотивация способствует лучшему усвоению информации и повышенной продуктивности.

Концепция А. Маслоу, впервые опубликованная в 1943 г., остаётся актуальной для анализа мотивации, так как помогает структурировать иерархию потребностей, влияющих на поведение и выбор

деятельности человека. Алексей Николаевич Леонтьев, развивая идеи Л.С. Выготского, предложил детализированное понимание деятельности как систему процессов, направленных на удовлетворение потребностей человека через взаимодействие с внешним миром. Он выделил три основные составляющие: цель, средства и результат, которые находятся в постоянной взаимосвязи. Таким образом, деятельность предстает как динамическая и целенаправленная система, формирующаяся под влиянием внутренних потребностей и внешних условий. В этом контексте важно отметить, что «мотив рассматривается как системное психологическое образование, имеющее соответствующую структуру (морфологию)» (Капцов, 2002, с. 137). Это подчеркивает значимость мотивации как ключевого элемента, оказывающего влияние на всю структуру деятельности.

Исследования А.Н. Леонтьева показывают, что мотивация формируется через взаимодействие внутренних потребностей и внешних стимулов. Мотив, который в последние годы чаще называют «побуждением» или «мотивацией», является центральным элементом деятельности, направляющим её и определяющим динамику. Таким образом, теория деятельности объясняет, как внутренние стремления и внешние обстоятельства влияют на выбор и реализацию действий.

В условиях современных военных конфликтов, где военнослужащие сталкиваются с экстремальными ситуациями, мотивация выживания становится важным фактором, определяющим их поведение и эффективность выполнения задач. Понимание механизмов, влияющих на мотивацию, позволяет улучшить подготовку воинов и минимизировать негативные психологические последствия.

Меджидова отмечает, что «истинными потребностями являются влечение, стремления, мечты, идеалы. Они устремлены к предметам, помогающим снять эмоциональное напряжение» (2012, с. 4). Это подчеркивает, что чувство долга связано не только с выполнением служебных обязанностей, но и с глубокими внутренними стремлениями, которые мотивируют военнослужащих.

Ищенко и Черкалина отмечают, что «процесс сплочения малых групп происходит на всех стадиях ее развития. Первоначально участники группы могут воспринимать друг друга с помощью внешних характеристик» Смысложизненные ориентации участников имеют решающее значение формирования сплоченности боевой группы. Высокий уровень коллективной сплоченности оказывает значительное влияние на мотивацию и устойчивость воинов. В группах со сходными смысложизненными ориентациями, установками и мотивацией, военнослужащие ощущают большую ответственность перед товарищами и готовность к поддержке, что способствует снижению

уровню стресса и укреплению психологической устойчивости и, следовательно, выживанию группы. Емилиан Радев, Визева Мая и Горанова Радка отмечают, что «увеличение социальной поддержки улучшает психическое здоровье и помогает адаптации человека к условиям, когда наблюдается психическое напряжение».

Психологические механизмы адаптации играют ключевую роль в выживании военнослужащих в условиях экстремального стресса и угрозы. Одним из наиболее значимых механизмов является когнитивная переоценка ситуации, которая позволяет находить позитивные аспекты даже в самых сложных обстоятельствах. Этот процесс способствует снижению уровня стресса и сохранению психического равновесия. Исследования показывают, что около 60 % военных применяют когнитивную переоценку как способ справиться с напряжением, что подтверждает её эффективность в боевых условиях. Способность адаптироваться через изменение восприятия ситуации становится важным инструментом для поддержания боеспособности и выживания.

Одним из ключевых факторов, способствующих выживанию и сохранению боевого духа у военнослужащих, является защита своих близких. В начале экстремальной ситуации возникает острый эмоциональный шок, характеризующийся общим психическим напряжением и преобладанием чувства отчаяния и страха. При этом наличие значимой цели, такой как обеспечение безопасности семьи, существенно повышает мотивацию к выживанию даже в самых сложных условиях. Виктор Франкл подчеркивал, что осознание ответственности перед близкими может стать мощным стимулом для преодоления трудностей и сохранения жизненной энергии. Мысль о семье, находящейся в безопасности благодаря их усилиям, становится для многих воинов источником силы и решимости.

Общественное мнение и поддержка играют значительную роль в формировании мотивации у военнослужащих. «Мотивация — это совокупность движущих сил, которые побуждают человека к деятельности, имеющей определенную целевую направленность» (Шутова, Смоловик). Положительное отношение общества к армии и признание её заслуг способствуют повышению морального духа солдат. Осознание того, что их труд ценится и поддерживается гражданами, позволяет военным ощущать свою значимость и необходимость. Это, в свою очередь, укрепляет их стремление выжить и успешно выполнять свои обязанности.

Абрамова отмечает, что «у мотивированных сотрудников ОВД со временем происходит адаптация к условиям службы в военное время, а весь переживаемый ими боевой стресс находит выход через развитие у них адаптивных стрессовых реакций». Таким образом, взаимодействие с поддерживаю-

щими группами не только повышает устойчивость военнослужащих, но и усиливает их способность адаптироваться к сложным условиям.

Психологическая подготовка становится «неотъемлемой частью успеха армии в современных боевых условиях» (Соколовский, Иволгина).

Программа физической подготовки армии США (ACFT) также показывает, что солдаты, успешно сдающие нормативы, имеют более высокие показатели выживаемости в сложных ситуациях. Это связано с тем, что физическая тренировка не только укрепляет тело, но и развивает уверенность в собственных силах, что особенно важно в стрессовых и непредсказуемых условиях БД. Вербицкий отмечает, что «выполнение боевого задания весьма часто является единственным способом выжить».

Исследование, проведенное в 2020 г. американским Институтом военных исследований, показало, что 85 % военнослужащих отметили положительное влияние такого лидерства на их моральный дух. Это подтверждает, что командиры, проявляющие заботу о своих подчиненных и уверенность в их возможностях, способствуют созданию атмосферы доверия и сплоченности в подразделении, что является важным фактором в условиях БД.

Мотивация играет ключевую роль в определении активности и выбора деятельности человека. Исследования Альберта Бандуры показали, что она тесно связана с самоэффективностью — верой человека в свои способности. Люди с высокой самоэффективностью склонны выбирать более сложные задачи, проявлять настойчивость и достигать высоких результатов. Исследование, проведенное в Университете Рочестера в 2011 г., выявило, что внутренняя мотивация, основанная на интересе и удовольствии, способствует большей вовлеченности и продуктивности в деятельности, чем внешняя мотивация, связанная с материальными стимулами. Эти данные подчеркивают, что мотивация не только определяет выбор деятельности, но и влияет на качество и интенсивность её выполнения.

Мотивация является основополагающим фактором, определяющим активность и выбор деятельности индивидов. Абрахам Маслоу отмечал, что «когнитивные и эмоциональные потребности иногда конфликтуют между собой, удовлетворение первых зачастую приводит к фruстрации вторых, но это вовсе не означает, что согласие между ними принципиально невозможно; скорее, мы имеем дело с проблемой интеграции двух классов потребностей, с проблемой координации и соразмерности».

Эффективная психологическая адаптация оказывает значительное влияние на мотивацию и устойчивость военнослужащих в боевых условиях. Снижение уровня стресса и повышение концен-

трации способствуют тому, что адаптированные солдаты демонстрируют более высокую способность к выполнению задач и сохранению боевого духа. В отчете НАТО за 2018 г. отмечается, что адаптированные военнослужащие обладают на 30 % большей устойчивостью в условиях конфликта, что подчеркивает важность психологической подготовки и адаптации как факторов, способствующих успешному выполнению боевых задач и повышению шансов на выживание. Кроме того, повышение мотивации и боевого духа сотрудников может снизить риск развития посттравматического стрессового расстройства у данного контингента (Абрамова).

Изучая факторы риска суициального поведения у больных с посттравматическим стрессовым расстройством (участников современных локальных войн), И.В. Шадрина, К.Н. Дедова выявили, что 31 % участников исследования «отмечал у себя хотя бы однократно латентные антивитальные переживания, актуализировавшиеся в период соматической болезни, семейного конфликта, трудовой неустроенности. По длительности эти размышления варьировали от кратковременных до продолжительных (недели, месяцы)».

Robert H. Pietrzak, Barbara L. Pitts, Ian Harpaz-Rotem, Steven M. Southwick, Julia M. Wheali, анализируя суициальные мысли в течение четырехлетнего периода наблюдения у ветеранов войн, отметили следующее: «повышенный риск эпизодов суициальных мыслей был связан с одиночеством (то есть баллами по Short Loneliness Scale (короткой шкале одиночества); с неспособностью к полезной деятельности в повседневной жизни (то есть с подтверждением необходимости в помощи при такой деятельности, как работа по дому и надлежащий прием лекарств); с проблемами с somатическим здоровьем (по подшкале соматизации Brief Symptom Inventory-18), с проблемами употребления алкоголя (тест на определение связанных с потреблением алкоголя заболеваний [Alcohol Use Disorders Identification Test-Consumption]); с основанными на отрицании копинговыми стратегиями (то есть с одобрением использования отрицания, чтобы справиться с травмой по Brief COPE); и с более старшим возрастом.

Таким образом, изучение смысложизненных ориентаций, способности к когнитивной регуляции, стрессоустойчивости расширят теоретические представления о мотивации выживания участников БД.

В исследовании приняли участие 115 мужчин, участников БД, средний возраст  $40 \pm 8$  лет, завершивших курс реабилитации (по МКБ 10 F 43.3).

Гипотеза исследования: смысложизненные ориентации связаны с мотивацией достижения успеха, способностью к когнитивной регуляции эмоций и уровнем стресса, что способствует повышению мотивации к выживанию.

Для исследования особенностей мотивации выживания участников БД, через связь когнитивного, смыслобразующего компонента и уровня стрессоустойчивости были выбраны следующие методики:

- опросник выраженности уровня травматического стресса (OTC) авт. И.О. Котенева;
- тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева;
- методика мотивации к успеху (Т. Элерс) для диагностики мотивационной направленности личности на достижение успеха, избегания неудач;
- опросник «Когнитивная регуляция эмоций» (Н. Гарнефски и В. Крайг «Cognitive Emotion Regulation Questionnaire» CERQ), адапт. Е.И. Рассказовой»

Для обработки полученных результатов применен метод анализа интерпретации результатов. Математическая обработка данных проводилась в программе SPSS 23.0.

Исходя из анализа научной литературы выделим компоненты мотивации выживания участников БД (табл. 1).

### ОПИСАТЕЛЬНЫЕ СТАТИСТИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Опираясь на данные проведенного статистического анализа, можно выделить связи между уровнем мотивации к успеху, категориями смысложизненных ориентаций, уровнем стрессоустойчивости и способностью к когнитивной регуляции эмоций.

Полученные значимые связи показателя выраженности мотивации к успеху и когнитивной регуляции эмоций (табл. 2). указывают, что способность к когнитивной регуляции эмоций является критерием, определяющим уровень мотивации к успеху и стрессоустойчивости.

Корреляционные связи показывают, что уровень мотивации к успеху, уровень стрессоустойчивости связаны с когнитивной регуляцией эмоцией, но не связаны между собой. Чем выше показатели стрессоустойчивости, тем выше способность к когнитивной регуляции эмоций, и чем выше способность к когнитивной регуляции, тем выше мотивация к успеху.

Холмсом и Раге доказано, что чем выше мотивация к успеху, тем ниже готовность к риску. Выявленные связи показывают, что даже при отсутствии прямой значимой связи между мотивацией к успеху и уровнем стрессоустойчивости именно способность к позитивной фокусировке, планированию, позитивной переоценке и снижению готовности обвинять других, оказывает существенное влияние как на мотивацию к успеху, так и уровень стрессоустойчивости.

Выявленные связи свидетельствуют о том, что именно когнитивная регуляция эмоций является значимым параметром, определяющим уровень стрессоустойчивости и мотивацию к выживанию участников БД.

Опираясь на теоретические разработки проблемы взаимодействия когнитивных и аффектив-

Таблица 1

Компоненты мотивации выживания участников боевых действий, с разным уровнем стрессоустойчивости. Components of motivation for the survival of combat participants, with different levels of stress tolerance.				
Категория	M	Std. D	Min	Max
Мотивация к успеху	11		1	21
Уровень выраженности травматического стресса	230		150	300
Самообвинение	14,5	3,70	2	20
Принятие	16	2,8	4	20
Руминация	14,6	3,52	2	20
Позитивная фокусировка	14,8	5	4	20
Позитивная переоценка	15,6	4,1	2	20
Фокусирование на планировании	16,3	3,78	2	20
Рассмотрение в перспективе	17,3	1,81	3	20
Катастрофизация	12	3,6	0	20
Обвинение других	8,7	3,82	0	20
Цели в жизни	18,4	4,3	0	42
Процесс жизни	21,5	5,23	0	42
Локус контроля Я	16,3	3,79	0	28
Локус контроля Жизнь	26,4	5,53	0	42
Результативность жизни	18,2	4,62	0	35

Сокращения: M — среднее значение, Std. D — стандартное отклонение, Min — минимальное Std. D, Max — максимальное Std. D.

Таблица 2

**Корреляции показателей мотивации к успеху и когнитивной регуляции эмоций  
(представлены только значимые данные).**

**Correlations of indicators of motivation to success and cognitive regulation of emotions  
(only significant data are presented).**

		Мотивация к успеху	Когнитивная регуляция эмоций
1	Мотивация к успеху		
2	Уровень травматического стресса		
3	Позитивная фокусировка	0,257**	0,277*
4	Фокусирование на планировании	0,219*	0,382**
5	Позитивная переоценка	0,329**	0,394**
6	Обвинение других	-0,306**	-0,187*

\*уровень значимости  $p \leq 0,05$

\*\*уровень значимости  $p \leq 0,01$

ных процессов в состоянии стресса (Кокс, 1985; Лазарус, 1966; Фолкман, 1979), где доказана роль когнитивно-аффективных механизмов в субъективной оценке ситуации человеком, можно предположить, что «ситуация воспринимается человеком как стрессовая, когда он соотносит воспринимаемый смысл происходящего с теми ресурсами, которые у него имеются с затруднениями в эмоциональной форме (угроза, потеря, вызов)» (Е.И. Рассказова, А.Н. Леонова, И.В. Плужников).

Анализ результатов исследования показал, что именно связь мотивационных и когнитивно-аффективных систем приводит к мобилизации физических ресурсов (включение психофизиологических механизмов) и выбору максимально эффективных действий в ситуации боя, обеспечи-

вающих выживание, на фоне выполнения боевой задачи.

Исследуя корреляции показателей смысложизненных ориентаций, уровня травматического стресса и выраженностью посттравматического стресса (табл. 3) можно предположить, что выраженность посттравматического стресса связана с когнитивной регуляцией эмоций и смысложизненными ориентациями.

Мотивация к успеху связана корреляциями с выраженностью травматического стресса и смысложизненными ориентациями. Аналогично, выявлена связь между способностью когнитивной регуляции эмоций смысложизненными ориентациями и уровнем травматического стресса, что свидетельствует о том, что чем выше депрессив-

Таблица 3

**Корреляции показателей смысложизненных ориентаций, выраженности травматического стресса и когнитивной регуляции эмоций.**

**Correlations of indicators of life-meaning orientations, severity of traumatic stress and cognitive regulation of emotions.**

		Мотивация к успеху	Когнитивная регуляция эмоций
1	Мотивация к успеху		
2	Когнитивная регуляция эмоций		
3	Сверхбдительность	0,275*	0,188*
4	Вина выжившего	-0,226**	0,302*
5	Оптимизм	0,243**	0,272*
6	Злоупотребление наркотическими и лекарственными препаратами	0,326**	0,356*
7	Депрессия	-0,374**	
8	Агрессия	0,223**	0,264*
9	Приступы ярости	0,254**	0,245*
10	Общая тревожность	0,357**	
11	Нарушения памяти и концентрации внимания	0,426**	
12	Цели в жизни	0,321**	0,163**
13	Процесс жизни	0,233**	0,382**
14	Локус контроля Я	0,356**	
15	Локус контроля Жизнь	0,378**	0,348**

\*уровень значимости  $p \leq 0,05$ ; \*\*уровень значимости  $p \leq 0,01$

ная симптоматика, тем ниже мотивация к успеху. Полученные данные указывают на то, что когнитивно-эмоциональная дисрегуляция и повышенная напряжённость эмоциональной сферы сопряжены с уровнем формирования мотивации к успеху.

Тревожно-аффективные проявления эмоциональной сферы и смысложизненные ориентации определяют тяжесть травматического стресса. Устойчивость смысложизненных ориентаций и выраженность субъективного Локуса контроля-Я связаны с повышением мотивации к успеху и устойчивости мотивации к выживанию.

Устойчивость смысложизненных ориентаций определяет возможность когнитивной эмоциональной регуляции, выраженность травматического стресса и мотивацию к выживанию. С высокой долей вероятности можно утверждать, что устойчивость смысложизненных ориентаций, объективного Локуса контроля-Я, оказывает влияние на когнитивную регуляцию эмоций и на мотивацию к выживанию, и соответственно, на уровень травматического стресса.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выделение компонентов, определяющих мотивацию к выживанию и выявление связей между ними, показали необходимость включения в программы психологической подготовки участников БД мотивационных тренингов по формированию смысложизненных ориентаций, навыков когнитивной регуляции эмоций, для развития навыков совладания со стрессовыми ситуациями и профилактики стрессовых расстройств.

Политика правительства Российской Федерации по социальной защите и поддержке участников БД (Федеральный закон от 12.01.1995 N 5-ФЗ (ред. от 07.07.2025) «О ветеранах» Статья 16. Меры социальной поддержки ветеранов боевых действий [в ред. Федерального закона от 22.08.2004 N 122-ФЗ]) ориентирована на создание условий полноценной реабилитации граждан по окончанию службы.

Медико-социально-психологическая поддержка играет ключевую роль в жизни военнослужащих, особенно тех, кто находится на линии боевого соприкосновения. Основными источниками такой поддержки являются семья, друзья и настроение общества в отношении участников БД, признание значимости их вклада в защиту граждан РФ.

Опрос, проведенный среди добровольцев, показал, что 45 % опрошенных мотивированы патриотическими настроениями, а 25 % видят в участии в БД возможность обрести смысл жизни и реализовать себя. Эти данные свидетельствуют о том, что добровольцы чаще всего движимы внутренними убеждениями и личными ценностями, что делает их мотивацию глубоко осмысленной и направленной на достижение значимых для них целей, около 60 % добровольцев, участвовавших

в БД, отмечали значительное изменение своих жизненных ценностей после конфликта. Это свидетельствует о глубоком влиянии участия в БД на личностные установки и взгляды участников, особенно среди добровольцев, для которых такие изменения могут быть связаны с переоценкой ценностей и пересмотром жизненных приоритетов. Более 70 % военнослужащих считают поддержку близких важнейшим фактором, способствующим сохранению морального духа во время службы. Эта поддержка проявляется через эмоциональную поддержку, регулярное общение и уверенность в том, что дома их ждут и поддерживают. Психологическая поддержка рассматривается как ресурс, предоставляемый людьми, с которыми общается военнослужащий, она помогает снизить риск выраженной посттравматического стресса, социальной дезадаптации и психических расстройств.

## Литература

1. Абрамова Е.А. Изучение уровня боевого стресса у сотрудников органов внутренних дел, принимающих участие в специальной военной операции // Доклад. — ФГБОУ ВО «Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького» № 2 (62) (2023): Журнал психиатрии и медицинской психологии.
2. Вербицкий Г.И. Применение элементов психологической подготовки при изучении тактики общевойскового боя // материалы Республиканской научно-технической конференции (в рамках 76-й научно-технической конференции профессорско-преподавательского состава, научных работников, докторантов и аспирантов БНТУ), 27 апреля 2023 г. / редкол.: А. А. Почебыт и др.; сост. И. Б. Шеденкова. — Минск: БНТУ, 2023. — С. 356-360.
3. Радев Емилиан, Визева Мая, Горанова Радка. Социальная поддержка — полезное средство для преодоления стресса // Вестник Восточно-Сибирской открытой академии.
4. Капцов А.В. Жизненные ценности как детерминанты морфологии и силы мотива в структуре личности // Известия Самарского научного центра РАН: Актуальные проблемы психологии. Самарский регион. — Самара: Изд-во СНЦ РАН, 2002. — С. 137-143.
5. Ищенко М. М., Черкалина А. Групповая сплоченность как важнейшая характеристика группы и ее организационного поведения // Мировые цивилизации — 2022. — Т.7. — №3.
6. Мандрыкина Л.В. Культурно-этнические особенности переживания чувашского этноса в экстремальной ситуации // Электронный научный журнал «Дневник науки». — 2022. — № 3.
7. Меджидова К.О. Мотивация как предмет научных исследований // Психология и психотехника. — 2012. — Т. 4(43). — С. 44-45.
8. Пырьев Е. А. Мотивационная функция эмоций // Вестник практической психологии образования 2019. Том 16. № 3. С. 83–93.
9. Рассказова Е.И. разработка русскоязычной версии опросника когнитивной регуляции эмоций/Е.И.Рассказова, А.Н. Леонова, И.В. Плужников // Вестник Московского университета. Сер.14, Психология.-2011.-№4.-С.161-179.
10. Соколовский А.С., Иволгина О.И. Психологическая подготовка военнослужащих к условиям высокointенсивного общевойскового боя // 61-я научная конференция аспирантов, магистрантов и студентов БГУИР. — Минск, 2025. — С. 59.
11. Шадрина И.В., Дедова К.Н. Факторы риска суицидального поведения у больных с посттравматическим стрессовым расстройством (участников современных локальных войн) // научно-практический журнал Суицидология, №3 2011, стр. 46-47.
12. Шляхта Д.А. Проблемы комплексного изучения активности личности в психологии // Сборник научно-практической конференции Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения/Витебск, 29–30 октября 2015 года, С 43-46.
13. Шутова Н. В., Смоловик О. В. Анализ психологических подходов к проблеме мотивации личности // Нижегородский психологический альманах.–2015.–№1.
14. Robert H. Pietrzak, Barbara L. Pitts, Ian Harpaz-Rotem, Steven M. Southwick, Julia M. Whealin. Факторы, защищающие ветеранов боевых действий от появления мыслей о суициде (пер. Чумаков Е.Н. к.м.н, 2017).