

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сурат Лев Игоревич

Должность: Ректор

Дата подписания: 24.08.2026 12:32:46

Уникальный программный ключ:

90e61d348f2245de456b514887350a9d89d73c851b3f5160a03a9ef20fb4800



НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор
НОЧУ ВО «Московский
Институт психоанализа»

_____ А.А. Демидов
«__» _____ 2026 года

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ
ПРОГРАММАМ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ – ПРОГРАММАМ МАГИСТРАТУРЫ**

Направление подготовки
37.04.01 – Психология

Профиль
«Практическая психология и коучинг»

Квалификация (степень)
«Магистр»

Форма обучения
Очная, очно-заочная

Москва
2026

1. ТРЕБОВАНИЯ К СТРУКТУРЕ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

1.1 Объем выпускной квалификационной работы (далее по тексту – ВКР) – от 60 до 80 страниц (без приложений). ВКР состоит обычно из двух глав – обзорно-теоретической и эмпирической (экспериментальной). Приблизительное соотношение глав – 40/60.

Допускаются три главы, если проводится объемное эмпирическое/экспериментальное исследование, где может быть представлена программа тренинга, коррекционно-развивающей работы, описание психологических консультаций и т.д.

1.2. ВКР включает в себя:

- титульный лист;
- содержание;
- введение (5-6 страниц);
- основную часть: глава 1 – 15-25 страниц; глава 2 – 25-35 страниц;
- выводы (по пунктам) – 2-3 страницы;
- заключение (2-3 страницы);
- список литературы (5-7 страниц);
- приложения.

Титульный лист является первым листом ВКР и оформляется по установленной форме (см. Приложение 1). Титульный лист содержит название темы ВКР в том виде, в каком оно утверждено приказом ректора института. Не допускается использовать в теме ВКР, а также в наименовании глав и параграфов сокращение слов или аббревиатуры. Готовый титульный лист предоставляется отделом ГИА перед прошивкой работы.

В содержании представлены все названия глав и параграфов ВКР, указываются страницы, с которых они начинаются. Заголовки содержания должны точно повторять заголовки в тексте. Сокращать или давать их в другой формулировке, последовательности и соподчиненности по сравнению с заголовками в тексте недопустимо. Названия глав, а также Введение, Выводы, Заключение, Список литературы и Приложения пишутся прописными буквами.

Заголовки одинаковых ступеней рубрикации необходимо располагать друг над другом. Последнее слово каждого заголовка соединяют отточием с соответствующим ему номером страницы в правом столбце содержания (см. пример оформления в Приложении 2).

1.3. Введение должно содержать следующие основные положения:

- актуальность темы исследования, в том числе методологическая основа исследования;
- проблема исследования;
- теоретические подходы и концепции к изучаемой проблеме исследования;
- объект и предмет исследования;
- цель и задачи исследования;
- гипотеза (гипотезы) исследования;
- методы и методики исследования;
- эмпирическая/экспериментальная база исследования;
- характеристика выборки исследования;
- теоретическая и практическая значимость результатов исследования; апробация и внедрение результатов исследования (если имеется).

Введение должно начинаться с обоснования *актуальности* выбранной темы. Актуальность отражает необходимость и своевременность решения исследуемой проблемы для дальнейшего развития теории и практики конкретной области психологии, характеризует противоречия, которые возникают между общественными потребностями (спросом на научные идеи и практические рекомендации) и наличными средствами их удовлетворения, которые могут дать наука и практика в настоящее время. Текст актуальности занимает не более 1 страницы.

Необходимым пунктом введения является формулирование *проблемы исследования*, под которой понимается объективное затруднение, противоречие, которое возникает в науке и практике. В научном исследовании сущность проблемы составляет противоречие между фактами и их теоретическим осмыслением. В ВКР проблема, как правило, также выражает основное противоречие, которое будет разрешаться автором в ходе исследования.

Теоретические подходы и концепции к изучаемой проблеме исследования – это теоретические воззрения, которые представлены в научной литературе и имеют под собой теоретическое и/или эмпирическое обоснование. В случае, если в тексте ВКР речь идет о возрастных особенностях, необходимо указать на чью периодизацию опирается. Перечислить авторов необходимо в алфавитном порядке с названием концепции или подхода.

Обязательным требованием является обоснованное обозначение *объекта и предмета исследования*. Их выделение осуществляется на основе анализа литературы, состояния практики и формулировки проблемы исследования.

Объект исследования – часть объективной реальности (это сфера психической деятельности, явление, процесс, феномен), с которой непосредственно взаимодействует субъект (исследователь). В качестве *объекта исследования* выступают связи, отношения, свойства реального объекта, которые включены в процесс познания.

Предмет исследования – определенное психологическое содержание или характеристики объекта: психические процессы, состояния или свойства людей и групп; функции и характеристики отдельных психических явлений, связи между ними и их влияние друг на друга. В предмете исследования фиксируется то свойство или отношение в объекте, которое в данном случае подлежит глубокому специальному изучению. Объект и предмет исследования как категория научного процесса соотносятся между собой как общее и частное.

Цель исследования выражает путь решения проблемы и те конечные результаты, которые при этом должны быть получены. Цель исследования – это общая формулировка конечного результата, который предполагается получить при выполнении ВКР. Цель исследования состоит в решении заявленной научной проблемы. *Цель исследования*, таким образом – это формулировка намерения исследовать какую-то проблему, предполагаемый результат.

В соответствии с объектом, предметом и целью определяются *задачи исследования*. *Задачи* – это последовательные шаги, которые обеспечивают достижение поставленной цели и конкретизируют ее. Задачи должны быть взаимосвязаны и отражать общий путь достижения цели. Обычно их формулировка начинается со слов: изучить, описать, установить, выявить, вывести, разработать, проверить и т.п. Формулировку задач необходимо делать как можно более тщательно, поскольку описание их решения должно составить содержание глав ВКР. *Задачи исследования* очерчивают рамки исследования. Задачи формулируются отдельно по теоретическому исследованию и разработке и проведению эмпирического (экспериментального) исследования со следующими подзаголовками: теоретические задачи, методические задачи, эмпирические задачи. Задачи исследования должны нумероваться, количество задач не менее 5.

Методологические основания исследования представляют собой систему научных принципов, подходов, концепций и теоретических положений, определяющих логику исследования, выбор методов получения и анализа данных, а также интерпретацию результатов. Методологические основания должны быть согласованы с объектом, предметом, целью, задачами исследования, его теоретической базой и используемыми методами.

Методы исследования должны согласовываться с изучаемым явлением, соответствовать ему. Необходимо перечислить библиографические, эмпирические, статистические и иные методы, используемые в исследовании. Для каждого этапа

исследования продумывается такая совокупность методов, которая обеспечивает полное и правильное решение поставленных задач.

Методики исследования перечисляются в той последовательности, в которой они используются в исследовании, с обязательным указанием авторов, года создания и литературных источников. Если методика или тест являются переводом с иностранного источника, то указывается адаптация или модификация данной методики, с обязательным уточнением авторов и года создания адаптации или модификации. Обязательно указать методы математической статистики, с помощью какого коэффициента корреляции или различий (или другого математико-статистического метода) проверялась значимость результатов.

Гипотеза исследования – это совокупность предположений, допущений, которые уточняют путь достижения цели (обоснованное предположение о той или иной взаимосвязи объекта и предмета исследования). Истинность предположений, которые составляют гипотезу, подлежит проверке, поскольку они могут быть как истинными, так и ложными, ошибочными. Поэтому дальнейшее исследование выстраивается так, чтобы проверить, подтвердить или опровергнуть истинность каждого положения гипотезы. Гипотеза должна быть достаточно простой и проверяемой на уровне математико-статистического анализа.

Автор ВКР вправе использовать в ней:

- опубликованные авторами в профессиональных изданиях методики, распространяемые в некоммерческом режиме, при условии их соответствия профессиональным критериям;
- методики, распространяемые в коммерческом (закрытом профессиональном) режиме, при условии их соответствия профессиональным критериям и наличия лицензии на их использование (индивидуальной, либо коллективной), либо другого документа, подтверждающего право использования (письмо, в том числе электронное, от правообладателя с разрешением на бесплатное некоммерческое использование в рамках образовательного учреждения). Копии соответствующих документов включаются в приложения к ВКР;
- неопубликованные методики, соответствующие профессиональным критериям, предоставленные автором методики для использования в научных целях по запросу автора ВКР, его руководителя и (или) учебного учреждения; в этом случае от магистранта требуется осветить в ВКР более подробно данные о соответствии такой неопубликованной методики профессиональным критериям;
- соответствующие профессиональным критериям методики, переданные магистранту руководителем или другими лицами, имеющими право на использование методики, которые в этом случае несут всю ответственность за возможные ошибки или злоупотребления при ее применении;
- методики, разработанные самим автором ВКР или его руководителем, при условии их соответствия профессиональным критериям.

Не допускается:

- использование «тестов», правила подсчета баллов в которых не основываются на какой-либо эмпирической проверке;
- использование методик неустановленного происхождения и авторства;
- использование методик, не адаптированных на российской популяции;
- использование методик, в отношении которых не установлено их соответствие профессиональным критериям (в том числе применительно к русскоязычной версии);
- использование методик, на применение которых требуется лицензия или разрешение, без получения такой лицензии или разрешения;
- использование методик, опубликованных в массовых популярных изданиях или на популярных интернет-сайтах.

Описание методики должно сопровождаться ссылкой на публикацию, соответствующей библиографическим требованиям, в том числе для электронных научных публикаций необходимо использовать ГОСТ Р 7.0.108-2022, проверяя при этом, чтобы электронное издание было зарегистрировано в Информрегистре (<http://infoereg.ru>).

В *базе исследования* указывается организация/ учреждение/ предприятие, в котором проводилось исследование. Если исследование проводится по запросу организации/ учреждения/ предприятия, то магистрантом в приложении предоставляется заявка от администрации организации/ учреждения/ предприятия на проведение исследования с подписью руководителя и печатью.

Допускается проведение исследования в сети Интернет с применением Yandex Forms.

Характеристика выборки предполагает подробное представление респондентов (исследуемых) с обязательным перечислением основных социально-демографических данных (количество, возраст, пол, семейное положение, социальный статус, характер отношений, профессия и т.д.), необходимых для представления темы исследования. Общее количество человек в выборке должно быть не менее 50 при проведении эмпирического исследования. При этом, при разделении общей выборки на группы, в каждой группе должно быть минимум 30 человек. Группы должны быть относительно равноценные по полу, возрасту, демографическим характеристикам и т.д. В зависимости от специфичности группы респондентов, а также дизайна исследования, объем выборки согласовывается с руководителем ВКР и выпускающей кафедрой.

Теоретическая значимость исследования необходима для доказательства значимости труда на конкретных примерах и объяснения причины необходимости поиска решений по устранению научной проблемы. Задача теоретической значимости — доказать, что авторские решения помогут изменить (расширить, устранить) несостоятельность рассматриваемого вопроса в сторону улучшения. Функциями теоретической значимости являются: всестороннее освещение научной проблемы с целью поиска новых решений, методов и подходов; аргументированное подтверждение сформулированной научной гипотезы; методологический подход к решению поставленного вопроса.

Практическая значимость исследования указывает на изменения, которые произошли или могут быть достигнуты в результате внедрения полученных результатов в практику работы специалистов.

В *апробации и внедрении результатов исследования (если имеются)* указывается, где и в какой форме проводилась апробация и внедрение результатов ВКР с предоставлением соответствующих справок о внедрении, данные об участии в конференциях, выступлениях и т.д., данные авторских публикаций по теме ВКР. (При наличии. *Образец справки о внедрении см. в Приложении 3*).

1.4. *Содержание основной части* определяется целями и задачами работы и делится на главы и параграфы. Названия глав и параграфов не могут дублировать название ВКР или друг друга. Количество глав зависит от характера ВКР, но в ней не может быть менее двух глав: обзорно-теоретической и эмпирической (экспериментальной) или консультативной. Допускается написание в ВКР трех глав, где две из них могут быть теоретическими, одна эмпирической/экспериментальной, или одна теоретическая, одна эмпирическая, одна коррекционная, развивающая, тренинговая и т.д.

Каждая глава имеет свое название. Названия глав должны быть предельно краткими, четкими, точно отражать их основное содержание. Между главами должна быть органическая внутренняя связь, материал внутри глав должен излагаться в четкой логической последовательности, в соответствии с содержанием и последовательностью сформулированных задач.

Обязательным условием представления и описания полученных результатов в эмпирической (экспериментальной) главе ВКР является использование количественных, качественных и интерпретационных методов обработки полученных данных.

Количественные методы включают в себя методы первичной обработки данных (табулирование, построение диаграмм, гистограмм, полигонов и кривых распределения) и методы вторичной обработки данных (статистический анализ итогов первичной обработки данных с помощью корреляционного анализа, дисперсионного анализа, регрессионного анализа, факторного анализа, таксономического (кластерного) анализа и шкалирования, сравнительного анализа).

Качественные методы обработки данных включают в себя такие приемы, как классификация, типологизация, систематизация, периодизация, анализ протоколов, сочинений и дневниковых записей, описание отдельного случая.

Интерпретационные методы (генетический, структурный, функциональный, комплексный, системный, проективный).

Описание результатов должно быть не по методикам, а по выдвинутым во введении ВКР гипотезам.

Отдельным параграфом выносятся *практические рекомендации* по улучшению качества жизни респондентов, рекомендации должны носить прикладной характер и быть достаточно конкретными.

Последняя глава ВКР заканчивается выводами. В выводах дается краткое подведение итогов, с опорой на сформулированные гипотезы, описание основных результатов работы с использованием значимых статистических результатов. Выводы обязательно нумеруются, обычно формулируется 5-8 выводов по работе.

1.5. Заключение должно быть прямо связано с целями и задачами исследования, которые были сформулированы во введении. В заключении обобщаются достигнутые результаты, делаются выводы о возможностях решить исследовательскую или практическую проблему, делается вывод о подтверждении/опровержении гипотезы, обозначаются перспективы дальнейшего исследования данной темы.

Заключение не должно подменяться механическим суммированием выводов по главам, а должно содержать то новое, существенное, что составляет итоговые результаты исследования. Предполагается также наличие обобщенной итоговой оценки проделанной работы.

1.6. Список литературы отражает самостоятельную творческую работу студента. В списке приводится полный перечень использованных при написании работы монографий, учебных пособий, хрестоматий, статей и сборников, а также справочной литературы и интернет-ресурсов, включая зарубежные источники. Рекомендовано в большей степени использовать источники не старше последних 10 лет, исключения составляет литература, которая является важной для исследования, но не переиздававшаяся. Включение в список литературы ресурсов, на которые в тексте работы не дается явной ссылки, не допускается, (см. пример оформления списка литературы в Приложении 4).

1.7. Приложения являются обязательной частью ВКР. Страницы с приложениями не включаются в общий объем работы и имеют самостоятельную нумерацию. Приложения включают в себя сводные таблицы с «сырыми» результатами, таблицы с социально-демографическими характеристиками респондентов, перечисление шкал методик с обязательным указанием их названия и автора, образцы анкет, образцы протоколов, иллюстративный материал, описание коррекционной программы, кейса и т.д. (см. пример оформления в Приложении 5).

1.8. Введение, Глава 1, Глава 2, Выводы, Заключение, Список литературы, Приложения начинаются с новой страницы.

2. ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ИЗЛОЖЕНИЮ ТЕКСТА

2.1. Язык и стиль ВКР как часть письменной научной речи сложились под влиянием академического этикета, суть которого заключается в интерпретации собственной и

привлекаемых точек зрения с целью обоснования научной истины. Для научного текста характерна смысловая законченность, целостность и связность.

2.2. Важнейшим средством выражения логических связей являются специальные функционально-синтаксические средства, указывающие на последовательность развития мысли (*в начале, прежде всего, затем, во-первых, во-вторых, значит, итак, и др.*). Противоречивые отношения обозначаются, иными словами, и словосочетаниями: *однако, между тем, в то время как, тем не менее.*

2.3. Причинно-следственные отношения выражаются оборотами: *следовательно, поэтому, благодаря этому, сообразно с этим, вследствие этого, кроме того, к тому же.*

2.4. Переход от одной мысли к другой осуществляется благодаря словосочетаниям: *прежде чем перейти к... обратимся к..., рассмотрим, остановимся на... необходимо рассмотреть.*

2.5. Итог, вывод определяется словами и словосочетаниями: *итак, таким образом, резюмируя, в заключении отметим, все сказанное позволяет сделать вывод, подводя итог, следует сказать.*

2.6. Научный текст характеризуется тем, что в него включаются только точные, полученные в результате длительных наблюдений и научных экспериментов сведения и факты. Это обуславливает точность их словесного выражения и использование специальной терминологии.

2.7. Благодаря специальным терминам достигается возможность в краткой и экономной форме давать развернутые определения и характеристики научных фактов, понятий, процессов, явлений. Следует твердо помнить, что научный термин не просто слово, а выражение сущности данного явления. Следовательно, нужно с большим вниманием выбирать научные термины и определения. Нельзя произвольно смешивать в одном тексте различную терминологию, так как каждая наука имеет свою, присущую только ей, терминологическую систему.

2.8. Письменная научная речь имеет и чисто стилистические особенности. Ее основная стилевая черта — объективность изложения, которая вытекает из специфики научного познания, стремящегося установить научную истину. Объективность изложения реализуется в тексте научных работ благодаря вводным словам и словосочетаниям, указывающим на степень достоверности сообщения: *конечно, разумеется, действительно, видимо, надо полагать, возможно, вероятно.*

2.9. Поскольку стиль письменной научной речи – безличный монолог, то изложение обычно ведется от третьего лица, а внимание сосредоточено не на субъекте, а на содержании и логической последовательности сообщения. Авторское «я» как бы отступает на второй план.

2.10. Выражение авторства через местоимение «мы» позволяет отразить свое мнение как мнение определенной группы людей, научной школы или научного направления.

2.11. Однако чрезмерное употребление местоимения «мы» производит малоприятное впечатление. Поэтому следует прибегать к конструкциям, исключающим употребление этого местоимения, например: неопределенно-личные предложения (*«Вначале..., а затем...»*); изложение от третьего лица (*«Автор полагает...»*); предложения со страдательным залогом (*«Разработан комплексный подход к исследованию...»*)

2.12. Качествами, определяющими культуру научной речи, являются точность, ясность и краткость.

2.13. Смысловая точность – одно из главных условий, обеспечивающих научную и практическую ценность заключенной в ВКР информации. Неправильно выбранное слово может существенно исказить смысл написанного, дать возможность двоякого толкования той или иной фразы, а иногда и всего текста в целом.

2.14. Лексические ошибки лишают научную речь точности и ясности. Следует добиваться точности словоупотребления, избегая слов, искажающих смысл работы. Это,

прежде всего, канцелярские слова, злоупотребление иностранными словами. Часто имеет место и элементарное незнание смысла слова.

2.15. Ясность – это умение писать доступно и доходчиво. Во многих случаях нарушение ясности изложения вызывается стремлением авторов придать своему труду видимость научности. Отсюда и совершенно ненужное наукообразие, когда простым, всем хорошо знакомым предметам дают усложненные названия.

2.16. Нередко доступность и доходчивость называют простотой. Однако нельзя отождествлять простоту с общедоступностью научного языка. Главное при языково-стилистическом оформлении текста в том, чтобы его содержание по форме своего изложения было доступно тому кругу ученых, на которых такие работы рассчитаны.

2.17. Краткость – необходимое и обязательное качество научной речи, более всего определяющее ее культуру. Это умение избегать ненужных повторов, излишней детализации. Каждое слово и выражение служит здесь той цели, чтобы не только точнее, но и короче донести суть дела. Поэтому слова и словосочетания, не несущие никакой «смысловой нагрузки, должны быть полностью исключены из текста диссертации.

2.18. Краткость достигается благодаря различным сокращениям слов и словосочетаний, замене часто повторяющихся терминов аббревиатурами и т.п.

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ТЕКСТА ВКР

3.1. Полностью готовая ВКР предоставляется в отдел ГИА в 2 экземплярах. После успешной защиты ВКР один экземпляр возвращается студенту, второй – сдается сотрудником отдела ГИА в архив НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа».

3.2. Текст печатается на стандартной бумаге формата А4 с одной стороны и выравнивается по ширине страницы. Текст на листе располагается в книжной ориентации. Не допускается деление слов на слоги в тексте ВКР.

3.3. Шрифт Times New Roman, цвет шрифта – черный, размер шрифта – 13, интервал – 1,5;

3.4. Размер полей: верхнего и нижнего – 20 мм, правого – 15 мм, левого – 30 мм.

3.5. Страницы нумеруются арабскими цифрами с соблюдением сквозной нумерации по всему тексту. Титульный лист не нумеруется, но включается в общую нумерацию страниц. Нумерация проставляется со 2 страницы (содержание) указанием цифры 2. Номер страницы проставляется в правом нижнем углу страницы без точки.

3.6. Наименования всех структурных элементов ВКР печатается в виде заголовков заглавными буквами по центру страницы с полужирным выделением. Если наименование располагается на несколько строк, то межстрочный интервал составляет – 1. Точка в конце заголовка не ставятся.

3.7. В случае использования в работе цитат, отрывков из работ других авторов, необходимо использовать кавычки, после которых в квадратных скобках указывается фамилия автора источника из списка литературы с указанием года и страницы: (Андреева, 1980, с. 15). Ссылки в обязательном порядке делаются: при цитировании отдельных положений, таблиц, графиков, иллюстраций, методик; при анализе в тексте статьи, монографии, опубликованных трудов других авторов. Подстрочные ссылки не используются.

3.8. Приложения не включаются в общую нумерацию страниц текста ВКР. Нумерация страниц в приложениях начинается с первой страницы. Шрифт Times New Roman, размер шрифта – 12, через 1 интервал. Таблицы с «сырыми» результатами по всей выборке должны быть расположены в приложении с соответствующими названиями и необходимыми пояснениями. В приложении слово «таблица» не пишется. В приложении допускается альбомная ориентация только для таблиц, рисунков, схем.

4. ОФОРМЛЕНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ФРАГМЕНТОВ ТЕКСТА ВКР

4.1. Запись количественных числительных:

- однозначные количественные числительные, если при них нет единиц измерения, пишутся словами (десять человек, на десяти инструментах и т.д.); числа с сокращенным обозначением единиц измерения пишутся цифрами;
- при перечислении однородных чисел сокращенное обозначение единиц измерения ставится после последней цифры;
- количественные имена числительные согласуются с именами существительными во всех падежах, кроме форм именительного и винительного падежей. Количественные числительные при записи арабскими цифрами, если они сопровождаются существительными, не имеют падежного окончания (на 25 страницах и т.д.);

4.2. Запись порядковых числительных:

- порядковые числительные, входящие в состав сложных слов, пишутся цифрами (35-летний человек и т.д.);
- порядковые числительные при записи арабскими цифрами имеют падежные окончания: одну букву, если оканчиваются на две согласные, на «й» и на согласную букву (2-я, 20-й, 30-х, в 60-м году и т.д.); две буквы, если оканчиваются на согласную и гласную буквы (10-го класса и т.д.);
- при перечислении нескольких порядковых числительных падежное окончание ставится один раз (1 и 2-го классов и т.д.);
- порядковые числительные, обозначенные арабскими цифрами, не имеют падежных окончаний, если стоят после существительного (гл. 3, на рис. 5, в табл. 7 и т.д.);
- порядковые числительные при записи римскими цифрами для обозначения порядковых номеров столетий, кварталов, съездов падежных окончаний не имеют (XX век, II квартал и т.д.);

4.3. Запись сокращений:

- буквенная аббревиатура составляется из первых букв полных наименований (США, вуз и т.д.). Первое упоминание аббревиатуры, вводимое автором, указывается в круглых скобках, после полного наименования;
- условные графические сокращения пишутся с точками на месте сокращения (т.е., пр., др., г., гг., и т.д.). Не допускаются сокращения «так называемый», «так как», «например».

4.4. Запись цитат:

- текст цитаты заключается в кавычки и начинается с прописной буквы;
- при цитировании каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник, библиографическое описание которого должно проводиться в соответствии с требованиями библиографических стандартов;
- если цитата воспроизводит только часть предложения цитируемого текста, то после открывающих кавычек ставят отточие (<...>).

Примеры оформления цитат

Как отмечает ГМ. Андреева, «критическая позиция европейских авторов относительно состояния социальной психологии “на финише” XX столетия в значительной степени связывала ее недостатки именно с просчетами методологического характера, отмеченными прежде всего в американской традиции» (Андреева, 1980, с. 17).

«В самом общем виде, – пишет, например, Е.М. Дубовская, – можно, наверное, говорить о возможных личностных проблемах, связанных с нарушением временной перспективы (“жизнь в прошлом”), с усилением тревожности, деструкции социальной идентичности, путаностью и противоположностью индивидуальных норм и ценностей <...>» (Дубовская, 2001, с. 153).

И.Б. Бовина считает, что «социально-психологической теорией, предлагающей подход к объяснению проблем здоровья и болезни, является теория социального сравнения Л. Фестингера» (Бовина, 2008, с. 250).

4.5. Запись ссылок:

- ссылки в тексте на номер рисунка, таблицы, страницы, главы пишутся сокращенно без значка «№» (см. Рис. 5, Табл. 2 и т.д.)
- если по тексту ссылаются на автора, то необходимо в круглых скобках указать фамилии авторов источника из списка литературы и год издания через запятую;
- Если авторов четыре и более, то в ссылке указывается фамилия первого автора, вместо фамилий последующих авторов ставится «и др.» (для описаний на русском языке), «et al.» (для описаний на английском языке) и год через запятую.

Примеры:

В когнитивных подходах (Enyedy et al., 2015) феномен присутствия рассматривается в контексте когнитивной перегрузки, поскольку смешанная реальность требует от человека обработки большого количества информации от разных технических устройств и цифровых сред.

В мотивационных подходах изучается как смешанная среда стимулирует мотивацию субъектов при решении разного рода задач, повышая уровень внимания и создавая положительное подкрепление (Di Serio et al., 2013).

- ссылку в тексте на отдельный раздел работы заключают в круглые скобки с указанием страницы (см. с. 58);
- если авторы источника не указаны, то в отсылке приводится заглавие источника и год через запятую, при необходимости указываются страницы. Заглавия, содержащие до пяти слов, приводятся полностью. Для длинных заглавий рекомендуется сокращение до трех слов с учетом смыслообразования;
- в случае одновременного упоминания нескольких источников отсылка на них заключается в единые круглые скобки, между сведениями об источниках ставится точка с запятой. Источники в отсылке перечисляются в алфавитном порядке. Рекомендуемое количество источников не должно превышать пяти;
- если в списке источников встречаются работы авторов с одинаковой фамилией, опубликованные в одном и том же году, то в библиографической ссылке к году публикации добавляется буквенный символ (без пробела) для рукописей на русском языке – а, б, в, г..., для рукописей на английском языке – a, b, c, d.... В ссылке в тексте также указывается соответствующий буквенный символ после года.

Примеры оформления внутритекстовых ссылок на источники

Произведение одного автора	(Выготский, 1934). (Гальперин, 2023, с. 12). (Vygotsky, 1934). (Galperin, 2023, p. 12).
Произведение двух, трёх авторов	(Иванов, Смирнов, 2023). (Ivanov, Smirnov, 2023). (Иванов, Смирнов, Петров, 2023). (Ivanov, Smirnov, Petrov, 2023).
Произведение четырех и более авторов	(Петров и др., 2023). (Petrov et al., 2023).
Без указания авторства	Сетевой анализ взаимосвязи..., 2021). (Талантливые дети, 2022). (Evidence on the Interplay ..., 2021). (Education Indicator in Focus, 2016).

Ссылка на несколько источников	(Гальперин, 2023; Обухова, 2022) или (Galperin, 2023; Obukhova, 2022).
При наличии у автора нескольких работ одного года	(Смирнов, 2023а; Егоров, 2022б). (Smith, 2023а; McCormack, 2022b).

4.6. Оформление таблиц:

- заголовок каждой таблицы должен быть кратким и отражать основное ее содержание; при переносе названия таблицы на вторую строку – межстрочный интервал составляет – 1;
- основные заголовки в таблице пишутся с заглавной буквы полужирным шрифтом и располагают посередине страницы;
- подчиненные заголовки пишутся со строчной буквы;
- в тексте ВКР таблицы нумеруются арабскими цифрами, нал правым верхним углом таблицы помещается надпись «Таблица» с указанием порядкового номера, выделенная курсивом (Таблица 5 и т.д.);
- в приложении к ВКР таблицы нумеруются и имеют название и описание информации;
- при переносе таблицы на следующую страницу шапка таблицы повторяется и над ней помещается надпись «Продолжение таблицы» с указанием номера;
- перенос названия таблицы на следующую страницу не допускается.

Примеры оформления таблиц

Таблица 1

Соотношение социометрических статусов и гендерных различий младших школьников

Социометрический статус	Мальчики		Девочки	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Лидер	5	71%	2	29%
Предпочитаемый	4	57%	3	43%
Пренебрегаемый	6	40%	9	60%
Изолированный	-	-	1	100%

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа взаимосвязи различных видов мотивации карьерных ориентаций у респондентов

	Профессиональная компетентность	Менеджмент	Автономия	Стабильность	Служение	Вызов	Интеграция стилей жизни	Предпринимательство
Мотивация достижения успеха	0,59*	0,29	0,00	-0,30	-0,01	-0,21	0,22	-0,19
Мотивация избегания неудач	-0,20	-0,26	0,04	0,53*	0,04	0,31	-0,22	0,23
Стремление к принятию	-0,21	-0,15	0,18	0,13	0,11	0,15	-0,13	0,30
Страх отвержения	-0,08	0,15	0,15	-0,14	0,12	-0,14	-0,06	0,21
На себя	-0,19	-0,02	-0,22	-0,20	-0,43*	-0,23	-0,05	0,01
На общение	-0,25	-0,49*	-0,07	0,02	0,24	0,28	-0,21	0,22

Примечание: * $p < 0,05$

Таблица 3

Характерные для респондентов стили межличностного поведения (% человек)

	Стили межличностного поведения (октанты)							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
До 8 баллов	86	90	84	87	100	97	83	74
От 9 до 12 баллов	7	7	13	10	0	3	17	23
Более 12 баллов	7	3	3	3	0	0	0	3
Итого	100	100	100	100	100	100	100	100

Условные обозначения: I-Властный-лидирующий; II-Независимый-доминирующий; III - Прямолинейный-агрессивный; IV - Недоверчивый-скептический; V - Покорный-застенчивый; VI - Зависимый-послушный; VII - Сотрудничающий-конвенциональный; VIII - Ответственный-великодушный.

4.7. Оформление иллюстративного материала (рисунка, схемы, фотографии, диаграммы, графика):

- подпись под иллюстрацией включает: наименование – обозначаемое сокращенным словом «Рис.»; порядковый номер – записывается арабскими цифрами; тематический заголовок в краткой форме; подпись выделяется полужирным шрифтом;
- график должен содержать ряд вспомогательных элементов: словесное пояснение смысла отдельных элементов графика, оси координат, шкалу с масштабами и числовые сетки; числовые данные;
- перенос названия рисунка на следующую страницу не допускается;
- при оформлении графиков с помощью Excel лучше использовать узорную заливку для более четкой визуализации.

Примеры оформления графиков

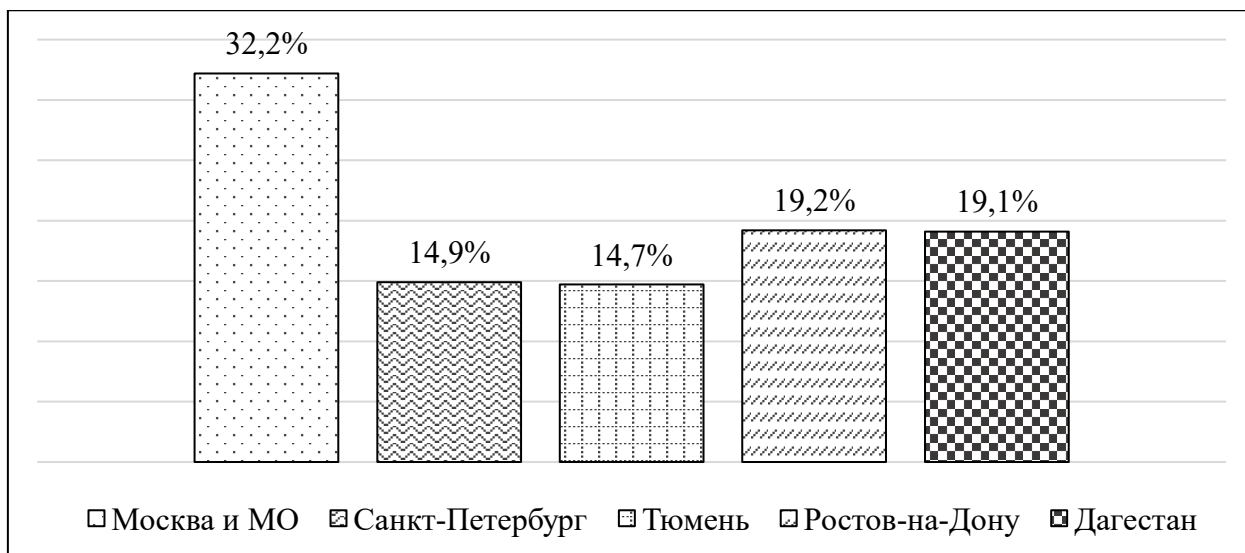


Рис. 1 Распределение выборки исследования по регионам РФ

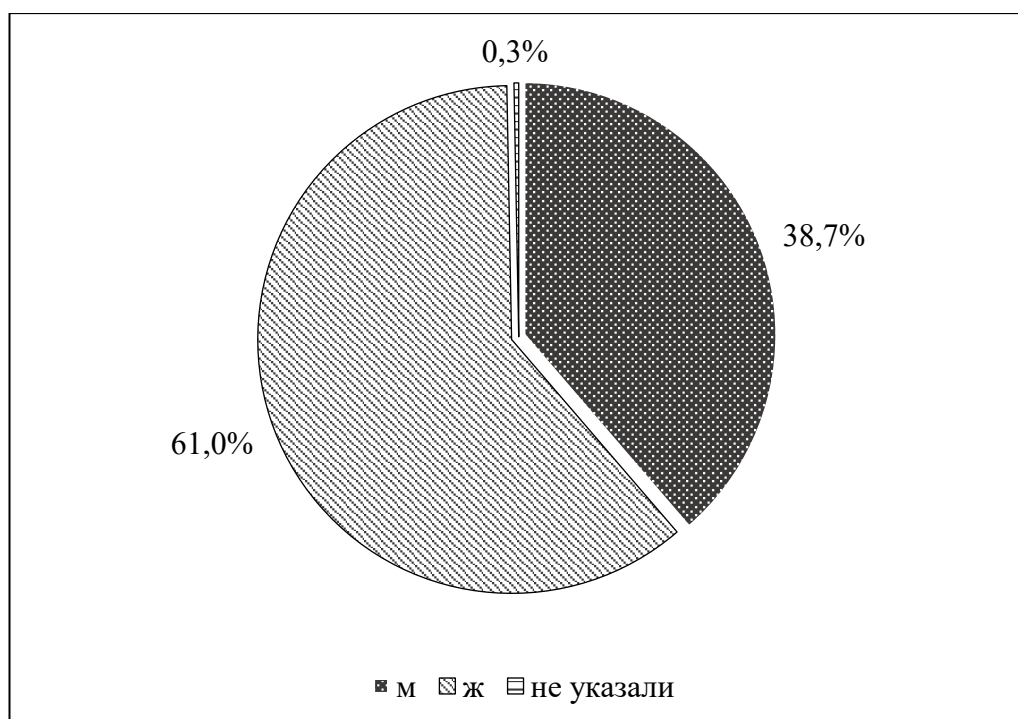


Рис. 2 Распределение выборки исследования по полу

5. ПРАВИЛА ЗАПИСИ СОКРАЩЕННЫХ СЛОВ

5.1. В научном тексте встречаются авторские сокращения и общепринятые сокращения. Авторские сокращения (аббревиатуры или условные графические сокращения) вводятся авторами работы для сокращенного обозначения часто употребляющегося в работе понятия.

5.2. При первом упоминания в тексте такие сокращения приводятся в круглых скобках после полного наименования, в дальнейшем они употребляются в тексте без расшифровки. Например: Профессионально-важные качества (далее по тексту – ПВК) ‘психолога имеют определяющие значение для его профессиональной деятельности.

Общепринятые сокращения

Допускаются сокращения слов	Не допускаются сокращения слов
т.е. (то есть) и т.д. (в конце предложения) и т.п. (в конце предложения) и др. (в конце предложения) и пр. (в конце предложения) ст. ст. (старого стиля) н.э. (новой эры) обл. (область) акад. (академик) доц. (доцент) д-р (доктор) проф. (профессор)	так называемый и т.д. (в середине предложения) и т.п. (в середине предложения) и др. (в середине предложения) и пр. (в середине предложения) так как например около формула уравнение диаметр

Широко применяются также следующие виды сокращений:

Ссылки на иллюстрации таблицы и части текста (с указанием номера):

гл. – глава	см. – смотрите
п. – пункт	ср. – сравните
подп. – подпункт	ил. – иллюстрация
пп. – пункты	кн. – книга
рис. – рисунок	л. – лист
разд. – раздел	

Ссылки на источники информации:

цит. по (цитируется по...)	см., в частности
см. также	указ. соч. (казанное сочинение)
цит. соч. (цитируемое сочинение)	цит. по кн.
см. об этом	цит. по ст.
см., например,	

Различные обозначения (при цифрах):

год, годы – г., гг.	век, века – в., вв.
миллиард – млрд.	таблица – табл.
миллион – млн.	том – т.
тысяча – тыс.	часть – ч.
квартал – кв.	страница – с.

Буквенные аббревиатуры (в качестве примеров):

РФ – Российская Федерация
 РАН – Российская Академия наук
 ГОСТ – Государственный стандарт
 МИП – Московский институт психоанализа
 ДДУ – детские дошкольные учреждения
 КОС – коммуникативно-организаторские склонности
 ПВК – профессионально-важные качества
 СДВГ – синдром дефицита внимания и гиперактивности
 ЦНС – центральная нервная система

Следует помнить, что насыщенность текста сокращенными написаниями слов снижает академический тон работы в целом, затрудняет его понимание.

6. ОФОРМЛЕНИЕ СПИСКА ЛИТЕРАТУРЫ

6.1. В ВКР используется алфавитный способ построения списка литературы: фамилии авторов располагаются в алфавитном порядке. Первыми в списке перечисляются отечественные авторы, затем зарубежные, а в конце – интернет-ресурсы. Список обязательно нумеруется (*См. пример оформления в Приложении 4*).

6.2. Библиографическое описание печатных произведений в списке литературы – совокупность библиографических сведений о произведении или его части, дающих возможность идентифицировать произведение. Предметом описания может быть книга (в целом) или совокупность нескольких книг (многотомное издание); статьи в книге, в выпуске периодического издания; диссертация; интернет-ресурсы.

6.3. Количество использованных источников должно быть не менее 60.

6.4. В списке литературы должны быть отражены все использованные в ВКР и опубликованные в бумажной или электронной форме ресурсы.

6.5. Источников за последние 5 лет должно быть не менее 50% от общего количества использованных источников.

6.6. Включение в список использованных источников и литературы ресурсов, на которые в тексте работы, но дается явной ссылки, не допускается.

6.7. Иностранные источники должны составлять не менее 30% от общего количества использованных источников.

Если использовался перевод иностранного источника, то указываются данные на русском языке. Однако если литература читалась в оригинале, потому что нет перевода на русский язык, то используется латиница.

Оформление иностранных источников осуществляется в соответствии с правилами, которые используются при библиографическом описании источников на русском языке. Все используемые элементы приводятся в переводе:

- *С., с. (страница) – P., pp.;*
- *Том – Vol.;*
- *Электронный ресурс – Electronic resource;*
- *дата обращения – retrieved at;*
- *и др. – et al.*

6.9. При оформлении интернет-источников в списке литературы ни в коем случае нельзя использовать Википедию и подобные ей ресурсы. При написании ВКР используются только научные источники, которые прошли редакцию и проверку

На что необходимо обратить внимание при оформлении списка литературы:

- Сортировка всех источников происходит в алфавитном порядке;
- Источники должны быть пронумерованы;
- Используйте для разных типов изданий и источников определённые правила. Это особенно важно при оформлении электронных и книжных версий;
- Не упускайте детали. Все библиографические данные очень важны. Поэтому нельзя указать фамилию автора без инициалов, или не написать год издания, или перепутать город издательства;
- Не забывайте указывать дату обращения на веб-сайт. Она должна быть достоверной, ведь если страницу заблокируют или удалят раньше указанной даты – вскрыется обман;
- Используйте полукоторное тире вместе дефиса. Это очень важно при оформлении.

Примеры оформления библиографического описания печатных произведений

ОДНОТОМНЫЕ ИЗДАНИЯ

Описание книги приводится в последовательности: автор(ы), заглавие книги, место издания, издатель, год издания, количество страниц.

- | | |
|--|---|
| Один автор | <i>Бахтин М.М.</i> Эстетика словесного творчества. – М.: Искусство, 1979. – 423 с. |
| От двух авторов | <i>Асмолов А.Г., Шехтер Е.Д., Черноризов А.М.</i> Преадаптация к неопределенности: непредсказуемые маршруты. – М.: Акрополь, 2018. – 212 с. |
| Авторы с редактором | <i>Левитин К.Е.</i> Личностью не рождаются / под. ред. В. В. Давыдова. – М.: Наука, 1990. – 208 с. |
| Переводные издания | <i>Майерс Д.</i> Социальная психология / Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2004. – 794 с. |
| Издания, не имеющие индивидуальных авторов | Психология самосознания. Хрестоматия. – Самара: Издательский дом «БАХАРАХ-М», 2003. – 672 с. |
| Сборник научных трудов, статей | Социальная психология: хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Сост. Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. – М.: Аспект Пресс, 2003. – 457 с. |
| Рукописи (диссертации) | <i>Дубовская Е.М.</i> Влияние лидера на сверстников в юношеских группах: дис. ... канд. психол. наук. – М., 1984. – 178 с. |
| Словари, справочники | <i>Немов Р.С.</i> Психологический словарь. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 560 с. |

МНОГОТОМНЫЕ ИЗДАНИЯ

- | | |
|-----------------|---|
| Издание в целом | <i>Выготский Л.С.</i> Собрание сочинений: в 6-ти т. – М.: Педагогика, 1983-1984. |
| Отдельный том | <i>Выготский Л.С.</i> Собрание сочинений: в 6-ти т. – Т. 3. Проблемы развития психики / под ред. А.М. Матюшкина. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с. |

СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ИЗДАНИЯ (глава, раздел, статья и т.д.)

Описание статьи приводится в последовательности: автор(ы), заглавие статьи, заглавие журнала, год, том, номер выпуска, диапазон страниц, DOI в виде гиперссылки.

- | | |
|----------------------------|---|
| Глава в книге | <i>Соловьева О.В.</i> Общение: традиционные исследования и новая проблематика // Социальная психология в современном мире: учебное пособие для вузов / Алавидзе Т.Л., Андреева Г.М., Антонюк Е.В. и др. – М.: Аспект-Пресс, 2002. – С. 61-75. |
| Из материалов конференций, | <i>Васильев В.К.</i> Лидер и исполнитель: представления о личности и внешнем облике // Ананьевские чтения – 2004. Материалы |

симпозиумов, семинаров и т.д.	научно-практической конференции 26-28 октября 2004 года. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского университета, 2004. – С. 545-547.
Статья в отечественном журнале	<i>Асмолов А.Г., Цветкова Н.А., Цветков В.А.</i> Психологическая модель интернет-зависимости личности // Мир психологии. – 2004. - №1. – С. 179-192.
Статья в зарубежном журнале	<i>Zimbardo Ph.G., Doyd J.N.</i> Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric // Journal of personality and social psychology. – 1999. – Vol. 77. – №6. – P. 1271-1288.
Из интернета	Институт научной информации по общественным наукам Российской академии наук: офиц. сайт – URL: https://www.inion.ru (дата обращения: 10.06.2026).

7. ПОРЯДОК ЭКСПЕРТИЗЫ ВКР

7.1. С целью осуществления контроля качества выполнения ВКР и подготовки обучающихся к защите, в том числе, оценки степени готовности ВКР, вынесении рекомендаций по устранению выявленных недостатков работы (при их наличии) и для принятия решения о допуске ВКР к защите, выпускающая кафедра проводит процедуру предзащиты.

7.2. Контроль проверки работы на соответствие методическим рекомендациям (проверка на нормоконтроль) осуществляется руководителем – выпускной квалификационной работы.

7.3. После успешного прохождения предзащиты студенту дается возможность на доработку в течение 7 календарных дней, после чего полностью готовая ВКР отправляется руководителем ВКР по электронной почте в отдел ГИА (gia@inpsycho.ru) на проверку в системе «Антиплагиат». Оригинальность текста должна составлять минимум 60%.

7.4. Полностью готовая ВКР прошивается в 2-х экземплярах – 1 в твердом и 1 мягком переплете (отзыв, рецензия, справка о проверке работы в системе «Антиплагиат» не прошиваются). В конце экземпляра в твердом переплете на внутренней стороне обложки наклеивается конверт, в который вкладывается электронный носитель с записанной на него ВКР (диск или флешка).

7.5. Два экземпляра прошитой ВКР предоставляются в отдел ГИ не менее чем за 10 дней до даты защиты вместе с отзывом руководителя ВКР.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1
Пример оформления титульного листа

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ ПСИХОАНАЛИЗА»

Факультет клинической психологии
Кафедра социальной психологии

Малинова Анна Владимировна

«Роль эмоционального интеллекта в разрешении межличностных конфликтов в младшем
школьном возрасте»

Выпускная квалификационная работа – МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ
по направлению подготовки 37.04.01 «Психология»
студента группы № ПМ1А25 ПГВ
Профиль «Практическая психология и коучинг»

Рецензент
кандидат психологических наук
Чигарькова С.В.

Руководитель
кандидат психологических наук
Занин Д.С.

Москва 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Установки родительской семьи и их связь с взаимоотношением супругов	7
1.1. Научные представления о современных семьях и брачных отношениях	7
1.2. Проблема «образа семьи» в современной психологии	15
1.3. Ролевые позиции в семье в зависимости от установок родительской семьи	22
Глава 2. Эмпирическое исследование влияния установок родительской семьи на взаимоотношения супругов	28
2.1. Программа эмпирического исследования	28
2.2. Результаты исследования межличностных отношений	34
2.3. Обсуждение результатов исследования	48
Выводы	56
Заключение	58
Список литературы	60
Приложения	65

СПРАВКА

об апробации результатов
выпускной квалификационной работы
студента НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»

(имя, фамилия, отчество (последнее – при наличии))

обучающегося по направлению подготовки: 37.04.01 Психология, по профилю магистерской подготовки: «Практическая психология и коучинг».

Результаты выпускной квалификационной работы на тему _____

были апробированы в образовательном / воспитательном / коррекционно-развивающем / производственном процессе

(название учреждения)

Результаты проведенного исследования и разработанные предложения:

1. _____
2. _____
3. _____

Приняты к практическому использованию

Внедрены в ходе практики (педагогической, преддипломной, производственной)

Участие в конференциях и публикациях с представлением результатов выпускной квалификационной работы

Руководитель учреждения _____

(подпись)

_____ (расшифровка подписи)

М.П. учреждения

«__» _____ 20__ г.

Список литературы

1. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений: в 6-ти т. – Т. 3. Проблемы развития психики / под ред. А.М. Матюшкина. – М.: Педагогика, 1983. – 368 с.
2. *Майерс Д.* Социальная психология / Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2004. – 794 с.
3. *Солдатова Г.У., Войскунский А.Е.* Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики. // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2021. – Том. 18. – №3. – С. 431-450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>
4. *Соловьева О.В.* Общение: традиционные исследования и новая проблематика // Социальная психология в современном мире: учебное пособие для вузов / Алавидзе Т.Л., Андреева Г.М., Антонюк Е.В. и др. – М.: Аспект-Пресс, 2002. – С. 61-75.
5. *Bente G., Schmälzle R., Jahn N.T., Schaaf A.* Measuring the effects of co-location on emotion perception in shared virtual environments: An ecological perspective. // *Frontiers in Virtual Reality*. – 2023. – Vol. 4. – Art. 1032510.
6. *Skarbez R., Brooks F.P. Jr., Whitton M.C.* A survey of presence and related concepts. // *ACM Computing Survey*. – 2017. – Vol. 50. – №6. – pp. 1-39. <https://doi.org/10.1145/3134301>
7. *Zimbardo Ph.G., Doyd J.N.* Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric // *Journal of personality and social psychology*. – 1999. – Vol. 77. – №6. – P. 1271-1288.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5
Примеры оформления приложений

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Социально-демографические характеристики респондентов

№	Возраст	Образование	Род занятий	Тип родительской семьи	Место жительства
1	26	Средне-спец.	Повар	полная	Москва
2	24	Высшее	Программист	полная	Москва
3	30	Высшее	Врач	полная	МО
4	29	Высшее	Менеджер	неполная	Москва
5	26	н/высшее	Официант	полная	Москва
6	25	Средне-спец.	Строитель	полная	МО
7	28	Высшее	Менеджер	неполная	МО

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Анкета

ФИО _____

Возраст _____ Пол _____

Укажите уровень Вашего образования:

☐ Неполное среднее ☐ Среднее ☐ Среднее специальное ☐ Высшее ☐ Неоконченное высшее

Укажите Вашу профессию (например, учитель, инженер):

Укажите Ваш текущий профессиональный статус:

☐ Не работаю ☐ Работаю неполный рабочий день ☐ Работаю полный рабочий день

Какими цифровыми устройствами с выходом в интернет Вы пользуетесь? Выберите все подходящие варианты ответа.

- ☐ Смартфон ☐ Компьютер ☐ Планшет ☐ Умная колонка ☐ Умные часы
(фитнес-трекер)
- ☐ Устройства умного дома (робот-пылесос, умные розетки и устройства освещения и т.д.)
- ☐ Другое (указать) _____

Спасибо!

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

**Расширенная версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2)
(Солдатова, Чигарькова, Илюхина, 2025)**

Выберите цифровое устройство, на вопросы о котором будете отвечать дальше:

1. Смартфон
2. Компьютер
3. Планшет

Пожалуйста, оценивайте пункты опросника относительно того устройства, которое выбрали в предыдущем пункте. В каждой строке оцените степень своего согласия с утверждением по шкале от 1 – «совершенно не согласны» до 5 – «полностью согласны».

1.	Я управляю моим цифровым устройством, и оно не мешает мне жить полной жизнью	1	2	3	4	5
2.	Мне сложно представить свой обычный день без моего цифрового устройства	1	2	3	4	5
3.	Мой образ в социальных сетях также важен, как и в реальной жизни	1	2	3	4	5
4.	Я часто продолжаю заниматься цифровой активностью, даже если чувствую дискомфорт в теле (голод, боль в спине, сонливость)	1	2	3	4	5
5.	Я знаю, что не всю информацию в интернете нужно принимать на веру, и она зачастую требует проверки	1	2	3	4	5
6.	Я использую моё цифровое устройство практически во всех своих делах	1	2	3	4	5
7.	Я ощущаю себя частью большого цифрового пространства	1	2	3	4	5
8.	В сети я чувствую себя другим человеком, не похожим на меня в реальной жизни	1	2	3	4	5
9.	Я понимаю, что если человек будет интенсивно расширять свои цифровые возможности, то может стать нежизнеспособным без технологий	1	2	3	4	5
10.	Я использую моё цифровое устройство, чтобы отвлечься от неприятных мыслей и проблем	1	2	3	4	5
11.	Мне важно, чтобы моя страница в социальных сетях отражала мои особенности, интересы и достижения	1	2	3	4	5
12.	Я ощущаю себя самостоятельным в виртуальном мире чаще, чем в реальном	1	2	3	4	5
13.	Я контролирую свои личные границы и приватность в интернете	1	2	3	4	5
14.	Если я забываю моё цифровое устройство дома, то ощущаю дискомфорт и тревогу на протяжении дня	1	2	3	4	5
15.	Я расстраиваюсь, если получаю мало лайков и комментариев на свою активность в социальных сетях	1	2	3	4	5
16.	Я не привязываюсь к своему смартфону и могу легко его поменять	1	2	3	4	5
17.	Я осознаю, что развитие технологий кибератак – серьезная угроза для человечества в цифровом мире	1	2	3	4	5

18.	Я боюсь остаться без доступа к интернету на моем устройстве	1	2	3	4	5
19.	Я формирую и контролирую мою репутацию посредством цифрового устройства	1	2	3	4	5
20.	В сети я веду себя так, как не стал бы себя вести в окружении знакомых людей в реальной жизни	1	2	3	4	5
21.	Я внимательно отношусь к тому, что выкладываю о себе в интернете	1	2	3	4	5
22.	Когда моё цифровое устройство у меня в руке или рядом со мной, я чувствую себя более уверенным	1	2	3	4	5
23.	Иногда я больше ориентируюсь не на свои ощущения и опыт в физическом мире, а на лайки, количество шагов, навигатор, информацию из интернета	1	2	3	4	5
24.	В Интернете, в отличие от реального мира, мне не всегда удается следовать моим жизненным ценностям и принципам	1	2	3	4	5
25.	Я понимаю, что, пользуясь приложениями и ресурсами, я расплачиваюсь своими данными	1	2	3	4	5
26.	Я понимаю, что рассчитываю на мои цифровые устройства и завишу от них	1	2	3	4	5
27.	Я понимаю, что алгоритмы социальных сетей и онлайн-ресурсов контролируют получаемую мной информацию	1	2	3	4	5

Подсчёт субшкал СУЦП-2:

Осуществляется путем подсчёта суммы баллов по субшкалам:

- «Управление цифровыми устройствами»: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 27;
- «Переживание цифровой повседневности»: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26;
- «Цифровая социальность»: 3, 7, 11, 15, 19;
- «Целостность технологически расширенной личности» (все пункты обратные – подсчет баллов по схеме 5=1, 4=2, 3=3, 2=4, 1=5): 4, 8, 12, 16, 20, 23, 24.

Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2025). Расширенная версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2): целостность как потенциал адаптации и благополучия. *Культурно-историческая психология*, 21(4), 25–37. <https://doi.org/10.17759/chp.2025210403>

Примеры оформления приложений

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Тест Вартегга

