
ПЕРСОНАЛИИ

УДК 159.9.072

Виктору Павловичу Шейнову 85 лет!

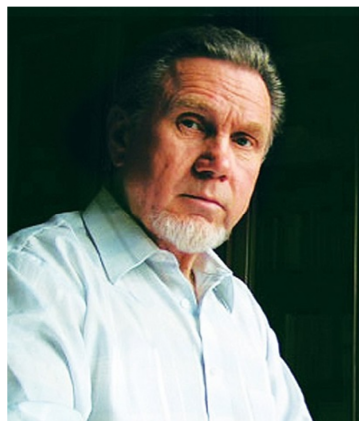
Низовских Нина Аркадьевна

доктор психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии, Вятский государственный университет. Россия, г. Киров. ORCID: 0000-0002-5541-5049. E-mail: nina.nizovskikh@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена 85-летию Виктора Павловича Шейнова – известного ученого, профессора, доктора социологических наук, кандидата физико-математических наук, академика Международной академии информационных технологий, автора более 400 научных статей, 21 монографии и более 40 книг по практической психологии. Исследовательский интерес В. П. Шейнова в значительной степени сконцентрирован в области психологии влияния, психологии манипулирования и психологии защиты от манипулирования. Заслуживают внимания актуальные исследования зависимости от социальных сетей и смартфонов, выполненные в последнее десятилетие по инициативе В. П. Шейнова под его руководством и при активном участии.

Ключевые слова: Шейнов Виктор Павлович, юбилей, личность, научное творчество, автобиография, теории.

3 мая 2025 года исполнилось 85 лет *Виктору Павловичу Шейнову* – автору и рецензенту журнала «Вестник Вятского государственного университета». Мы активно сотрудничаем с ним, присоединившись к проводимым им исследованиям проблемы цифровых зависимостей [24–27]. Виктор Павлович очень интересный человек, яркая, самобытная личность. Считаю необходимым и правильным посвятить этому ученому, внесшему значительный вклад в исследование актуальных психологических проблем, юбилейную статью.



Виктор Павлович Шейнов

Краткая автобиография. Виктор Павлович Шейнов родился в Ярославле 3 мая 1940 года. Его мать, Шейнова Клавдия Николаевна, простая работница на химическом производстве; отец после войны в семью не вернулся, обосновался в Москве.

Детство юбиляра было омрачено болезнями. Победив их, Виктор Павлович в 23 года получил диплом по специальности «учитель математики и черчения», в 28 лет защитил кандидатскую диссертацию, в 30 лет стал заведующим кафедрой теории функций и деканом математического факультета. А затем и познал счастье семейной жизни с женой Людмилой Васильевной, имея двух дочерей, трех внуков и четырех правнуков.

О Викторе Павловиче Шейнове, его научных достижениях написано уже немало (см., например, [1; 2]). Опираясь на эти и некоторые другие публикации, а также на опыт общения с юбиляром в процессе проведения четырех совместных с ним исследований и публикаций (в качестве соавторов), попытаемся раскрыть новые грани его жизни и научного творчества, представим его как личность. В этой статье мы будем исходить из того, что созданные автором теории можно рассматривать как его «тайную автобиографию» [3]. Попробуем разобраться в том, как стало возможным, что Виктор Павлович написал сотни научных и десятки научно-популярных работ по психологии и почему он исследует именно то, что исследует.

Вклад в психологию. Увлечшись психологией, юбиляр достиг своего нынешнего научного уровня исключительно путем самообразования, называя себя «психологом-самоучкой». При этом широта интересов и научная продуктивность Виктора Павловича поражают воображение. По его

инициативе, под его руководством и активном личном участии проведены многочисленные масштабные исследования в самых разных областях психологии. Математическое образование профессора помогает вскрывать связи между явлениями и в математической обработке данных в проводимых им социально-психологических и социологических исследованиях.

Высоко ставя самообразование, юбиляр активно помогает самообразованию сотен тысяч читателей его научно-практических книг по психологии. В девяти различных издательствах России, Беларуси, Казахстана, Латвии, Германии вышло более 100 изданий его книг общим тиражом более 950 000 экземпляров. Написанное Виктором Павловичем активно цитируется (индекс Хирша по публикациям его статей и монографий равен 36; РИНЦ показывает 4200 цитирований публикации юбиляра).

Значение монографий В. П. Шейнова для психологической науки и практики высоко оценено авторами статей к его предыдущему, 80-летнему, юбилею (см., например, [1; 2]), поэтому не станем утомлять читателей их пересказом. Сосредоточим внимание на введении профессором в психологическую науку новых понятий и концепций, обоснование которых содержится в данных монографиях.

Конфликтологи широко используют предложенные Виктором Павловичем понятия «конфликтоген», «случайный конфликт», «неслучайный конфликт», его формулы случайных и неслучайных конфликтов, представленные им в его докторской диссертации [5], монографии «Управление конфликтами» [6, 7] и в научно-практическом издании [4].

Концепция «скрытое управление» предложена юбиляром в монографии «Скрытое управление человеком» [8], которая выдержала 27 переизданий; РИНЦ показывает 450 ее цитирований.

В. П. Шейнов реализовал концепцию: каждый цикл исследований завершать обобщающей монографией и серией научно-практических книг, способствующих применению на практике полученных им результатов (см., например, [4; 13–18; 23]).

Другим способом содействия самообразованию многих желающих повышать свой уровень стали тренинги по предотвращению и разрешению конфликтов в коллективах, проведенные юбиляром на более чем 300 предприятиях Беларуси, России и ряда соседних стран, где пользуются русским языком.

В монографии «Психологическое влияние» [9] профессором разработана и верифицирована четырехкомпонентная модель психологического воздействия: «Вовлечение в контакт» + «Фоновые факторы» + «Воздействие на мишени» + «Побуждение к активности». В нее, как показал Виктор Павлович, вписывается каждый из четырнадцати видов влияния, к числу которых относятся: агрессия, внушение, игнорирование, манипуляция, нейролингвистическое программирование, побуждение к подражанию, принуждение, просьба, психологическое заражение, самопродвижение, скрытое управление, слухи, убеждение, формирование благосклонного отношения [9]. Первоначально «модель была создана для скрытого управления» [8, с. 126], но в дальнейшем она была распространена на все другие названные выше виды влияния.

Особого внимания заслуживает вклад юбиляра в изучение остроактуальной в настоящее время проблемы манипулирования и защиты от манипуляций. Подчеркивая социальную опасность манипулирования, В. П. Шейнов раскрыл сущность и психологический механизм манипулирования, описав универсальную модель манипулятивного воздействия [10] и ее применение в процессе манипулирования сознанием [11].

Для практического применения профессором разработана универсальная система защиты от манипулирования [12].

Темы практических разработок В. П. Шейнова продиктованы запросами организаций и производств, потребностями конкретных людей и собственным жизненным опытом. Обнаружив эффективно «работающую» психологическую идею, Виктор Павлович щедро делится ею с широкой читательской аудиторией. Так, постоянно ощущая нехватку времени, разработал приемы его нахождения и изложил их для всех желающих в книге «Где найти недостающее время и новые идеи» [13]. Аналогичным образом родились книги «Как убедить, когда вас не слышат» [14], «Говорить “нет”, не испытывая чувства вины» [15], автобиографическая книга «Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу» [16], «Ссоры. Секреты успешного разрешения конфликтов» [17], «Как управлять собой» [18].

Последние пять лет Виктор Павлович интенсивно исследует актуальные проблемы цифровизации и психометрики. С применением авторских опросников ([19–22]) выявлены личностные корреляты цифровых зависимостей (от смартфона и от социальных сетей). Юбиляр показал возможность сокращения количества заданий в 11 наиболее часто используемых в

настоящее время опросников, доказав при этом валидность и надежность предложенных им сокращенных версий опросников.

Здесь представлены только некоторые сведения о достижениях Виктора Павловича Шейнова, свидетельствующие о значительности его вклада в науку и характеризующие его как автора множества актуальных научных и научно-практических работ. Но готов ли Виктор Павлович раскрыть для нас и наших читателей себя как автор? Мы организовали с юбиляром онлайн-интервью о правилах жизни, навеянных книгой «Как управлять собой» [18].

Интервью с юбиляром о правилах жизни.

Нина Аркадьевна (Н. А.): Виктор Павлович, как создавались Ваши теории?

Виктор Павлович (В. П.): Нина Аркадьевна, Вы, как творческий человек, согласитесь, что идеи приходят как бы внезапно, правда, после того, как о проблеме постоянно размышляешь. Но здесь есть некое авторское ноу хау. Большинство самых плодотворных идей пришли ко мне утром, сразу или вскоре после пробуждения ото сна. Когда я это осознал, то стал заставлять себя побыть подольше в состоянии полудремы (транса), пока не возникнет интересная идея. И это практически всякий раз удается. К счастью, занятия мои в системе повышения квалификации начинаются во второй половине дня, поэтому можно себе эту роскошь позволить.

Н. А.: Ваша личность участвует в Вашем творчестве? Помогает Вам? Приходилось ли Вам «освободиться от себя» при создании теорий?

В. П.: Вы совершенно правы, и это еще одно свидетельство, что техника «освободиться от себя» при создании чего-то нового знакома всякой творческой личности. Каждый исследователь достигает этого состояния своим способом. Отвечая на первый Ваш вопрос, я рассказал о первом из своих приемов. Второй прием включает длительные прогулки. Обычно к окончанию часовой ходьбы что-то «выстреливает». Не обязательно по теме, с которой вышел из дома, но тоже весьма полезное... Ведь подсознание лучше знает, чем в данный момент важнее помочь сознанию. Поэтому пять километров ходьбы после ужина (когда голова – казалось бы – уже не может ничего «родить») стали для меня ежедневной нормой.

Третий прием заключается в погружении в состояние транса – укладываешься на диване и дремлешь. Очень часто буквально через несколько минут подсказываешь с новой идеей.

Н. А.: Что для Вас Ваши книги? Для чего Вы пишете?

В. П.: Книги как дети: каждая – это некая веха в жизни. На собственном опыте убедился в правоте высказывания Льва Толстого: «Писать нужно только тогда, когда не можешь не писать». Классик убедительно аргументировал эту мысль: «Думаю, что писать надо <...> только тогда, когда мысль, которую хочешь выразить, так неотвязчива, что она до тех пор, пока, как умеешь, не выразишь ее, не отстанет от тебя».

Н. А.: Какова цель Вашей работы в психологии на протяжении вот уже стольких лет? В чем Вы видите ее главный смысл?

В. П.: Помогать людям. Но все начиналось с помощи себе. Я стал конфликтологом «благодаря» тому, что на полугодовой производственной практике в сельской школе попал в конфликт, в результате которого мог «вылететь» из института. На первом уроке алгебры в 6-м классе столкнулся с тем, что ученики не имеют понятия даже о дробях. Оказывается, учителя математики в школе давно не было и учеников переводили в следующий класс с липовыми оценками, но кто-то получал зарплату отсутствующего учителя! Боясь разоблачения, директриса пыталась скомпрометировать практиканта. Конфликтологии как науки в СССР не было (мы строили бесконфликтное общество), поэтому пришлось формулы конфликтов изобретать самому. В автобиографической книге «Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу» [16] я рассказал, как разрешил этот конфликт, а также множество других, которых у самого в жизни было немало. Идея книги – показать, как психологические знания помогают преодолевать жизненные трудности.

Н. А.: Кого Вы считаете своими учителями в психологии?

В. П.: Я ведь самоучка. Учился по хорошим книгам, затем – по глубоким статьям и у талантливых соавторов и рецензентов. Вдохновляющим фактором было то, что большинство великих психологов пришли в психологию, будучи успешными специалистами в других областях. Я безмерно благодарен академику Евгению Михайловичу Бабосову, который в моей книжке 1996 года «Конфликты в нашей жизни и их разрешение» [4] увидел «готовую докторскую с новой концепцией в конфликтологии, алгоритмами, формулами и новыми понятиями» и предложил оформлять диссертацию. А на ее защите сказал слова, которые не забуду до конца своих дней: «До этой работы диссертанта со времен Маркса не было новых формул конф-

ликт. Формулы Маркса выявляют экономические причины конфликтов, а формулы Шейнова вскрывают их психологические причины».

Н. А.: Как Вы можете объяснить многообразие исследуемых Вами тем?

В. П.: Их задает сама жизнь. Проблемы цифровизации, необходимость пересмотра опросников, распространение и опасность манипулирования, макиавеллизма, проблемы с асертивностью и т. д. – все это вызвало к исследованиям.

Н. А.: Какой вопрос Вы могли бы задать самому себе?

В. П.: Благодарю за эту возможность. Спросил бы, о чем жалею. А сожалею о том, что не встретил раньше свою жену Людмилу Васильевну. При нашей взаимной любви она окружила меня такой заботой, что я с ней «как у Бога за пазухой». Создала для творческой работы идеальные условия, так что во всем, чего удалось достичь, – ее весомый вклад. Жаль, что не встретил ее раньше.

Н. А.: Что хотели бы пожелать читателям нашего журнала?

В. П.: У меня два пожелания. Первое: больше добрых слов! Чаше говорить самим и слышать их от других. Добрые слова творят чудеса. Поскольку сейчас речь обо мне, то в качестве доказательства приведу несколько примеров из личного опыта (как математик по базовому образованию, привык доказывать все свои утверждения). Первый пример – приведенное выше ободряющее напутствие академика Бабосова. Вот второй пример: когда отдал в небольшое издательство «Амалфея» свою первую книгу, услышал мнение директора: «Почти до утра читала вашу рукопись, не могла оторваться. Книгу берем. И все дальнейшее берем, что напишете. Пишите!» [23, с. 11] Это было в 1996 году, но эти слова не забуду никогда! Они поставили мою жизнь на правильные рельсы. Не знаю, как бы жил (или существовал?), будучи лишен этой возможности! А ведь были и другие высказывания по поводу написанного мной. Например, заведующий кафедрой, которому отдал на рецензию рукопись статьи, по поводу предложенного мной «закона эскалации конфликтогенном» разразился криком: «Кто вы такой, чтобы формулировать законы в науке?! Вы что, Кант, Гегель, Маркс?!» Учительница литературы в школе все мои сочинения оценивала так: «Тема раскрыта, Ошибок нет. Четыре! – Почему 4?! – Мне не нравится, как ты пишешь, стиль изложения. Сухо» (хотя этот стиль оказался созвучен сотням тысяч читателей). Поэтому второе пожелание читателям вашего журнала: встречаясь с неприятием ваших идей, не отступать!

Н. А.: Спасибо, Виктор Павлович, за Ваши ответы!

В. П.: Вам спасибо, Нина Аркадьевна, за интересные вопросы.

Резюме. Виктор Павлович Шейнов известен в России и за рубежом как один из самых читаемых и цитируемых в России психологов. Его отличают жизнелюбие, энциклопедичность знаний и широта научных интересов, творческое мышление, целеустремленность и настойчивость в достижении поставленной цели, открытость и доброжелательность в общении.

Свой юбилей Виктор Павлович встречает на подъеме: проводит международные исследования, публикует отвечающие современным проблемам статьи и книги, выступает на конференциях, помогает молодым ученым, привлекает коллег к изучению наиболее актуальных научных проблем.

Деятельность Виктора Павловича Шейнова можно охарактеризовать как жизнеутверждающую, поддерживающую право человека на свободу от всевозможных зависимостей, на самоутверждение и саморазвитие.

Виктор Павлович состоялся и продолжает развиваться как Автор, в том числе и прежде всего как творец самого себя. И в настоящее время каждый день его жизни наполнен смыслом и творчеством. А еще Виктор Павлович всегда на связи. Чтобы это понять, достаточно написать ему на адрес sheinov1@mail.ru. Ответ вы получите в тот же день.

Поздравляем уважаемого Виктора Павловича с замечательным юбилеем! Желаем новых творческих достижений, осуществления намеченных целей, душевного и физического благополучия!

Список литературы

1. Знаков В. В., Почебут Л. Г., Лосик Г. В. Выдающемуся ученому, психологу Виктору Павловичу Шейнову – 80 лет! // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2020. Т. 17. № 2. С. 348–356. DOI: 10.22363/2313-1683-2020-17-2-348-356.
2. Известному ученому, психологу, автору книг Виктору Павловичу Шейнову – 80! // Российский психологический журнал. 2020. Т. 17, № 2. С. 82–83.
3. Томэ Д., Шмид У., Кауфман В. Вторжение жизни. Теория как тайная автобиография / пер. с нем. Михаила Маяцкого. М. : Издательский дом Высшей школы экономики, 2017. 336 с.

4. Шейнов В. П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение. Минск : Амалфея, 1997. 288 с.
5. Шейнов В. П. Управление конфликтами в социальных группах и организациях : автореф. дис. ... д-ра социол. наук. Спец. 22.00.04 / Нац. акад. наук Беларуси, Ин-т социологии. Минск, 2000. 32 с.
6. Шейнов В. П. Управление конфликтами. СПб. : Питер. Серия «Мастера психологии», 2014. 572 с.
7. Шейнов В. П. Управление конфликтами. 4-е изд. М. : АСТ, 2024. 640 с.
8. Шейнов В. П. Скрытое управление человеком: психология манипулирования. М. : АСТ ; Минск : Харвест, 2007. 814 с.
9. Шейнов В. П. Психологическое влияние. Минск : Харвест, 2007. 798 с.
10. Шейнов В. П. Психология манипулирования. М. : АСТ ; Минск : Харвест, 2009. 704 с.
11. Шейнов В. П. Манипулирование сознанием. Минск : Харвест, 2010. 768 с.
12. Шейнов В. П. Манипулирование и защита от манипуляций. СПб. : Питер, 2014. 384 с.
13. Шейнов В. П. Где найти недостающее время и нестандартные решения. Все успеть и преуспеть. СПб. : Питер. Серия «Сам себе психолог», 2017. 288 с.
14. Шейнов В. П. Как убедить, когда вас не слышат. СПб. : Питер. Серия «Психология. Лучшее», 2019. 352 с.
15. Шейнов В. П. Говорить нет, не испытывая чувства вины. СПб. : Питер. Серия «Психология. Лучшее», 2019. 256 с.
16. Шейнов В. П. Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу. СПб. : Питер, 2024. 256 с.
17. Шейнов В. П. Ссоры. Секреты успешного разрешения конфликтов. СПб. : Питер, 2024. 256 с.
18. Шейнов В. П. Как управлять собой. СПб. : Питер, 2024. 384 с.
19. Шейнов В. П. Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий // Вопросы психологии. 2012. № 4. С. 147–153.
20. Шейнов В. П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 107–116.
21. Шейнов В. П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда, 2021. № 6 (1). С. 97–115.
22. Шейнов В. П., Девицын А. С. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей // Системная психология и социология. 2021. № 2. С. 41–55.
23. Шейнов В. П. Неотразимый комплимент. Безотказные приемы влияния. СПб. : Питер, 2024. 240 с.
24. Шейнов В. П., Низовских Н. А., Ермак В. О. Зависимость от смартфона и ее связи с академической мотивацией, прокрастинацией и самоконтролем в общении у белорусов и россиян // Социальная психология и общество. 2024. Т. 15. № 2. С. 100–116. DOI: 10.17759/sps.2024150207.
25. Шейнов В. П., Низовских Н. А., Девицын А. С. Проблемное использование смартфона: связи с эмоциональным интеллектом, уверенностью в себе и поведением в конфликтах у белорусов и россиян // Российский психологический журнал. 2024. Т. 21. № 2. С. 200–221. DOI: 10.21702/rpj.2024.2.12.
26. Шейнов В. П., Низовских Н. А., Девицын А. С. Проблемное использование смартфона: связи с эмоциональным интеллектом, уверенностью в себе и поведением в конфликтах у белорусов и россиян // Сибирский психологический журнал. 2023. № 89. С. 86–104. DOI: 10.17223/17267080/89/5.
27. Шейнов В. П., Шарафутдинова С. А., Низовских Н. А. Связь незащищенности от манипуляций с личностными характеристиками подростков // Вестник Вятского государственного университета. 2022. № 3. С. 139–147. DOI: 10.25730/VSU.7606.22.045.

Viktor Pavlovich Sheinov is 85 years old!

Nizovskikh Nina Arkadievna

Doctor of Psychology, associate professor, associate professor of the Department of Psychology, Vyatka State University. Russia, Kirov. ORCID: 0000-0002-5541-5049. E-mail: nina.nizovskikh@gmail.com

Abstract. The article is dedicated to the 85th anniversary of Viktor Pavlovich Sheinov, a famous scientist, professor, doctor of sociological sciences, candidate of physical and mathematical sciences, academician of the International Academy of Information Technologies, author of more than 400 scientific articles, 21 monographs and more than 40 books on practical psychology. V. P. Sheinov's research interests are largely concentrated in the field of psychology of influence, psychology of manipulation and psychology of protection from manipulation. Worthy of attention are the current studies of addiction to social networks and smartphones, carried out in the last decade on the initiative of V. P. Sheinov and under his leadership.

Keywords: Sheinov Viktor Pavlovich, anniversary, personality, scientific creativity, autobiography, theories.

References

1. Znakov V. V., Pochebut L. G., Losik G. V. *Vydaiushchemusya uchenomu, psikhologu Viktoru Pavlovichu Sheinovu – 80 let!* [To the outstanding scientist, psychologist Viktor Pavlovich Sheinov is 80 years!] // *Vestnik Rossiyskogo universiteta družby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika* – RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2020. Vol. 17, No. 2. Pp. 348–356. DOI: 10.22363/2313-1683-2020-17-2-348-356.

2. *Izvestnomu uchenomu, psikhologu, avtoru knig Viktoru Pavlovichu Sheinovu – 80!* [To the famous scientist, psychologist, author Viktor Pavlovich Sheinov – 80!] // *Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal* – Russian Psychological Journal. 2020. Vol. 17, No. 2. Pp. 82–83.

3. *Tome D., Shmid U., Kaufman V. Vtorzhenie zhizni. Teoriya kak tainaya avtobiografiya* [The invasion of life. Theory as a secret autobiography] / transl. from German by Mikhail Mayatsky. M., Izdatelskiy dom Vysshey shkoly ekonomiki, 2017. 336 p.

4. *Sheinov V. P. Konflikty v nashei zhizni i ikh razreshenie* [Conflicts in our life and their resolution]. Minsk, Amalfiya, 1997. 288 p.

5. *Sheinov V. P. Upravlenie konfliktami v sotsial'nykh gruppakh i organizatsiyakh : avtoref. dis. ... d-ra sotsiol. nauk. Spets. 22.00.04 / Nats. akad. nauk Belarusi, In-t sotsiologii* [Conflict management in social groups and organizations : DSc thesis abstract in sociology. Specialty 22.00.04 / National Academy of Sciences of Belarus, Institute of Sociology]. Minsk, 2000. 32 p.

6. *Sheinov V. P. Upravlenie konfliktami* [Conflict management]. SPb., Piter. (Masters of Psychology series), 2014. 572 p.

7. *Sheinov V. P. Upravlenie konfliktami. 4-e izd.* [Conflict management. 4th ed.]. M., AST, 2024. 640 p.

8. *Sheinov V. P. Skrytoe upravlenie chelovekom: psikhologiya manipulyrovaniya* [Hidden control of a person: psychology of manipulation]. M., AST ; Minsk, Harvest, 2007. 814 p.

9. *Sheinov V. P. Psikhologicheskoe vliyanie* [Psychological influence]. Minsk, Harvest, 2007. 798 p.

10. *Sheinov V. P. Psikhologiya manipulyrovaniya* [Psychology of manipulation]. M., AST ; Minsk, Harvest, 2009. 704 p.

11. *Sheinov V. P. Manipulirovanie soznaniem* [Manipulation of consciousness]. Minsk, Harvest, 2010. 768 p.

12. *Sheinov V. P. Manipulirovanie i zashchita ot manipulyatsiy* [Manipulation and protection from manipulations]. SPb., Piter, 2014. 384 p.

13. *Sheinov V. P. Gde nayti nedostayushchee vremya i nestandartnye resheniya. Vse uspet' i preuspet'* [Where to find missing time and non-standard solutions. Do everything and succeed]. SPb., Piter. (Do-it-yourself psychologist series), 2017. 288 p.

14. *Sheinov V. P. Kak ubezhdat', kogda vas ne slyshat* [How to persuade when you are not heard]. SPb., Piter. (Psychology. The best series), 2019. 352 p.

15. *Sheinov V. P. Govoritya net, ne ispytyvaya chuvstva viny* [Say no without feeling guilty]. SPb., Piter. (Psychology. The best series), 2019. 256 p.

16. *Sheinov V. P. Kak utryasti lyuboy konflikt i obratit' ego sebe na pol'zu* [How to resolve any conflict and turn it to your advantage]. SPb., Piter, 2024. 256 p.

17. *Sheinov V. P. Ssory. Sekrety uspehnogo razresheniya konfliktov* [Quarrels. Secrets of successful conflict resolution]. SPb., Piter, 2024. 256 p.

18. *Sheinov V. P. Kak upravlyat' soboy* [How to manage yourself]. SPb., Piter, 2024. 384 p.

19. *Sheinov V. P. Razrabotka oprosnika dlya otsenki stepeni nezashchishchennosti individua ot manipulyativnykh vozdeystviy* [Development of a questionnaire for assessing the degree of an individual's vulnerability to manipulative influences] // *Voprosy psikhologii* – Questions of Psychology. 2012. No. 4. Pp. 147–153.

20. *Sheinov V. P. Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti* [Development of an assertiveness test meeting the requirements of reliability and validity] // *Voprosy psikhologii* – Questions of Psychology. 2014. No. 2. Pp. 107–116.

21. *Sheinov V. P. Korotkaya versiya oprosnika "Shkala zavisimosti ot smartfona"* [Short version of the "Smartphone dependence scale" questionnaire] // *Institut psikhologii Rossiyskoy akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda* – Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Labor Psychology. 2021. No. 6 (1). Pp. 97–115.

22. *Sheinov V. P., Devitsyn A. S. Razrabotka nadezhnogo i validnogo oprosnika zavisimosti ot sotsial'nykh setey* [Development of a reliable and valid questionnaire for social network dependence] // *Systemnaya psikhologiya i sotsiologiya* – System Psychology and Sociology. 2021. No. 2. Pp. 41–55.

23. *Sheinov V. P. Neotrazimyy kompliment. Bez kazannye priemy vliyaniya* [Irresistible compliment. Foolproof influence techniques]. SPb., Piter, 2024. 240 p.

24. *Sheinov V. P., Nizovskikh N. A., Ermak V. O. Zavisimost' ot smartfona i ee svyazi s akademicheskoy motivatsiey, prokrastinatsiey i samokontrolem v obshchenii u belorusov i rossiyan* [Smartphone dependence and its relationship with academic motivation, procrastination and self-control in communication among Belarusians and Russians] // *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo* – Social Psychology and Society. 2024. Vol. 15, No. 2. Pp. 100–116. DOI: 10.17759/sps.2024150207.

25. *Sheinov V. P., Nizovskikh N. A., Devitsyn A. S. Problemnoye ispol'zovanie smartfona: svyazi s emotsional'nym intellektom, uverenost'yu v sebe i povedeniem v konfliktakh u belorusov i rossiyan* [Problematic smartphone use: relationships with emotional intelligence, self-confidence and conflict behavior among Belarusians and Russians] // *Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal* – Russian Psychological Journal. 2024. Vol. 21, No. 2. Pp. 200–221. DOI: 10.21702/rpj.2024.2.12.

26. *Sheinov V. P., Nizovskikh N. A., Devitsyn A. S. Problemnoye ispol'zovanie smartfona: svyazi s emotsional'nym intellektom, uverenost'yu v sebe i povedeniem v konfliktakh u belorusov i rossiyan* [Problematic smartphone use: relationships with emotional intelligence, self-confidence and conflict behavior among Belarusians and Rus-

sians] // *Sibirskiy psikhologicheskiy zhurnal* – Siberian Journal of Psychology. 2023. No. 89. Pp. 86–104. DOI: 10.17223/17267080/89/5.

27. Sheinov V. P., Sharafutdinova S. A., Nizovskikh N. A. *Svyaz' nezashchishchennosti ot manipulyatsiy s lichnostnymi kharakteristikami podrostkov* [The relationship between vulnerability to manipulation and personality traits of adolescents] // *Vestnik Vyatskogo gosudarstvennogo universiteta* – Herald of Vyatka State University. 2022. No. 3. Pp. 139–147. DOI: 10.25730/VSU.7606.22.045.

Поступила в редакцию: 23.05.2025

Принята к публикации: 27.05.2025