

Научная статья | Original paper

Расширенная версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2): целостность как потенциал адаптации и благополучия

Г.У. Солдатова^{1, 2}, С.В. Чигарькова^{1, 2} ✉, С.Н. Илюхина^{1, 2}

¹ Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Российская Федерация

² Московский институт психоанализа, Москва, Российская Федерация

✉ chigars@gmail.com

Резюме

Контекст и актуальность. Цифровизация повседневности создает новый социотехнологический контекст для развития личности, требуя осмысления ее целостности в условиях цифрового опосредования. Исследование выполнено в русле развития культурно-исторического подхода и нацелено на поиск инструментов для изучения целостности технологически достроенной личности. Полученные данные внесут вклад в понимание оптимальных стратегий развития личности в цифровую эпоху. **Цель.** Разработка и апробация новой версии Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2), дополненной субшкалой «Целостность технологически достроенной личности» («Целостность личности»), а также выделение профилей самоуправления цифровой повседневностью. **Гипотеза.** Факторная структура опросника СУЦП сохранится при добавлении субшкалы «Целостность личности». **Методы и материалы.** В исследовании приняли участие 1841 респондент, среди которых 649 подростков 14–17 лет ($M = 16,3$, $SD = 0,7$, 55% — женского пола), 1192 представителей молодежи 18–39 лет ($M = 23,4$, $SD = 6,1$, 64,3% — женского пола). На основе теоретической модели была разработана новая субшкала. Для проверки ее валидности использовались методики: Тест жизнестойкости, Шкала базисных убеждений и Шкала субъективного счастья. Обработка данных проводилась с помощью конфирматорного факторного, корреляционного и кластерного анализа. **Результаты.** Подтверждена четырехфакторная структура методики СУЦП-2, включающая субшкалы «Целостность личности», «Управление цифровыми устройствами», «Переживание цифровой повседневности», «Цифровая социальность». Показана положительная связь целостности со счастьем, жизнестойкостью и базисными убеждениями. Кластерный анализ позволил выделить четыре профиля самоуправления цифровой повседневностью, значимо различающихся по уровню благополучия и потенциала адаптации личности: «стратегии», «интеграторы», «дезадаптанты» и «минималисты». **Выводы.** СУЦП-2 является надежным и валидным инструментом для диагностики ключевых аспектов технологически достроенной личности, в том числе ее целостности, индикаторы нарушения которой позволяют обозначить зоны актуального и ближайшего развития, связанного с овладением цифровыми инструментами как новыми психологическими орудиями, что определяет успешность управления цифровой повседневностью и возможности перехода к новой целостности.

Ключевые слова: целостность, благополучие, технологически достроенная личность, расширенное сознание, цифровая социализация, методика

Финансирование. Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-18-00350 (<https://www.rscf.ru/project/23-18-00350/>).

Дополнительные данные. Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2025). Расширенная версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2): целостность как потенциал адаптации и благополучия: Набор данных. RusPsyData: Репозиторий психологических исследований и инструментов. Москва. <https://doi.org/10.48612/MSUPE/2a43-2rtx-ap44>

Для цитирования: 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>

Extended version of the Digital Daily Life Self-Management Scale (DDLMS-2): Integrity as a potential for adaptation and well-being

G.U. Soldatova^{1, 2}, S.V. Chigarkova^{1, 2} ✉, S.N. Ilyukhina^{1, 2}

¹ Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation

² Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russian Federation

✉ chigars@gmail.com

Abstract

Context and Relevance. The digitalization of everyday life creates a new socio-technological context for personality development, necessitating an understanding of its integrity under conditions of digital mediation. This study is grounded in the cultural-historical approach and aims to develop tools for studying the integrity of the technologically extended self. The findings will contribute to understanding optimal strategies for personality development in the digital age. **Objective.** To develop and pilot the Digital Daily Life Self-Management Scale (DDLMS-2), adding a subscale for the “Integrity of the Technologically Extended Personality” (“Integrity of Personality”) and identifying profiles of digital self-management. **Hypotheses.** The factor structure of the DDLMS will be retained with the addition of the “Integrity of Personality” subscale. **Methods.** The study included 1841 respondents: 649 adolescents (14–17 years, $M = 16,3$, $SD = 0,7$, 55% female) and 1192 young adults (18–39 years, $M = 23,4$, $SD = 6,1$, 64,3% female). A new subscale was developed and validated using the Hardiness Test, Basic Beliefs Scale, and Subjective Happiness Scale. Data were analyzed using confirmatory factor, correlation, and cluster analyses. **Results.** A four-factor structure was confirmed: “Integrity of Personality” “Management of Digital Devices,” “Experience of Digital Daily Life,” and “Digital Sociality.” Integrity correlated positively with happiness, hardiness, and basic beliefs. Cluster analysis revealed four profiles: “Strategists,” “Integrators,” “Maladaptives,” and “Minimalists” — differing in well-being and adaptability. **Conclusions.** The DDLMS-2 is a valid tool for assessing key aspects of the technologically extended self, including integrity. The indicators of its impairment help to identify zones of actual and proximal development related to mastering digital tools as new psychological instruments. This mastery determines the success of managing one’s digital everyday life and the potential for transitioning to a new, coherent integrity.

Keywords: integrity, well-being, technologically extended personality, extended mind, digital socialization, scale

Funding. The study was supported by the Russian Science Foundation, project number 23-18-00350 (<https://www.rscf.ru/project/23-18-00350/>).

Supplemental data. Soldatova G.U., Chigarkova S.V., Ilyukhina S.N. (2025). Extended Version of the Digital Daily Life Self-Management Scale (DDLMS-2): Potential for Adaptation and Well-Being: Data set. RusPsyData: Repository of psychological research and instruments. Moscow. DOI:110.48612/MSUPE/2a43-2rtx-ap44

For citation: Soldatova, G.U., Chigarkova, S.V., Ilyukhina, S.N. (2025). Extended version of the Digital Daily Life Self-Management Scale (DDLMS-2): Integrity as a potential for adaptation and well-being. *Cultural-Historical Psychology*, 21(4), —. <https://doi.org/10.17759/chp.2025210403>

Введение

Цифровые трансформации и появление все более «умных» персонализированных цифровых орудий (смартфоны, Интернет вещей, технологии искусственного интеллекта), составляющих техносистему, как важный компонент новой экосистемы развития современного человека, определяют формирование антропологического типа XXI века — технологически достроенную личность (Солдатова, Войскунский, 2021). В контексте социально-когнитивной концепции цифровой социализации, опирающейся на культурно-исторический подход

Л.С. Выготского, цифровые среды и устройства рассматриваются как культурные орудия опосредствования психических функций, социального взаимодействия, новых видов деятельности и культурных практик личности. Техносистема, как часть внешней среды, расширяет возможности и ребенка, и взрослого, встраивается в когнитивную, поведенческую и социальную системы человека, интегрируется с ними, видоизменяя и достраивая их. Развитие человека в такой экосистеме является закономерным этапом его социальной эволюции и требует осмысления в первую очередь целостности технологически достроенной личности (Солдатова, Илюхина,

2025), а также конструирования специальных инструментов ее изучения.

Универсальный принцип целостности находит свое отражение в различных психологических концепциях (Костромина, Гришина, 2024). Принцип целостности отражен в ключевых идеях Л.С. Выготского о единстве высших психических функций, сенсорных и моторных процессов, единстве аффекта и интеллекта, знаке как «определяющем целом», смысловом целом «предметно-орудийно-знаковой» деятельности (Выготский, 1984). Целостность рассматривается как методологическая оптика в рамках анализа индивидуальности как антропологического принципа (Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов, С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова и А.В. Брушлинский, В.С. Мерлин, В.Д. Небылицын и др.). Проблеме целостности уделяется внимание в различных зарубежных психологических школах (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Юнг, К. Роджерс, Э. Эриксон). В практикоориентированных подходах целостность выступает как гипотетическая финальная точка человеческого и личностного развития, к которой человек стремится, но которой не может достигнуть раз и навсегда. Изменяющийся мир становится источником постоянных вызовов целостности, а онтологическая расщепленность, сложность и многомерность мира на стыке смешения реального и цифрового приводит к необходимости выстраивать новую целостность, более сложную, учитывающую еще и цифровое измерение (Солдатова, Илюхина, 2025).

Становится очевидной необходимость учета целостности как важнейшего принципа организации саморегуляции человека в процессе адаптации в условиях стремительных изменений. Ранее нами была разработана Шкала самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП), включающей такие показатели, как переживание цифровой повседневности, вовлеченность в цифровую социальность и управление цифровыми устройствами (Солдатова и др., 2024а). С учетом содержательной самостоятельности каждого из показателей, добавление нового параметра — целостности — позволит более полно проанализировать феномен технологически достроенной личности и рассмотреть возможные личностные профили в соответствии с разными вариантами сочетания указанных параметров. Остановимся на ключевых критериях целостности в условиях непрерывной достройки личности технологическими орудиями в процессе цифровой социализации.

В рамках парадигмы культурно-исторической психологии телесность человека рассматривается как первый в онтогенезе предмет овладения и трансформации в универсальное орудие и знак (Тхостов, 2002). На основе развития идей Л.С. Выготского, тело можно обозначить как ключевой смысловой предел, задающий процессу овладения собой человеком целостность и определенную структуру (Смирнов, 2016). На основе психодинамического подхода, нейропсихологии и теории привязанности формулируется представление об интеграции телесного и психологического Я, как

основы переживания собственной психофизической целостности, непрерывности и уникальности (Krueger, 2013). Цифровые технологии оказывают воздействие на физическое состояние пользователя, а чрезмерное их использование связано с физическим дискомфортом и выражается в нарушениях сна, режима питания, физической активности, а также в негативных последствиях для здоровья (Kelley, Gruber, 2013; Kokka, 2021; Paakkari et al., 2021). В данном контексте телесная целостность может измеряться через внимание к своим физическим потребностям вне зависимости от вовлеченности в деятельность офлайн или онлайн, а ее нарушение может выражаться в продолжении цифровой активности при ощущении физического дискомфорта.

Идентичность как интегративное личностное образование представляется одним из ключевых феноменов для понимания целостности технологически достроенной личности (Солдатова и др., 2024б). Э. Эриксон определяет идентичность как непрерывность и тождественность человека самому себе. При этом идентичность динамична, меняется и развивается в течение всей жизни, одновременно сохраняя определенную протяженность во времени, что обеспечивает целостность личности (Эриксон, 1996). Процесс интеграции и создания целостной непротиворечивой идентичности представляется одной из основных траекторий личностного развития, признаваемой большинством исследователей (Гришина, 2024). Эмпирические исследования показывают тенденцию к сближению виртуальной и реальной идентичности в условиях жизни в смешанной реальности и возникновению гибридной идентичности (Коптева и др., 2024; Солдатова и др., 2022; Zimmermann et al., 2023). Целостность идентичности может выражаться в стремлении поддержания своего образа в онлайн-пространстве конгруэнтным актуальному состоянию в реальной жизни, а ее нарушение — в ощущении себя в цифровом пространстве другим человеком.

Цифровые устройства выступают новыми достройками, которые расширяют границы Я и тем самым и его целостности. В описании развития проприума как пути обретения целостности Г. Олпорт выделяет стадию расширения границ самости, которая начинается примерно с четырех лет, когда ребенок осознает, что такое «мое» в отношении не только своего тела, но и элементов окружающего мира (мама, игрушка, кошка и т. д.) (Олпорт, 2002). В концепции расширенного сознания Э. Кларк и Д. Чалмерс показывают, что когнитивные процессы могут выходить за пределы человеческого мозга, включая в себя внешние объекты (например, смартфоны). Авторы выделяют ряд критериев, которые должны выполняться для включения объекта в целостное восприятие расширенного сознания: доступность, функциональная поддержка и надежность, доверие (Clark, Chalmers, 1998). В исследованиях, развивающих данную оптику, рассматриваются различные феномены, отражающие особые переживания близости с цифровыми объектами как значимой части себя: эмоциональная привязанность, выража-

ющаяся в приписывании цифровому устройству характера и эмоций, проявлении к нему заботы (Park, Kaye, 2019); потребность в настройке устройства под свои персональные потребности; переживание тревоги при его отсутствии (Ross, Kushlev, 2025). Таким образом, целостность технологически расширенной личности может определяться стремлением к персонализации своего устройства для включения его в границы своего Я, а противоположным полюсом может выступать отсутствие какого-либо переживания привязанности к нему, отражающее восприятие его как чего-то чуждого.

Автономия признается одной из важных характеристик личности, которая обеспечивает ее большую интегрированность и эффективную саморегуляцию. В отечественной психологии автономия рассматривается в контексте становления самостоятельности личности (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, С.Л. Рубинштейн, А.А. Бодалев). Автономия как одна из базовых потребностей личности занимает центральное место в теории самодетерминации (Deci, Ryan, 2015), выражается в ощущении самостоятельности, свободе действий и возможности достигать поставленных целей. Специфика цифрового пространства может создавать ощущение больших возможностей для реализации своей самостоятельности, выхода за ограничения реального мира. Это может приводить к нарушению баланса в самоощущении личности в реальном и виртуальном мирах. В данном контексте показателем целостности технологически расширенной личности может быть равнозначное восприятие значимости достижений в реальной и виртуальной жизни как результата реализации своей автономии. В этом случае нарушение целостности может отражаться в ощущении большей самостоятельности в виртуальном мире по сравнению с реальным.

С позиций культурно-исторического подхода целостность личности понимается как результат опосредствования ее психики культурными орудиями, обеспечивающими согласованность поведения и интериоризацию социальных норм. Цифровые платформы, выступая новым типом психологического орудия, способны нарушить это единство. Ярким феноменом, демонстрирующим это рассогласование, является эффект онлайн-растормаживания (Suler, 2004). Этот эффект отражает изменения социальной ситуации развития, когда онлайн-взаимодействие превращается в расщепленную деятельность в связи со специфичностью цифровой среды, характеризующейся анонимностью, дистанцированностью, отсутствием привычных социальных подсказок и обратной эмоциональной связи. Существенные различия в поведении в виртуальном мире по сравнению с реальным могут рассматриваться как риск для целостности технологически построенной личности. Целостность может выражаться также в учете ожиданий значимых других при реализации поведения как в реальной, так и в виртуальной жизни.

Ценностно-смысловая сфера представляется одной из ключевых для понимания личности. Так,

Д.А. Леонтьев признает смысловую сферу главной, конституирующей подструктурой личности. Личность можно понимать как «целостную систему смысловой регуляции жизнедеятельности», в которой учитывается вся система отношений с миром в целом, в том числе в контексте всей временной перспективы (Леонтьев, 2003). В условиях цифровизации такой критерий целостности личности определяется ее способностью наделять смыслами свою деятельность в Интернете на основе единства мотивов, ценностей, жизненных ориентаций в смешанной реальности. Противоположный полюс может выражаться в невозможности следования своим ценностям и принципам в онлайн-пространстве.

Самопознание в психологии рассматривается как важнейший инструмент для обретения целостности. В рамках субъектного подхода в психологии личности (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский) одним из основных критериев определения субъекта является его способность к рефлексии и развитые навыки самопознания. Цифровые трансформации порождают как новые возможности для самопознания, так и новые риски. С одной стороны, практики селф-трекинга и лайфлоггинга (фиксация всех событий на цифровом носителе) обеспечивают небывалые возможности для самопознания (Lupton, 2016), позволяя квантифицировать себя и свой жизненный опыт и обращаться к нему в любой момент. С другой стороны, исследователи поднимают вопрос о «темной стороне» селф-трекинга — отрицательном влиянии на психологическое благополучие и здоровье, которые пока остаются плохо изученными (Feng et al., 2021). Они могут выражаться в экстернализации самопознания, когда фокус с внутренних самоощущений и развития таких способностей в себе смещается на внешние количественные показатели (лайки, шаги, рейтинги), что может явиться одним из шагов на пути потери агентности и субъектности личности.

Таким образом, проблема целостности приобретает новый ракурс, когда личность становится технологически расширенной и дополненной цифровыми орудиями, что ставит перед ней новые задачи по поиску стратегий интеграции для поддержания ее благополучия уже в другом культурно-историческом контексте (Солдатова, Илюхина, 2025). С учетом содержательной самостоятельности каждого из показателей, расширение Шкалы самоуправления цифровой повседневностью посредством добавления нового параметра — целостности позволит более полно проанализировать феномен технологически построенной личности и рассмотреть возможные личностные профили с точки зрения адаптации и благополучия в смешанной реальности.

Цель — разработка и апробация расширенной версии Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2), дополненной субшкалой «Целостность технологически построенной личности» (далее «Целостность личности»), а также выделение на основании всех субшкал профилей технологически построенной личности.

В связи с поставленной целью были сформулированы следующие *гипотезы*.

1. При добавлении субшкалы «Целостность личности» сохранится структура методики СУЦП, включающая субшкалы «Управление цифровыми устройствами», «Переживание цифровой повседневности», «Цифровая социальность».

2. Субшкала «Целостность личности» положительно связана с показателями счастья, жизнестойкости и базисными убеждениями.

3. Сочетание выраженности показателей четырех шкал позволяет выделить несколько профилей технологически достроенной личности, различающихся потенциалом их адаптации и благополучия в условиях смешанной реальности.

Материалы и методы

Выборка. Выборку исследования составили 1841 респондент, среди которых 649 подростков 14–17 лет ($M = 16,3$, $SD = 0,7$, 55% — женского пола), 1192 представителей молодежи 18–39 лет ($M = 23,4$, $SD = 6,1$, 64,3% — женского пола), проживающих в городах: Москва (32,2%), Санкт-Петербург (14,9%), Тюмень (14,7%), Ростов-на-Дону (19,2%), Махачкала (19,1%). Респонденты представлены учащимися школ (17,3%), колледжей (24,7%), вузов (34%) и работающими (24%).

Разработка пунктов субшкалы «Целостность личности». При разработке субшкалы мы опирались на выделенные в теоретической части критерии целостности технологически достроенной личности. После экспертной оценки нескольких вариантов формулировок на каждый из критериев было отображено по 2 пункта (прямой и обратный): телесное Я («Я прислушиваюсь к своему телу и физическим потребностям вне зависимости, делаю ли я что-то онлайн или офлайн», «Я часто продолжаю заниматься цифровой активностью, даже если чувствую дискомфорт в теле (голод, боль в спине, сонливость)», идентичность («Я меняю аватары в социальных сетях и мессенджерах в соответствии с моей актуальной внешностью», «В Сети я чувствую себя другим человеком, не похожим на меня в реальной жизни»), расширение границ Я («Перед тем, как пользоваться новым устройством, я полностью настраиваю его под себя», «Я не привязываюсь к своему смартфону и могу легко его поменять»), автономия в смешанной реальности («Мои достижения в реальной и виртуальной жизни для меня одинаково важны», «Я ощущаю себя самостоятельным в виртуальном мире чаще, чем в реальном»), согласованность социальных норм поведения («В своих поступках, как в реальной, так и в виртуальной жизни, я учитываю ожидания значимых для меня людей», «В Сети я веду себя так, как не стал бы себя вести в окружении знакомых людей в реальной жизни»), ценностно-смысловые ориентации («То, что я делаю в Интернете, имеет смысл, для меня это тоже реальная жизнь», «В Интернете, в от-

личие от реального мира, мне не всегда удается следовать моим жизненным ценностям и принципам»), самопознание («Благодаря Интернету, разным приложениям и цифровым устройствам я лучше узнаю себя настоящего», «Иногда я больше ориентируюсь не на свои ощущения и опыт в физическом мире, а на лайки, количество шагов, навигатор, информацию из Интернета»). Респондентам предлагалось оценить пункты по шкале Лайкерта от 1 — «совершенно не согласен», до 5 — «полностью согласен».

Данные пункты были включены в методику СУЦП (Солдатова и др., 2024а), состоящую из трех субшкал «Управление цифровыми устройствами» (осознанное отношение и контроль использования цифровых устройств для обеспечения своей безопасности и эффективности), «Переживание цифровой повседневности» (опора на цифровые устройства в повседневной жизни и эмоциональная привязанность к ним), «Цифровая социальность» (вовлеченность в цифровую социальную среду, включая значимость виртуальной самопрезентации, обратной связи, принадлежности к цифровому сообществу). Новый вариант методики обозначен как СУЦП-2.

Методики. Для проверки конвергентной валидности субшкалы «Целостность личности» были использованы следующие методики: Тест жизнестойкости Мадди (Осин, 2013), Шкала базисных убеждений (Падун, Котельникова, 2007), Шкала субъективного счастья (Осин, Леонтьев, 2020).

Сбор данных. Сбор данных проводился в ходе опроса в онлайн-формате с осени 2024 г. по зиму 2025 г. на базе исследовательской сети университетов, школ и колледжей.

Обработка данных. Обработка результатов проводилась с помощью IBM SPSS Statistics 22.0 и Jamovi 2.4.8., с использованием CFA, коэффициента корреляции Пирсона, ANOVA, кластерного анализа.

Результаты

Факторная структура шкалы СУЦП-2. Для проверки пригодности теоретической структуры шкалы СУЦП-2, состоящей из 4 субшкал («Управление цифровыми устройствами», «Переживание цифровой повседневности», «Цифровая социальность» и «Целостность личности»), использовался CFA. Была выбрана модель, в которой в субшкалу «Целостность личности» входили 7 пунктов (альфа Кронбаха = 0,82, $M = 3,6$, $SD = 0,9$), отражающие каждый критерий целостности и сформулированные как обратные (табл. 1, 2, рис.1, Приложение). Варианты субшкалы со смешением прямых и обратных пунктов либо состоящей только из прямых пунктов не продемонстрировали хорошие показатели надежности-согласованности.

По итогам анализа возможных направлений приближения структуры опросника к описанию реальных данных (post-hoc) были добавлены модификации: корреляции между пунктами 13 и 21 ($\chi^2 = 154,8$,

Таблица 1 / Table 1

Итоговые пункты субшкалы «Целостность личности»
Summary items of the subscale «Integrity of Personality»

№ п/п	Пункт/Item	M	SD	Альфа Кронбаха без пункта / Cronbach's alpha if item deleted	Корреляция с субшкалой / Correlation with the subscale
4	Я часто продолжаю заниматься цифровой активностью, даже если чувствую дискомфорт в теле (голод, боль в спине, сонливость) / I often continue my digital activities even when I feel physical discomfort (like hunger, back pain, or drowsiness)	3,46	1,25	0,81	0,66**
8	В Сети я чувствую себя другим человеком, не похожим на меня в реальной жизни / I feel like a different person online than I am in real life	3,79	1,22	0,68	0,78**
12	Я ощущаю себя самостоятельным в виртуальном мире чаще, чем в реальном / I feel more self-assured in the virtual world than I do in the real one	3,68	1,27	0,67	0,77**
16	Я не привязываюсь к своему смартфону и могу легко его поменять / I'm not particularly attached to my smartphone and could easily replace it	3,02	1,30	0,84	0,46**
20	В Сети я веду себя так, как не стал бы себя вести в окружении знакомых людей в реальной жизни / I behave differently online than I would around people I know in real life	3,72	1,24	0,78	0,77**
23	В Интернете, в отличие от реального мира, мне не всегда удается следовать моим жизненным ценностям и принципам / It's harder for me to stick to my personal values online compared to offline	3,73	1,19	0,78	0,76**
24	Иногда я больше ориентируюсь не на свои ощущения и опыт в физическом мире, а на лайки, количество шагов, навигатор, информацию из Интернета / Sometimes I prioritize online feedback (likes, step counts, internet information, GPS) over my own physical sensations and real-world experience	3,51	1,31	0,80	0,69**

Примечание: «**» — корреляция значима на уровне $p < 0,01$.

Note: «**» — correlation is significant at the 0,01 level.

Остаточные факторные нагрузки = 0,28, $p < 0,01$), 25 и 27 ($\chi^2 = 250,9$, остаточные факторные нагрузки = 0,37, $p < 0,01$) субшкалы «Управление цифровым устройством», пунктами 2 и 6 ($\chi^2 = 96,7$, остаточные факторные нагрузки = 0,23, $p < 0,01$), 14 и 22 ($\chi^2 = 102,5$, остаточные факторные нагрузки = 0,24, $p < 0,01$) субшкалы «Переживание цифровой повседневности», относящиеся к изначальным субшкалам СУЦП (табл. 2, Приложение).

Социодемографические показатели субшкалы «Целостность личности». По субшкале обнаруживаются различия по возрастным группам

($F(2,1838) = 11,2$, $\eta^2 = 0,012$, $p < 0,001$) и по группам разного пола ($F(1,1833) = 4,0$, $\eta^2 = 0,004$, $p < 0,05$): значения по субшкале возрастают с возрастом и выше у девушек и женщин (рис. 2).

Валидность субшкалы «Целостность личности». Субшкала обнаруживает связь с общим показателем счастья, жизнестойкостью и такими ее компонентами, как вовлеченность, контроль и принятие риска, а также с базисными убеждениями о доброжелательности мира, положительным образом Я, верой в собственную удачливость и убеждением о контроле над своей жизнью (табл. 4).

Таблица 2 / Table 2

Показатели качества внутренней структуры модели СУЦП-2
Quality indicators of the structure of the DDLSM-2

Выборка / Sample	Df	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	RMSEA 90% confidence interval
Вся выборка (СУЦП-2) / The entire sample (DDLSM-2)	318	0,909	0,900	0,071	0,070	0,068–0,073
14–17 лет (СУЦП-2) / 14–17 years old (DDLSM-2)	321	0,919	0,911	0,064	0,069	0,065–0,073
18–39 лет (СУЦП-2) / 18–39 years old (DDLSM-2)	318	0,089	0,887	0,074	0,073	0,070–0,076
Вся выборка (СУЦП-2) (post-hoc) / The entire sample (DDLSM-2) (post-hoc)	314	0,925	0,916	0,071	0,064	0,062–0,067

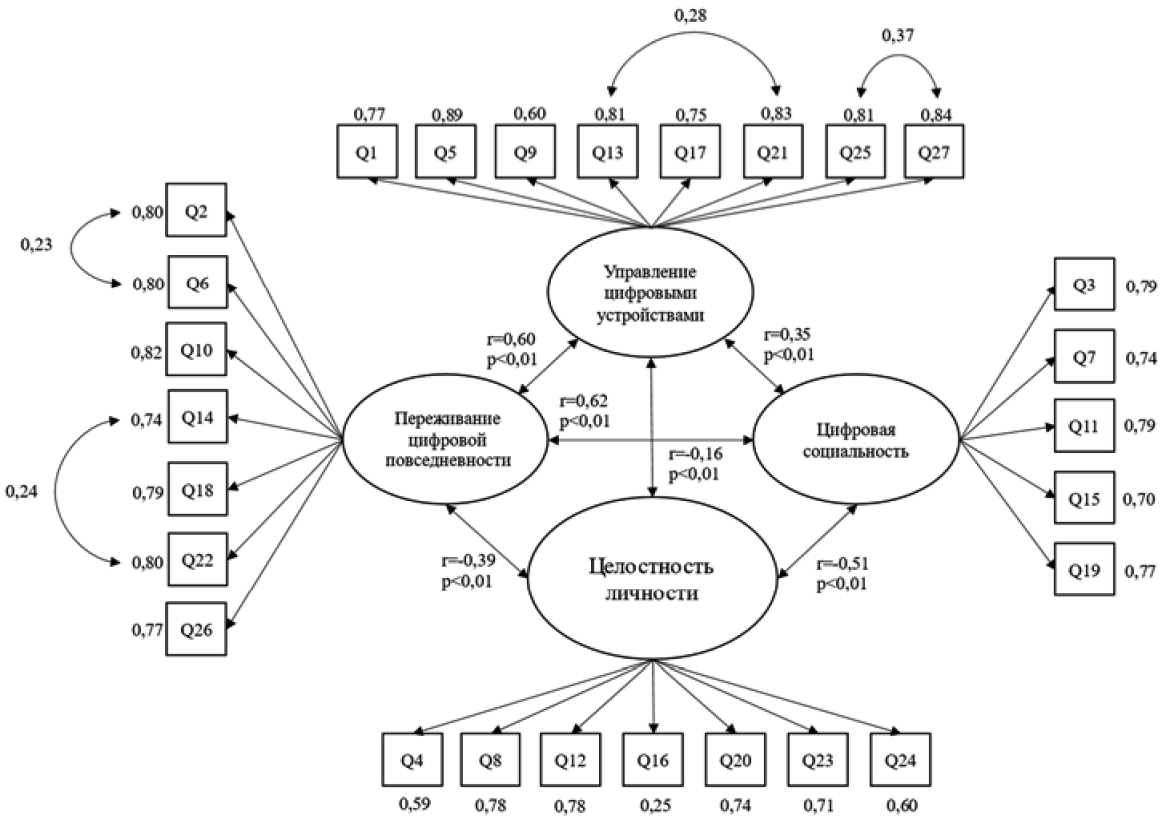


Рис. 1. Модель внутренней структуры СУЦП-2

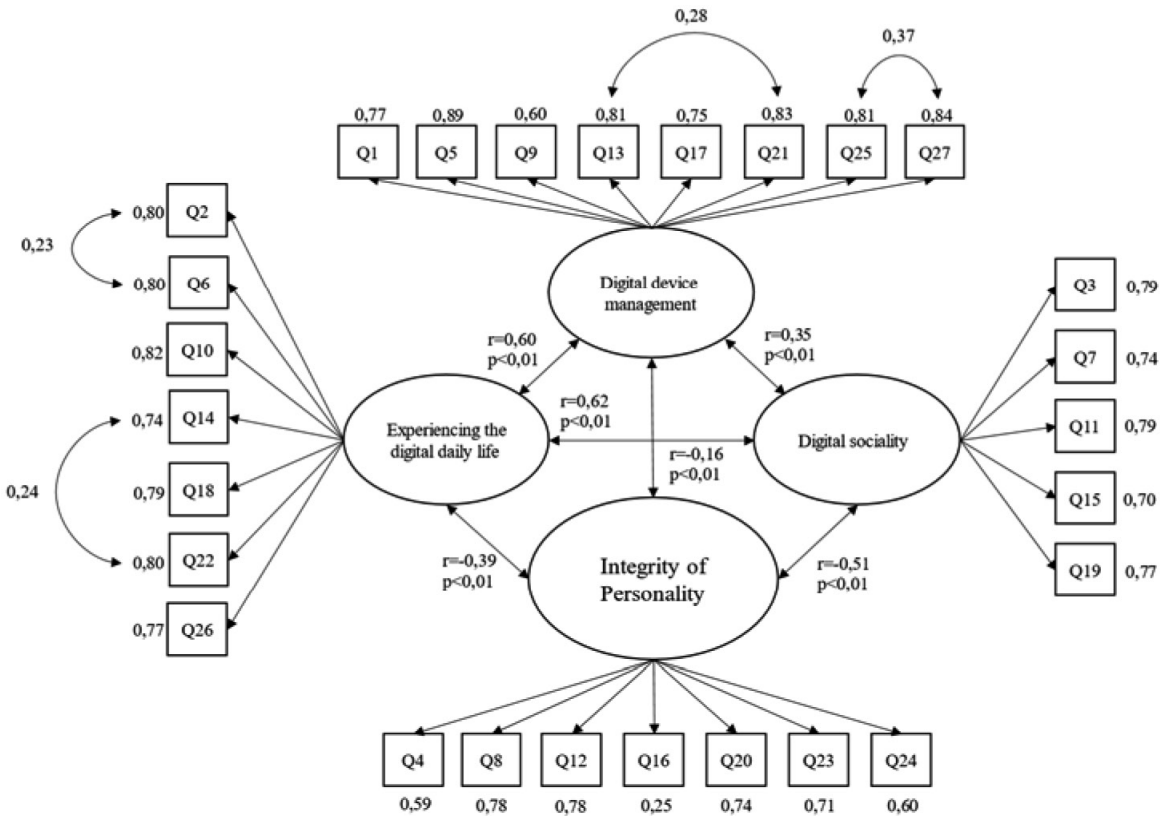


Fig. 1. Factor structure of the DDLSM-2

Профили личности. С использованием иерархического кластерного анализа (методом наиболее удаленного соседа) были выделены 4 группы, которые продемонстрировали различия по всем

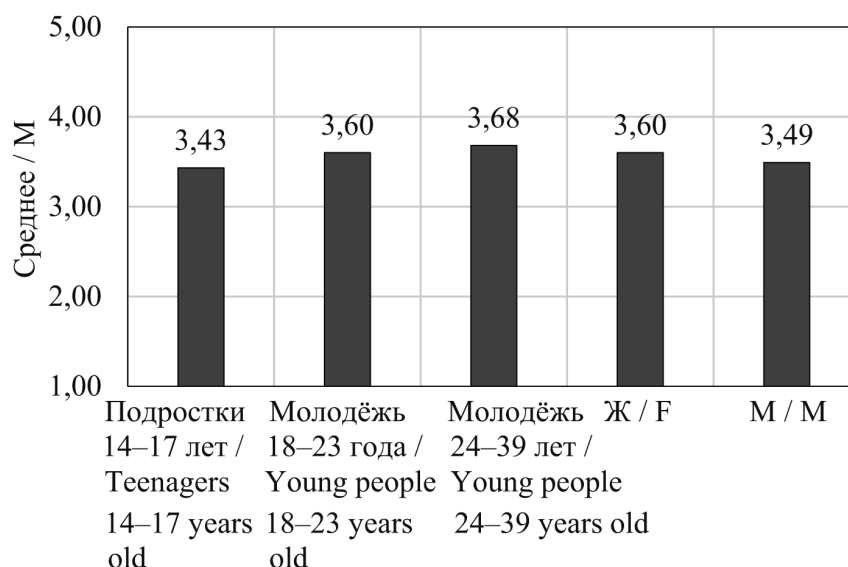


Рис. 2. Социодемографические показатели субшкалы «Целостность личности»
 Fig. 2. Sociodemographic differences of the subscale «Integrity of Personality»

Таблица 4 / Table 4

Корреляции показателей методик с субшкалой «Целостность личности»
Correlations of the indicators with the subscale «Integrity of Personality»

Шкалы и субшкалы / Scales and subscales		Коэффициент корреляции Пирсона / Pearson correlation
Общий показатель счастья / Happiness		0,17**
Жизнестойкость / Hardiness	Вовлеченность / Commitment	0,28**
	Контроль / Control	0,21**
	Принятие риска / Challenge	0,23**
	Общий показатель / Hardiness	0,27**
Базисные убеждения / World assumptions scale	Доброжелательность окружающего мира / Benevolence of World	0,16**
	Справедливость / Justice	0,07
	Образ Я / Self-Worth	0,19**
	Удача / Luckiness	0,16*
	Убеждение О Контроле/Control	0,18*

Примечание: «**» — корреляция значима на уровне $p < 0,01$.
 Note: «**» — correlation is significant at the 0,01 level.

субшкалам СУЦП-2: «Целостность личности» ($F(3,1837) = 282,7$, $\eta^2 = 0,32$, $p < 0,001$); «Управление цифровыми устройствами» ($F(3,1837) = 1767,9$, $\eta^2 = 0,74$, $p < 0,001$), «Переживание цифровой повседневности» ($F(3,1837) = 1156,7$, $\eta^2 = 0,65$, $p < 0,001$), «Цифровая социальность» ($F(3,1837) = 729,3$, $\eta^2 = 0,54$, $p < 0,001$) (рис. 3). Треть респондентов (31%) вошли в первую группу — «стратеги», более трети (40,4%) во вторую — «интеграторы», а в третью (14,3%) — «дезадаптанты», и четвертую (14,4%) — «минималисты» — вошел каждый седьмой (рис. 3).

В представленных группах обнаруживаются различия по шкале счастья ($F(3,1835) = 24,4$, $\eta^2 = 0,04$, $p < 0,01$), с пиком у первой группы «стратеги» ($M = 19,2$) и второй группы «интеграторы» ($M = 18,0$), снижением у третьей группы «дезадаптанты» ($M = 17,0$) и четвертой группы «минималисты» ($M = 16,6$). Частично схожие различия получены и по

шкале Жизнестойкости ($F(3,1835) = 32,3$, $\eta^2 = 0,05$, $p < 0,01$): пики у первой группы «стратеги» ($M = 21,4$) и второй группы «интеграторы» ($M = 18,3$), снижение у третьей группы «дезадаптанты» ($M = 17,9$), но высокие показатели у четвертой группы «минималисты» ($M = 20,7$).

Обсуждение результатов

Психометрические характеристики СУЦП-2.

Полученные результаты демонстрируют надежность-согласованность, хорошее качество внутренней структуры и факторную валидность шкалы СУЦП-2, включающую четыре субшкалы: «Управление цифровыми устройствами», «Переживание цифровой повседневности» и «Цифровая социальность», и новой субшкалы «Целостность личности».

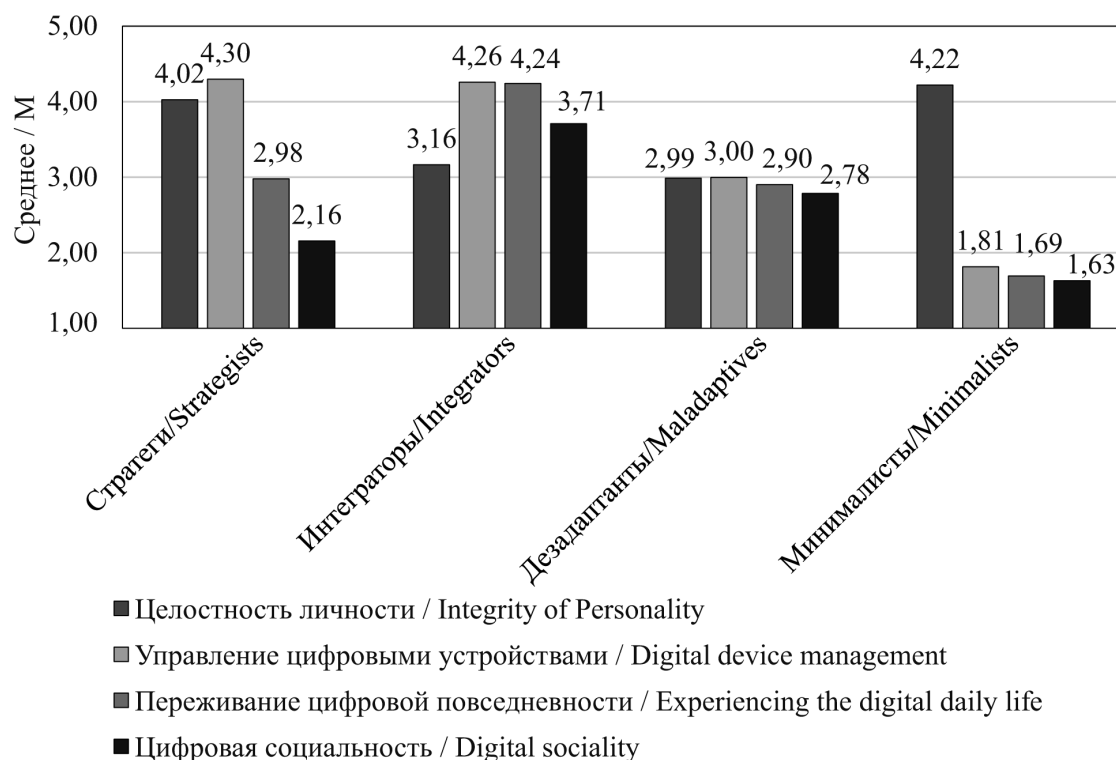


Рис. 3. Профили по субшкалам СУЦП-2
 Fig. 3. Profiles by DDLSM-2 subscales

Связь субшкалы «Целостность личности» с общим показателем счастья, с жизнестойкостью, положительным образом Я и убежденностью в контроле над собственной жизнью демонстрируют ее конвергентную валидность. Полученные результаты согласуются с общепризнанной позицией о значимости целостности для устойчивости, развития и благополучия личности (Костромина, Гришина, 2024). Отрицательная связь субшкалы «Целостность личности» с другими субшкалами СУЦП-2 показывает, что целостность личности на данном эволюционном этапе подвергается испытанию в условиях цифровизации разных сфер жизни, когда, в первую очередь, большая вовлеченность в цифровую социальную жизнь, а также значимость цифровых достроек в повседневности и сильная эмоциональная привязанность к ним осложняют интегративные процессы. Можно провести параллель с существующими исследованиями негативных эффектов социальных сетей и цифровых зависимостей на благополучие личности (Karakose et al., 2023; Sala et al., 2024). Парадоксальная на первый взгляд отрицательная, хотя и слабая, связь с субшкалой «Управление цифровыми устройствами» может объясняться большим количеством усилий, которые приходится прикладывать личности для осознанного отношения к цифровым устройствам и контроля их использования. Это, по-видимому, истощает ресурсы личности, которые необходимо распределять, как на управление цифровыми достройками для эффективного функционирования в смешанной реальности, так и на поддержание целостности.

Целостность технологически достроенной личности. В новую субшкалу вошли только обратные пункты, отражающие риски целостности достроенной личности, ее дефицитарность на основе совокупности симптомов цифровой дезадаптации. Этот факт является важным содержательным результатом и указывает на то, что в современном цифровом контексте целостность проявляется проблемно, через фиксацию ее нарушений. Это вполне согласуется с деятельностным подходом, где развитие часто идет через осознание и преодоление противоречий и трудностей и обозначение зон актуального и ближайшего развития личности в ее взаимодействии с технологиями. При этом пункты субшкалы в полной мере соответствуют изначальной теоретической модели, включающей семь критериев целостности, что подтверждает сложную и многоуровневую природу данного феномена. Полученные результаты дополняют существующие представления о целостности с учетом новых цифровых реалий и смешанной реальности в контексте значимости целостности телесного Я (Смирнов, 2016; Krueger, 2013), непрерывности и согласованности идентичности (Гришина, 2024), расширения границ Я (Clark, Chalmers, 1998), ценностно-смысловых ориентаций (Леонтьев, 2003), согласованности социальных норм поведения (Suler, 2004), автономии (Deci, Ryan, 2015), самопознания (Feng et al., 2021). В целостности технологически достроенной личности ключевой становится способность овладевать цифровыми инструментами через сохранение баланса между реальным и виртуальным, отдавая

приоритет первому, обеспечивая функциональное, инструментальное использование цифровых технологий без утраты связи с физической и социальной реальностью. Именно такая личность обнаруживает возможность к произвольной саморегуляции своих личностных границ между онлайн и офлайн. Это позволяет ей избегать «растворения» в цифровом пространстве и поддерживать непрерывность и целостность Я в условиях технологически опосредованной повседневности, преобразуя вызовы цифровизации в зону своего развития.

Профили технологически достроенной личности. По результатам кластерного анализа были выделены четыре группы респондентов, различающиеся по профилям субшкал СУЦП-2, а также по уровню счастья и жизнестойкости: «интеграторы», «стратеги», «дезадаптанты», «минималисты». Наиболее благополучными в контексте киберфизической повседневности выступают первые два профиля. Они же представляются наиболее распространенными по выборке (более 70%). Первая группа «стратеги» сочетает высокую целостность технологически расширенной личности и развитые стратегические навыки управления цифровыми устройствами с критическим отношением к цифровой среде и относительно невысокой вовлеченностью в цифровую социальность. Такое сочетание характеристик технологически расширенной личности обеспечивает данному профилю наиболее высокие показатели счастья и жизнестойкости. Вторая и самая многочисленная группа «интеграторы» также демонстрирует хорошие показатели благополучия: умеренные показатели целостности сочетаются с развитыми способностями к управлению цифровыми устройствами, высокой значимостью цифровой повседневности и вовлеченностью в социальный онлайн-мир, что обеспечивает социальную интеграцию, эффективность и поддерживает субъективное благополучие в условиях смешанной реальности. В отличие от них, группа «дезадаптанты» характеризуется снижением всех показателей СУЦП-2, а также счастья и жизнестойкости, что позволяет рассматривать ее как относительно неблагополучную в цифровом и психологическом отношении. Четвертая «минималисты», напротив, демонстрирует высокие уровни целостности и жизнестойкости, однако низкая вовлеченность в цифровую повседневность ограничивает возможности реализации и позитивного функционирования в современных киберфизических условиях, что может ограничивать потенциал для переживания счастья в современном мире. В этом случае низкий уровень счастья может интерпретироваться не как личная неудача, а как возможная плата за автономию в цифровом обществе. Наибольшее благополучие и жизнестойкость достигаются при сочетании критического отношения к цифровой среде с умеренной или высокой степенью включенности в нее, тогда как чрезмерное ограничение цифрового участия либо недостаточная целостность личности сопряжены с рисками снижения адаптации и уровня счастья. Полученные данные вносят вклад в понимание оптималь-

ных стратегий развития технологически достроенной личности. Таким образом, мы видим, что в сложных системах (личность в смешанной реальности) целостность — это не простая сумма частей и возможно существование качественно различных конфигураций переменных на уровне различных типов. Выделенные профили представляют собой не «идеальные» типы, а различные адаптивные стратегии, к которым приходят люди в ответ на вызовы смешанной реальности. Каждый профиль — уникальный баланс между пользой и ценой цифровизации. Для верификации этих типов и понимания мотивации и жизненных стратегий респондентов, попавших в каждый кластер, требуется дополнительно качественное исследование.

Разработанный методический инструментарий СУЦП-2 может использоваться в психологическом консультировании для диагностики проблем адаптации в смешанной реальности и разработки индивидуальных стратегий поддержки, в образовании и организационной сфере для мониторинга цифровых аспектов благополучия учащихся и сотрудников, в академических исследованиях — как основа для дальнейшего изучения трансформаций личности в условиях цифровизации и сращивания с технологическими достройками.

Заключение

1. Разработана и апробирована новая версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2), включающая субшкалу «Целостность личности». Подтверждена надежная факторная структура, состоящая из четырех компонентов, и валидность Шкалы.

2. Целостность технологически достроенной личности, теоретически определенная через семь критериев (телесное Я, идентичность, расширение границ Я, автономия, согласованность социальных норм поведения, единство ценностно-смысловых ориентаций и самопознание), эмпирически проявляет себя преимущественно через индикаторы своего нарушения. Этот факт свидетельствует о том, что в условиях цифровизации целостность переживается личностью не как данность, а как задача, требующая осознанного разрешения. Индикаторы нарушения целостности позволяют обозначить зоны актуального и ближайшего развития личности, связанного с овладением цифровыми инструментами как новыми психологическими орудиями, что определяет успешность управления цифровой повседневностью и возможности перехода к новой целостности.

3. Установлена положительная связь показателя целостности технологически расширенной личности с субъективным благополучием (счастьем), жизнестойкостью и базисными убеждениями, что подтверждает ее роль как ключевого ресурса адаптации и преадаптации в смешанной реальности.

4. Выделены четыре профиля технологически расширенной личности, различающиеся по адапта-

ционному потенциалу и благополучию: «стратегии», «интеграторы», «дезадаптанты», «минималисты». Наиболее благополучными являются профили «стратегов» и «интеграторов», сочетающие высокую или умеренную целостность с развитыми навыками управления цифровой средой. Выделение различных адаптивных стратегий позволяет наметить пути перехода от изучения простых линейных связей к анализу сложных, системных конфигураций личности в новой экосистеме развития человечества.

5. Результаты свидетельствуют о том, что для психологического благополучия и устойчивости в условиях смешанной реальности критически важным является не минимизация цифровой вовлеченности, а развитие способности к управлению цифровыми устройствами и интеграции цифрового опыта в целост-

ную систему личности при сохранении автономии и связи с реальностью.

Ограничения. Ограничением исследования является необходимость дальнейшей верификации опросника на репрезентативных выборках различных возрастных групп и типов проживания. Кроме того, исследование проведено на российской выборке и его результаты могут быть специфичны для данного культурно-исторического контекста.

Limitations. A limitation of the study is the need for further verification of the questionnaire on representative samples from various age groups and types of residence. Additionally, as the research was conducted on a Russian sample, the findings may be specific to that cultural and historical context.

Список источников / References

1. Выготский, Л.С. (1984). *Собрание сочинений: В 6 т.: Том 3*. М.: Педагогика.
Vygotskij, L.S. (1984). *Collected Works: In 6 volumes: Volume 3*. Moscow: Pedagogy. (In Russ.).
2. Гришина, Н.В. (2024). Идентичность как проявление целостности личности. *Социальная психология и общество*, 15(4), 12–24. <https://doi.org/10.17759/sps.2024150402>
Grishina, N.V. (2024). Identity as a Manifestation of the Wholeness of Personality. *Social Psychology and Society*, 15(4), 12–24. <https://doi.org/10.17759/sps.2024150402> (In Russ.).
3. Гуревич, П.С. (2004). *Проблема целостности человека*. М.: ИФРАН.
Gurevich, P.S. (2004). *The problem of human integrity*. Moscow: Institute of Philosophy, Russian Academy of Sciences (IFRAN). (In Russ.).
4. Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, 1, 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.
Osin, E.N., Leont'ev, D.A. (2020). Brief Russian-language scales for diagnosing subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, 1, 117–142. (In Russ.). <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>.
5. Осин, Е.Н. (2013). Факторная структура краткой версии Теста жизнестойкости. *Организационная психология*, 3(3), 42–60.
Osin, E.N. (2013). Factor structure of the short version of the Hardiness Test. *Organizational Psychology*, 3(3), 42–60. (In Russ.).
6. Коптева, Н.В., Калугин, А.Ю., Береснева, Е.Н. (2024). Шкала экспресс-оценки чувства онлайн-офлайн идентичности: теоретическое и эмпирическое обоснование. *Сибирский психологический журнал*, 94, 41–66. <https://doi.org/10.17223/17267080/94/3>
Kopteva, N.V., Kalugin, A.Y., Beresneva, E.N. (2024). Online-Offline Identity Sense Rapid Assessment Scale: Theoretical and Empirical Validation. *Siberian Journal of Psychology*, 94, 41–66. (In Russ.). <https://doi.org/10.17223/17267080/94/3>
7. Костромина, С.Н., Гришина, Н.В. (2024). Целостность как фундаментальная категория в описании природы личности. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 14(3), 394–413. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.301>
Kostromina S.N., Grishina N.V. (2024). Wholeness as a fundamental category in describing the nature of personality. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 14(3), 394–413. (In Russ.). <https://doi.org/10.21638/spbu16.2024.301>
8. Леонтьев, Д.А. (2003). *Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности*. М.: Смысл.
Leontiev, D.A. (2003). *Psychology of meaning: Nature, structure, and dynamics of the semantic reality*. Moscow: Smysl. (In Russ.).
9. Маслоу, А. (2003). *Мотивация и личность*. СПб.: Питер.
Maslow, A. (2003). *Motivation and personality*. St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
10. Олпорт, Г. (2002). *Становление личности*. М.: Смысл.
Allport, G. (2002). *Becoming: Basic considerations for a psychology of personality*. Moscow: Smysl. (In Russ.).
11. Падун, М.А., Котельникова, А.В. (2007). *Методика исследования базисных убеждений личности*. М.: Лаборатории психологии и психотерапии посттравматического стресса ИПРАН
Padun, M.A., Kotelnikova, A.V. (2007). *Methodology for studying basic beliefs of personality*. Moscow: Laboratory of Psychology and Psychotherapy of Post-Traumatic Stress, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences. (In Russ.).
12. Смирнов, С.А. (2016). Умное тело или проблема формирования человеческой телесности в ситуации жизненного аутсорсинга. Часть 1. *Культурно-историческая психология*, 12(1), 4–13. <https://doi.org/10.17759/chp.2016120101>
Smirnov, S.A. (2016). Smart Body or the Problem of Human Corporeality Development in the Context of Outsourced Life. Part 1. *Cultural-Historical Psychology*, 12(1), 4–13. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/chp.2016120101>
13. Солдатова, Г.У., Войскунский, А.Е. (2021). Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: Новая экосистема и социальная эволюция психики. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 18(3), 431–450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>

- Soldatova, G.U., Voyskunkiy, A.E. (2021). Social-cognitive concept of digital socialization: New ecosystem and social evolution of the psyche. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 18(3), 431–450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>
14. Солдатова, Г.У., Илюхина, С.Н. (2025). Человек технологически достроенный: в поисках целостности. *Культурно-историческая психология*, 21(1), 13–23. <https://doi.org/10.17759/chp.2025210102>
- Soldatova, G.U., Ilyukhina, S.N. (2025). Digital Extended Man Looking for his Wholeness. *Cultural-Historical Psychology*, 21(1), 13–23. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/chp.2025210102>
15. Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2022). Я-реальное и Я-виртуальное: идентификационные матрицы подростков и взрослых. *Культурно-историческая психология*, 18(4), 27–37. <https://doi.org/10.17759/chp.2022180403>
- Soldatova, G.U., Chigarkova, S.V., Ilyukhina, S.N. (2022). Real-Self and Virtual-Self: Identity Matrices of Adolescents and Adults. *Cultural-Historical Psychology*, 18(4), 27–37. <https://doi.org/10.17759/chp.2022180403>
16. Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2024a). Технологически расширенная личность: разработка и апробация шкалы самоуправления цифровой повседневностью. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 47(2), 175–200. <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-20>
- Soldatova, G.U., Chigarkova, S.V., Ilyukhina, S.N. (2024a). Digital extended personality: development and testing of a digital daily life self-management scale. *Lomonosov Psychology Journal. Series 14. Psychology*, 47(2), 175–200. (In Russ.). <https://doi.org/10.11621/LPJ-24-20>
17. Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2024b). Метаморфозы идентичности человека достроенного: от цифрового донора к цифровому кентавру. *Социальная психология и общество*, 15(4), 40–57. <https://doi.org/10.17759/sps.2024150404>
- Soldatova, G.U., Chigarkova, S.V., Ilyukhina, S.N. (2024b). Metamorphosis of the Identity of the Human Completed: from Digital Donor to Digital Centaur. *Social Psychology and Society*, 15(4), 40–57. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2024150404>
18. Тхостов, А.Ш. (2002). Психология телесности. М.: Смысл. Tkhostov, A.Sh. (2002). *Psychology of embodiment*. Moscow: Smysl. (In Russ.).
19. Эрикссон, Э. (1996). *Идентичность: юность и кризис*. М.: Прогресс. Erikson, E. (1996). *Identity: Youth and Crisis*. Moscow: Progress. (In Russ.).
20. Clark, A., Chalmers, D. (1998). The Extended Mind. *Analysis*, 58(1), 7–19.
21. Deci, E.L., Ryan, R.M. (2015). Self-Determination Theory. In: *Elsevier eBooks* (486–491). <https://doi.org/10.1016/b978-0-08-097086-8.26036-4>
22. Feng, S., Mäntymäki, M., Dhir, A., Salmela, H. (2021). How self-tracking and the quantified self Promote Health and Well-being: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 23(9), e25171. <https://doi.org/10.2196/25171>
23. Karakose, T., Yıldırım, B., Tülübaş, T., Kardas, A. (2023). A comprehensive review on emerging trends in the dynamic evolution of digital addiction and depression. *Frontiers in Psychology*, 14, 1126815. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1126815>
24. Kelley, K.J., Gruber, E.M. (2013). Problematic Internet use and physical health. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(2), 108–112. <https://doi.org/10.1556/jba.1.2012.016>
25. Kokka, I., Mourikis, I., Nicolaides, N.C., Darviri, C., Chrousos, G.P., Kanaka-Gantenbein, C., Bacopoulou, F. (2021). Exploring the effects of problematic internet use on adolescent sleep: A Systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 760. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020760>
26. Krueger, D.W. (2013). *Integrating body self & psychological self*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203890202>
27. Lupton, D. (2016). *The Quantified Self*. John Wiley & Sons.
28. Paakkari, L., Tynjälä, J., Lahti, H., Ojala, K., Lyyra, N. (2021). Problematic Social Media Use and Health among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1885. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041885>
29. Park, C.S., Kaye, B.K. (2019). Smartphone and self-extension: Functionally, anthropomorphically, and ontologically extending self via the smartphone. *Mobile Media & Communication*, 7(2), 215–231. <https://doi.org/10.1177/2050157918808327>
30. Ross, M.Q., Kushlev, K. (2025). Antecedents and consequences of smartphone self-extension. *Psychology of Popular Media*, 14(1), 12–21. <https://doi.org/10.1037/ppm0000540>
31. Sala, A., Porcaro, L., Gomez, E. (2024). Social Media Use and adolescents' mental health and well-being: An umbrella review. *Computers in Human Behavior Reports*, 14, 100404. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100404>
32. Suler, J. (2004). The Online Disinhibition Effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>
33. Zimmermann, D., Wehler, A., Kaspar, K. (2023). Self-representation through avatars in digital environments. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 42, 21775–21789. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03232-6>

Приложение / Appendix

Приложение. Бланк и ключ шкалы. <https://doi.org/10.17759/pse.2025300>
Appendix A. Form and key for the scale. <https://doi.org/10.17759/pse.2025300>

Информация об авторах

Солдатова Галина Уртанбековна, доктор психологических наук, академик РАО, профессор кафедры психологии личности факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова (ФГБОУ ВО «МГУ имени М.В. Ломоносова»); руководитель Центра изучения личности в цифровой и смешанной реальности, Московский институт психоанализа (НОЧУ ВО МИП), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

Чигарькова Светлана Вячеславна, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник кафедры психологии личности факультета психологии Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова (ФГБОУ ВО «МГУ имени М.В. Ломоносова»); старший научный сотрудник Центра изучения личности в цифровой и смешанной реальности, Московский институт психоанализа (НОЧУ ВО МИП), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7473-9025>, e-mail: chigars@gmail.com

Илюхина Светлана Николаевна, психолог кафедры психологии личности факультета психологии Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова (ФГБОУ ВО «МГУ имени М.В. Ломоносова»); научный сотрудник Центра изучения личности в цифровой и смешанной реальности, Московский институт психоанализа (НОЧУ ВО МИП), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>, e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

Information about the authors

Galina U. Soldatova, Grand PhD in Psychology, Academician of the Russian Academy of Education, Professor, Chair of Personality Psychology, Department of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Head of the Center for the Study of Personality in Digital and Mixed Reality at the Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

Svetlana V. Chigarkova, PhD in Psychology, Senior Researcher, Chair of Personality Psychology, Department of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Senior Researcher of the Center for the Study of Personality in Digital and Mixed Reality at the Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7473-9025>, e-mail: chigars@gmail.com

Svetlana N. Ilyukhina, Psychologist, Chair of Personality Psychology, Department of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Researcher of the Center for the Study of Personality in Digital and Mixed Reality at the Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>, e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

Вклад авторов

Солдатова Г.У. — идея исследования; разработка Шкалы; контроль за проведением исследования; написание рукописи.

Чигарькова С.В. — планирование исследования; разработка Шкалы; сбор данных; визуализация результатов исследования; написание рукописи; аннотирование.

Илюхина С.Н. — разработка Шкалы; сбор и анализ данных; применение статистических, математических или других методов для анализа данных; визуализация результатов исследования; написание и оформление рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Galina U. Soldatova — ideas; development of the scale; control over the research; writing of the manuscript.

Svetlana V. Chigarkova — planning of the research; development of the scale; data collection; visualization of research results; annotation and writing of the manuscript.

Svetlana N. Ilyukhina — development of the scale; data collection and analysis; application of statistical, mathematical methods for data analysis; visualization of research results; writing and design of the manuscript.

All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

Декларация об этике

Исследование было рассмотрено и одобрено Комиссией по биоэтике ФГБОУ ВО «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова» (протокол №164-д-з от 26.09.2024).

Ethics statement

The study was reviewed and approved by the Bioethics Committee of Lomonosov Moscow State University (report no 164-д-з, 2025/09/26).

Поступила в редакцию 06.10.2025

Received 2025.10.06

Поступила после рецензирования 04.11.2025

Revised 2025.11.04

Принята к публикации 10.12.2025

Accepted 2025.12.10

Опубликована 29.12.2025

Published 2025.12.29