

Для цитирования: Солдатова, Г.У., Илюхина, С.Н., Клишевич, А.С. (2026). Опросник «Опыт переживания смешанной реальности»: время, пространство и социальность в гибридной повседневности. *Экспериментальная психология*, 19(2), 199—216. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2026190213>

For citation: Soldatova, G.U., Ilyukhina, S.N., Klishevich, A.S. (2026). The mixed reality experience questionnaire: Time, space, and sociality in hybrid everyday life. *Experimental Psychology (Russia)*, 19(2), 199—216. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/exppsy.2026190213>

Приложение / Appendix

Приложение А. Структурные показатели опросника.
Appendix A. Structural indicators of the questionnaire.

Таблица А1 / Table A1

Показатели модели по возрастным группам
Model performance by age group

Возрастные группы / Age groups	CFI	TLI	RMSEA	RMSEA 90% CI
Вся выборка / The entire sample	0,92	0,91	0,074	0,070 – 0,077
Подростки 14-17 лет / Teenagers 14-17 y.o.	0,93	0,91	0,079	0,072 – 0,085
Молодежь 18-24 лет / Youth 18-24 y.o.	0,91	0,90	0,072	0,067 – 0,078
Взрослые 25-39 лет / Adults 25-39 y.o.	0,91	0,89	0,079	0,070 – 0,088

Таблица А2 / Table A2

Факторная структура
Factor structure

№	Пункт / Item	М	SD
Шкала 1. Искажение восприятия времени в смешанной реальности / Scale 1. Temporal Perception Distortion in Mixed Reality Cronbach's Alpha=0,87, M=2,52, SD=0,99			
1.	Для меня время онлайн течёт по каким-то своим законам, не так, как в реальном мире / For me, time online flows according to its own laws, not like in the real world	2,56	1,29
2.	Мне сложно управлять временем, когда я совмещаю онлайн и офлайн, потому что время там течет по-разному / I find it difficult to manage my time when I combine online and offline because time flows differently there	2,30	1,21
3.	У меня возникали проблемы с делами офлайн из-за того, что я случайно тратил на онлайн-активности больше времени, чем ожидал / I've had problems with offline activities because I've accidentally spent more time on online activities than I expected	2,71	1,33

4.	Мне сложно контролировать время, которое провожу за цифровыми устройствами / I find it difficult to control the time I spend on digital devices	2,27	1,17
5.	Когда я не использую своё цифровое устройство, мне кажется, что время течет медленнее / When I'm not using my digital device, time seems to pass more slowly	2,45	1,30
6.	Для меня час активности онлайн может пройти быстрее, чем час активности офлайн / For me, an hour of online activity can go by faster than an hour of offline activity	2,82	1,37
Шкала 2. Пространственная интеграция в смешанной реальности / Scale 2. Spatial Integration in Mixed Reality Cronbach's Alpha=0,82, M=2,54, SD=1,97			
7.	Я ощущаю онлайн-мир таким же реальным, как и физический мир / I feel the online world as real as the physical world	2,33	1,22
8.	Часть моего жизненного пространства будто пропадает, когда я остаюсь без моего цифрового устройства/ Part of my living space seems to disappear when I am without my digital device	2,50	1,25
9.	Я воспринимаю реальный и виртуальный миры как целостное пространство / I perceive the real and virtual worlds as a holistic space	2,69	1,33
10.	Мне важно, что благодаря мобильности цифровых устройств мои виртуальные миры всегда со мной / It is important to me that thanks to the mobility of digital devices, my virtual worlds are always with me	2,76	1,28
11.	Когда я общаюсь онлайн, я ощущаю, как будто бы человек сейчас рядом со мной в этой же комнате / When I communicate online, I feel as if the person is right next to me in the same room	2,42	1,25
Шкала 3. Социальное присутствие в смешанной реальности / Scale 3. Social Presence in Mixed Reality Cronbach's Alpha=0,84, M=3,14, SD=1,04			
12.	Люди, с которыми я общаюсь онлайн, для меня также реальны, как и люди, которых я хорошо знаю в реальном мире / The people I interact with online are as real to me as the people I know well in the real world	3,06	1,37
13.	Мне комфортно общаться в группах, которые включают не только реально присутствующих участников, но и дистанционных / I feel comfortable communicating in groups that include not only actual participants, but also remote ones	3,12	1,30
14.	Я могу выполнить совместное дело онлайн с другими людьми также хорошо, как и в реальной жизни / I can do a joint task online with other people as well as in real life	2,94	1,30
15.	У меня одинаково хорошо получается поддерживать отношения с моими близкими как офлайн, так и онлайн / I am equally good at maintaining relationships with my loved ones both offline and online	3,29	1,33
16.	Я могу также привязаться к человеку, с которым общаюсь только в интернете, как если бы это было в реальной жизни / I can also become attached to a person I only communicate with online, as if it were in real life	2,85	1,37
17.	Для меня одинаково важны личные границы как онлайн, так и в реальной жизни / Personal boundaries are equally important to me both online and in real life	3,55	1,35

Бланк

Оцените степень Вашего согласия с утверждениями по шкале от 1 до 5, где 1 – совершенно не согласны, а 5 – полностью согласны.

1.	Я воспринимаю реальный и виртуальный миры как целостное пространство	1	2	3	4	5
2.	Для меня одинаково важны личные границы как онлайн, так и в реальной жизни	1	2	3	4	5
3.	Мне комфортно общаться в группах, которые включают не только реально присутствующих участников, но и дистанционных	1	2	3	4	5
4.	Для меня время онлайн течёт по каким-то своим законам, не так, как в реальном мире.	1	2	3	4	5
5.	У меня возникали проблемы с делами офлайн из-за того, что я случайно тратил на онлайн-активности больше времени, чем ожидал	1	2	3	4	5
6.	Часть моего жизненного пространства будто пропадает, когда я остаюсь без моего цифрового устройства	1	2	3	4	5
7.	Я могу выполнить совместное дело онлайн с другими людьми также хорошо, как и в реальной жизни	1	2	3	4	5
8.	Люди, с которыми я общаюсь онлайн, для меня также реальны, как и люди, которых я хорошо знаю в реальном мире	1	2	3	4	5
9.	Мне сложно управлять временем, когда я совмещаю онлайн и офлайн, потому что время там течет по-разному.	1	2	3	4	5
10.	Я ощущаю онлайн-мир таким же реальным, как и физический мир	1	2	3	4	5
11.	Когда я общаюсь онлайн, я ощущаю, как будто бы человек сейчас рядом со мной в этой же комнате	1	2	3	4	5
12.	У меня одинаково хорошо получается поддерживать отношения с моими близкими как офлайн, так и онлайн	1	2	3	4	5
13.	Мне сложно контролировать время, которое провожу за цифровыми устройствами.	1	2	3	4	5
14.	Я могу также привязаться к человеку, с которым общаюсь только в интернете, как если бы это было в реальной жизни	1	2	3	4	5
15.	Для меня час активности онлайн может пройти быстрее, чем час активности офлайн.	1	2	3	4	5
16.	Мне важно, что благодаря мобильности цифровых устройств мои виртуальные миры всегда со мной	1	2	3	4	5
17.	Когда я не использую своё цифровое устройство, мне кажется, что время течет медленнее.	1	2	3	4	5

Ключ: баллы подсчитываются путём подсчёта среднего по каждой шкале.

- Шкала 1. Искажение восприятия времени в смешанной реальности. Пункты 4, 5, 9, 13, 15, 17
- Шкала 2. Пространственная интеграция в смешанной реальности. Пункты 1, 6, 10, 11, 16
- Шкала 3. Социальное присутствие в смешанной реальности. Пункты 2, 3, 7, 8, 12, 14

На основании результатов можно сделать выводы о:

- степени выраженности переживания смешанной реальности: при более высоких показателях по всем трём шкалам (Рис. Б1);
- адаптации к смешанной реальности: оптимальный уровень достигается при более высоких значениях по третьей шкале и низкой или умеренной выраженности показателей по первой и второй шкале (Рис. Б2).

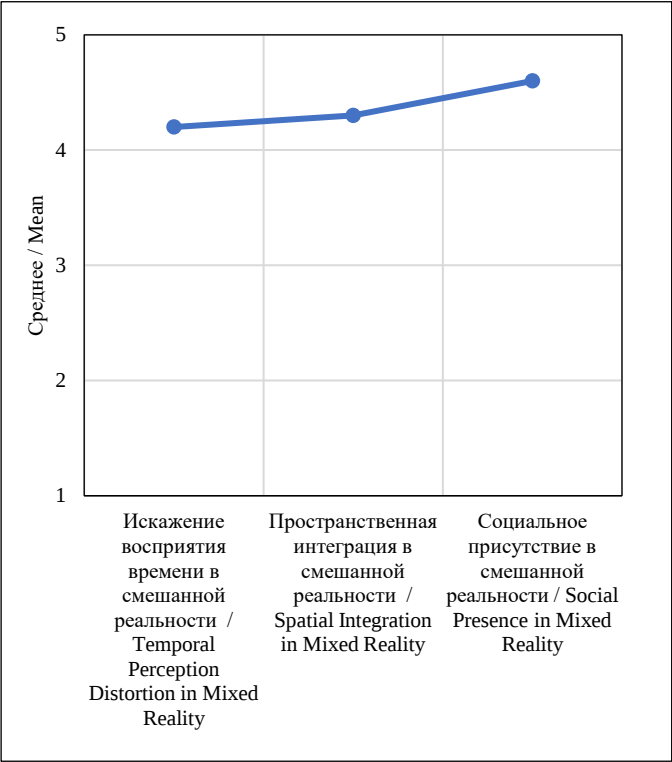


Рис. Б1. Пример показателей шкал с высокой степенью выраженности переживания присутствия в смешанной реальности

Fig. B1. Examples of High-Intensity Indicators of Presence in Mixed Reality

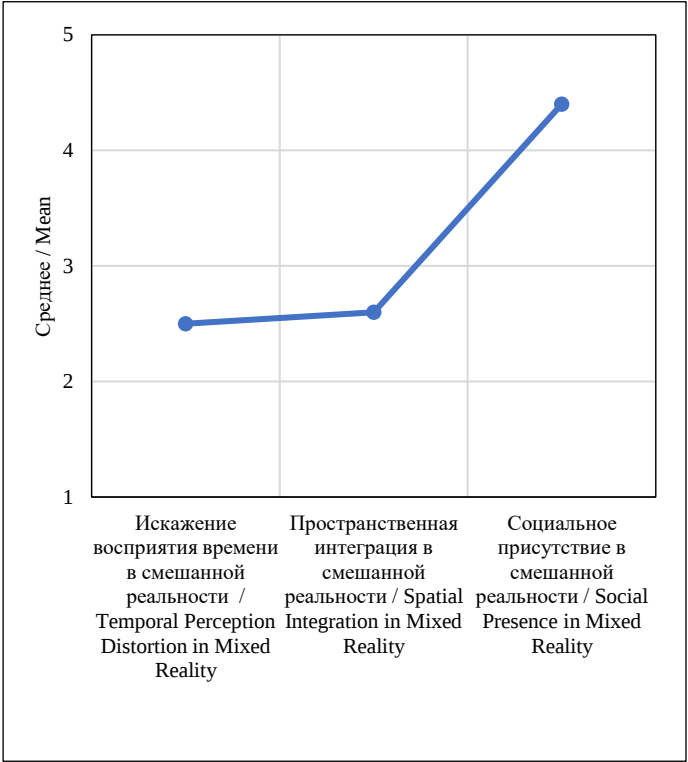


Рис. Б2. Пример показателей шкал с высокой степенью адаптации к смешанной реальности

Fig. B2. Examples of High-Level Indicators of Adaptation to Mixed Reality