



МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

MOSCOW STATE UNIVERSITY
OF PSYCHOLOGY AND EDUCATION

ISSN: 3034-3666

2026 • Том 3 • № 3

2026 • Vol. 3 • no.3

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И БЕЗОПАСНОСТЬ ЛИЧНОСТИ

EXTREME PSYCHOLOGY AND PERSONAL SAFETY



Экстремальная психология и безопасность личности

2026. Том 3. № 3

Extreme Psychology and Personal Safety

2026. Vol. 3, no. 3



Экстремальная психология и безопасность личности

Сетевой научный журнал

«Экстремальная психология и безопасность
личности»

Редакционная коллегия

Бережина Т.Н. (Россия) – главный редактор

Баева И.А. (Россия), Балан И.С. (США), Каплан В.
(Турция), Барабанщикова В.В. (Россия), Бриль М.С.
(Россия), Горностаев С.В. (Россия), Деулин Д.В.
(Россия), Екимова В.И. (Россия), Караяни А.Г.
(Россия),
Носс И.Н. (Россия), Пергаменщик Л.А. (Беларусь),
Петровский В.А. (Россия), Поздняков В.М. (Россия),
Розенова М.И. (Россия), Селиванов В.В. (Россия),
Федотов А.Ю. (Россия), Харламенкова Н.Е.
(Россия), Цветков В.Л. (Россия), Шаранов Ю.А.
(Россия), Марьин М.И. (Россия), Рыбцов С.А.
(Россия), Стельмах С.А. (Казахстан)

Ответственный секретарь

Пахалкова А.А.

Редактор и корректор

Муратханов В.А.

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ ФГБОУ ВО

«Московский государственный психолого-
педагогический университет»

Адрес редакции

Россия, 123290, Москва, Шелепихинская
набережная, д.2А, строение 3, кабинет 207
Телефон: +7 (499) 244-07-10

Е-mail: epsyps@mgppu.ru

Сайт: <https://psyjournals.ru/journals/epps/contacts>

Издается с 2024 года

Периодичность: 4 раза в год

Свидетельство о регистрации СМИ:

серия Эл № ФС77-86694 от 22 января 2024 г.

Все права защищены. Название журнала, логотип,
рубрики, все тексты и иллюстрации являются
собственностью ФГБОУ ВО МГППУ и защищены
авторским правом. Перепечатка материалов
журнала и использование иллюстраций допускается
только с письменного разрешения редакции.

© ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет», 2026

Extreme Psychology and Personal Safety

Electronic Scientific Journal

“Extreme Psychology and Personal Safety”

Editorial board

Berezina T.N. (Russia) – **editor-in-chief**

Baeva I.A. (Russia), Balan I.S. (USA), Kaplan, V.
(Türkiye), Barabanshchikova V.V. (Russia), Bril M.S.
(Russia),
Gornostaev S.V. (Russia), Deulin D.V. (Russia),
Ekimova V.I. (Russia), Karayani A.G. (Russia),
Noss I.N. (Russia), Pergamenshchik L.A. (Belarus),
Petrowskiy V.A. (Russia), Pozdnyakov V.M. (Russia),
Rosenova M.I. (Russia), Selivanov V.V. (Russia),
Fedotov A.Y. (Russia), Kharlamenkova N.E. (Russia),
Tsvetkov V.L. (Russia), Sharanov Y.A. (Russia),
Maryin M.I. (Russia), Rybtsov S.A. (Russia),
Stelmakh S.A. (Kazakhstan)

Executive secretary

Pakhalkova A.A.

Editor and proofreader

Muratkhanov V.A.

FOUNDER & PUBLISHER

Moscow State University of Psychology and Education
(MSUPE)

Editorial office address

Shelepikhinskaya Embankment, 2A, building 3, office
207, Moscow, Russia, 123290
Phone: +7 (499) 244-07-10

Е-mail: epsyps@mgppu.ru

Web: <https://psyjournals.ru/journals/epps/contacts>

Published quarterly since 2024

The mass medium registration certificate:

EL № FS77-86694, registry date 22.01.2024

All rights reserved. Journal title, logo, rubrics, all text
and images are the property of MSUPE and
copyrighted. Using reprints and illustrations is allowed
only with the written permission of the publisher.

© MSUPE, 2026



Содержание журнала

«Экстремальная психология и безопасность личности»

2026. Том 3. № 3.

Тематический выпуск: «Небезопасное поведение»

<i>Рубрики, авторы, статьи</i>	<i>Страницы</i>
ОТ РЕДАКЦИИ	
Березина Т.Н. Вступительное слово тематического редактора	7—9
ПСИХОЛОГИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ	
Березина Т.Н., Цветкова А.С. Личностные факторы, влияющие на выбор небезопасного поведения в ситуации особого риска	10—27
ТЕХНОЛОГИИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ	
Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. Повышение устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям	28—47
Шарапов А.О., Шех О.И. Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий	48—70
Уколова А.А., Бузанов К.Э. Психологическая профилактика небезопасного поведения: опыт применения технологий виртуальной реальности	71—86
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ	
Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А., Жалдак А.И. Жизнестойкость и психологические ресурсы членов семей участников СВО	87—105
СОЦИАЛЬНАЯ И ПОЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ	
Салах Лаггун Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое поведение: модераторная роль психологической безопасности и сплоченности команды	106—128

Екимова В.И., Дризовская Н.Д.

Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований

129—144

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В.

Интегративная теоретическая модель исследования психологической безопасности преподавателей вуза

145—159

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю.

Телесные практики в психологической реабилитации при ПТСР (обзор зарубежных исследований)

160—173

Contents of the e-journal

“Extreme Psychology and Personal Safety”

Vol. 3, #3—2026

Thematic section: “Unsafe behavior”

<i>Columns, manuscripts, authors</i>	<i>Pages</i>
FROM THE EDITOR	
Berezina T.N. Foreword of Thematic Editor	7—9
PSYCHOLOGY OF EMERGENCY SITUATIONS	
Berezina T.N., Tsvetkova A.S. Personal factors influencing the choice of unsafe behavior in a particularly risky situation	10—27
TECHNOLOGIES FOR SUPPORTING ACTIVITIES IN EXTREME CONDITIONS	
Kokurin A.V., Abdrakhmanova D.V. Improving resilience of cadets to destructive information-psychological influences	28—47
Sharapov A.O., Shekh O.I. Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations	48—70
Ukolova A.A., Buzanov K.E. Psychological prevention of unsafe behavior: experience in using virtual reality technologies	71—86
PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN EXTREME SITUATIONS	
Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A., Zhaldak A.I. Hardiness and psychological resources of family members of SMO participants	87—105
SOCIAL AND POLITICAL PSYCHOLOGY OF SECURITY	
Salah Laggoune Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion	106—128

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D

Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions

129—144

PSYCHOLOGICAL SAFETY OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V.

Integrative theoretical model of psychological safety research among university teachers

145—159

EXTREME PSYCHOLOGY

Khramov E.V., Litvinova E.Yu.

Body practices in psychological rehabilitation for PTSD (review of foreign research)

160—173

Вступительное слово тематического редактора

Уважаемые читатели!

Представляем вашему вниманию новый тематический выпуск нашего журнала, тема выпуска — «Небезопасное поведение». Ключевым критерием, позволяющим отнести поведение к категории небезопасного и дифференцировать его от иных форм отклоняющегося или рискованного поведения, выступает совершение субъектом действий, противоречащих требованиям безопасности. В широком понимании небезопасное поведение охватывает любые действия, угрожающие психологической безопасности личности: они способны усиливать стрессовую нагрузку и нарушать внутреннюю целостность человека. В узком смысле, с позиций поведенческой психологии, под небезопасным поведением подразумевают действия, повышающие вероятность аварий, травм и иных неблагоприятных последствий для жизни и здоровья.

Выпуск открывает статья Т.Н. Березиной и А.С. Цветковой, в которой исследуется связь личностных характеристик с предрасположенностью к небезопасному поведению. Авторы применяют метод натурного моделирования ситуации особого риска (в условиях объявленной террористической угрозы). Террористическая угроза относится к числу наиболее опасных ситуаций, с которыми может столкнуться современный человек. Объявление террористической опасности провоцирует у людей страх, стресс и тревогу; согласно данным, полученным авторами, эти состояния способны выступать значимыми факторами небезопасного поведения. Результаты проведенного эксперимента свидетельствуют о том, что на выбор респондентами небезопасных моделей поведения в первую очередь влияют ситуативные эмоциональные факторы. Так, эмоция гнева, возникающая в ходе экстремального события, повышает предрасположенность к небезопасному поведению и увеличивает вероятность несчастного случая, тогда как ощущение спокойствия, напротив, снижает такую предрасположенность.

Рубрика «Технологии обеспечения деятельности в экстремальных условиях» представлена статьями как известных, так и молодых авторов. В статье А.В. Кокурина и Д.В. Абдрахмановой показано как реализация психолого-педагогических мероприятий, направленных на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз, способствует повышению психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям (статья «Повышение устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям»). Исследователи из Белгорода А.О. Шарапов и О.И. Шех представили читателям интегративную модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий: «Три контура — четыре принципа — пять протоколов». Эта модель позволяет сменить парадигму первой помощи с вербальной на поведенческо-соматическую, что повышает эффективность помощи, укрепляет психологическую безопасность военнослужащих и снижает риск вторичной травматизации. Молодые исследователи А.А. Уколова и К.Э. Бузанов представили обзор научной литературы в статье «Психологическая профилактика небезопасного поведения: опыт применения технологий виртуальной

реальности». В работе рассмотрено применение технологий виртуальной реальности для: обучения персонала; предотвращения несчастных случаев в сфере здравоохранения; профилактики бытовых травм у групп риска; предупреждения небезопасного поведения при наличии психологических проблем; подготовки специалистов опасных профессий; обучения гражданского населения навыкам поведения в чрезвычайных ситуациях и др.

Рубрика «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» представлена статьей коллектива авторов из Санкт-Петербургского государственного университета — А.А. Фоминой, В.Д. Дотдаевой, А.И. Жалдак и Г.В. Москаленко — «Жизнестойкость и психологические ресурсы членов семей участников СВО». Полученные авторами данные могут быть использованы для оказания поддержки семьям участников СВО: они позволяют опираться на понимание того, какие ресурсы помогают людям справляться с переживаниями в процессе адаптации к ситуации участия близкого в специальной военной операции.

В рубрике «Социальная и политическая психология безопасности» представлены статьи отечественных и зарубежных авторов. Наш коллега Laggoune Salah из Университета Абдельхамида Мехри Константина 2 (Алжир) в своей статье “Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion” рассказывает о токсичном лидерстве. Полученные автором данные демонстрируют, как токсичное лидерство влияет на возникновение небезопасного поведения на рабочем месте, и подчеркивают в качестве важнейших механизмов профилактики психологическую безопасность и сплоченность трудового коллектива в организациях государственного сектора. Отечественные исследователи В.И. Екимова и Н.Д. Дризовская рассматривают девиантное поведение подростков как фактор небезопасности (статья «Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований»). Авторы отмечают, что при изучении социальной идентичности подростков с девиантным поведением важно принимать во внимание нормативную возрастную динамику ее формирования. В качестве фактора небезопасности выступает незавершенность и относительная диффузность идентичности — ее следует соотносить с установленными нормативными ориентирами.

В рубрику «Психологическая безопасность образовательной среды» включено исследование А.В. Тимохина и Г.В. Гнездилова «Интегративная теоретическая модель исследования психологической безопасности преподавателей вуза». Авторы разработали интегративную теоретическую модель, в рамках которой психологическая безопасность трактуется как совокупный результат взаимодействия шести подходов. Ресурсный подход рассматривает утрату ресурсов как механизм профессионального выгорания; средовой подход фиксирует объективные характеристики образовательной среды; эконпсихологический — предлагает типологию взаимодействия в системе «человек — среда»; акмеологический — определяет вектор профессионального развития; энергоинформационный — учитывает психофизиологическую «цену» адаптации; индивидуально-личностный — подчеркивает значимость профессиональной готовности и личностных качеств педагога.

Вне темы выпуска представлена статья Е.В. Храмова и Е.Ю. Литвиновой «Телесные практики в психологической реабилитации при ПТСР (обзор зарубежных исследований)».

Представленные материалы объединены общей проблематикой — небезопасным поведением и психологической безопасностью личности в экстремальных, профессиональных и повседневных условиях. Тематический охват выпуска весьма широк: от теоретического

осмысления понятия до прикладных исследований в конкретных социальных контекстах. Во-первых, прослеживается устойчивый сдвиг от вербальных методов психологической помощи к поведенческо-соматическим и технологически опосредованным (виртуальная реальность, натурное моделирование). Во-вторых, в фокусе внимания не только сама личность, но и среда ее функционирования: образовательная, профессиональная, информационная. В-третьих, подчеркивается значимость коллективных и средовых факторов — сплоченности, лидерства, семейных ресурсов — наряду с индивидуально-личностными. Выпуск демонстрирует междисциплинарный подход к проблеме небезопасного поведения: она исследуется на пересечении поведенческой психологии, психологии экстремальных ситуаций, педагогической и социальной психологии. Объединяющим принципом выступает понимание того, что небезопасное поведение — не изолированный феномен, а результат взаимодействия эмоциональных, личностных, средовых и социокультурных факторов, требующий комплексных, многоуровневых мер профилактики и сопровождения.

В выпуск включены исследования, проведенные по гранту РФФИ № 25-28-02920 «Психологическая профилактика несчастных случаев в экстремальных ситуациях: разработка диагностической VR-модели для оценки предрасположенности к небезопасному поведению», а также материалы смежных исследований.

Тематический редактор:
Татьяна Николаевна Березина,
доктор психологических наук,
профессор кафедры научных основ
экстремальной психологии факультета
«Экстремальная психология»

ПСИХОЛОГИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ | PSYCHOLOGY OF EMERGENCY SITUATIONS

Научная статья | Original paper

Личностные факторы, влияющие на выбор небезопасного поведения в ситуации особого риска

Т.Н. Березина¹✉, А.С. Цветкова¹

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

✉ tanberez@mail.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Во всем мире увеличивается количество ситуаций особого риска, в том числе рисков рукотворного характера, вырос риск террористической угрозы. Одна из основных причин увеличения количества несчастных случаев — человеческий фактор, присущая людям предрасположенность к небезопасному поведению. **Цель:** выявить взаимосвязь личностных характеристик с предрасположенностью к небезопасному поведению с помощью натурного моделирования ситуации особого риска (объявленная террористическая угроза). **Методы и материалы.** Испытуемые: 100 человек ($20,9 \pm 1,95$ года), студенты гуманитарного профиля, из них девушек — 88. Методы: Самооценка эмоциональных состояний А. Уэссмана и Д. Рикса, Опросник тревожности Спилбергера-Ханина, Опросник оценки склонности к риску Г. Шуберта, Опросник агрессии Басса-Перри, Методика оценки осознанного присутствия (МООП), Онлайн-тест Струпа для изучения внимания, Методика моделирования «Оценка предрасположенности респондента к небезопасному поведению в экстремальных ситуациях: модель “Бомба”». Методы математической статистики. **Результаты.** В ситуации особого риска на выбор небезопасного поведения преимущественное влияние оказывают ситуативные эмоциональные факторы. Эмоция гнева, испытываемая в момент встречи с опасностью, усиливает предрасположенность к небезопасному поведению ($p < 0,01$), состояние спокойствия снижает, самооценочная тревожность увеличивает предрасположенность к небезопасному поведению ($p < 0,05$). Пол не влияет на выбор небезопасного поведения, однако выступает модулятором действия других факторов: общей агрессивности, эмоции гнева, скорости реакции, состояний «энергичность» и «усталость». Переменные: склонность к риску, личностная тревожность, осознанность присутствия — связи с предрасположенностью к небезопасному поведению не показали.

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

Выводы. В ситуации объявленной (но не непосредственной) кратковременной опасности на предрасположенность к небезопасному поведению преимущественное влияние оказывают ситуативные эмоциональные факторы (например, гнев повышает, а спокойствие снижает риск небезопасных действий). Возможно модулирующее действие некоторых переменных.

Ключевые слова: психологическая безопасность, небезопасное поведение, личность, экстремальные ситуации, склонность к риску, личностные черты

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 25-28-02920.

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в сборе данных для исследования К.Э. Бузанова, С.Г. Бороненко, Г.В. Дутикову.

Для цитирования: Березина, Т.Н., Цветкова, А.С. (2026). Личностные факторы, влияющие на выбор небезопасного поведения в ситуации особого риска. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 10—27. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030301>

Personality factors influencing the choice of unsafe behavior in a particularly risky situation

T.N. Berezina¹✉, A.S. Tsvetkova¹

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

✉ tanberez@mail.ru

Abstract

Context and relevance. The number of high-risk situations, including man-made ones, is increasing worldwide, and the risk of terrorist threats has grown. One of the main reasons for the increase in accidents is the human factor, the human predisposition to unsafe behavior. **Objective:** to identify the relationship between personal characteristics and predisposition to unsafe behavior using a natural simulation of a particularly risky situation (declared terrorist threat). **Methods and materials.** Subjects: 100 people (20.9 ± 1.95 years old), students of the humanities, including 88 girls. Methods: Self-assessment of emotional states by A. Wessman and D. Ricks, Spielberger-Khanin Anxiety Inventory, Questionnaire for assessing the propensity to take risks by G. Schubert, Buss-Perry Aggression Questionnaire, Methodology for assessing the conscious presence (MAP), Online Stroop test for studying attention, Modeling technique “Assessment of the respondent's predisposition to unsafe behavior in extreme situations: the “Bomb” model. Methods of mathematical statistics. **Results.** In high-risk situations, situational emotional factors predominantly influence the choice of unsafe behavior. Anger, experienced when confronted with danger, increases the predisposition to unsafe behavior ($p < 0.01$), while calmness reduces it, and self-reported anxiety increases the predisposition to unsafe behavior ($p < 0.05$). Gender does not influence the choice of unsafe behavior,

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

but it modulates the effects of other factors: general aggressiveness, anger, reaction speed, energy, and fatigue. Risk propensity, trait anxiety, and awareness of presence were not associated with a predisposition to unsafe behavior. **Conclusions.** In a situation of announced (but not immediate) short-term danger, situational emotional factors predominantly influence the predisposition to unsafe behavior (for example, anger increases, while calmness decreases, the risk of unsafe actions). A modulating effect of certain variables is also possible.

Keywords: psychological safety, unsafe behavior, personality, extreme situations, risk propensity, personality traits

Funding. The study was supported by the Russian Science Foundation, project number № 25-28-02920.

Acknowledgements. The authors thank K.E. Buzanov, S.G. Boronenko, and G.V. Dutikova for their assistance in collecting data for the study.

For citation: Berezina, T.N., Tsvetkova, A.S. (2026). Personal factors influencing the choice of unsafe behavior in a particularly risky situation. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 10—27. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030301>

Введение

Актуальность. В последние десятилетия увеличилось количество ситуаций особого риска во всем мире, в том числе рисков рукотворного характера. Растет количество техногенных аварий в опасных профессиях, вырос риск террористической угрозы для мирных жителей. Одна из основных причин увеличения количества несчастных случаев — человеческий фактор, в том числе присущая людям некоторая предрасположенность к небезопасному поведению. Согласно нашему определению, психологическая предрасположенность к небезопасному поведению — это совокупность внутренних личностных характеристик, когнитивных установок, эмоциональных и мотивационных особенностей, которые повышают вероятность совершения действий, ведущих к опасным для жизни и здоровья последствиям. Эта предрасположенность формируется под влиянием как врожденных факторов, так и жизненного опыта, социальных условий и личностных характеристик. Небезопасное поведение представляет собой выполнение действий, отклоняющихся от норм, правил и рекомендаций по обеспечению безопасности. Оно может приводить к повышению вероятности возникновения несчастных случаев в ситуациях особого риска (Березина, 2024).

В связи с этим особой актуальностью обладают исследования, позволяющие выявить конкретные психологические и личностные особенности респондентов, влияющие на развитие такой предрасположенности. Знание этих факторов и учет их позволит разрабатывать коррекционные и профилактические программы, снижающие вероятность несчастных случаев, в том числе в экстремальных ситуациях.

Чтобы систематизировать выделенные факторы, методологически мы опирались на теорию психологической безопасности И.А. Басовой, в которой выделяется поведенческий, когнитивный и эмоциональный компоненты безопасности (Басова, 2024). Также мы опирались на модель личностно-когнитивного контура стрессоустойчивости, описывающего

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

направленные и обратные связи между личностными, когнитивными и эмоциональными компонентами (Свиридова, Ершова, 2026).

Таким образом, мы сосредоточились на выделении эмоциональных, когнитивных и поведенческих факторов, отдельно рассматривая устойчивые личностные характеристики и ситуативные.

Как показывают современные научные исследования, на предрасположенность к небезопасному поведению в значительной степени влияют ситуативные эмоциональные факторы, в частности психоэмоциональные состояния. Например, испытываемые человеком страх, стресс, депрессивное или аффективное состояние, по мнению ряда авторов, могут провоцировать небезопасное поведение (Смирнова, Касперович, Максимова, 2020; Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022).

Позитивные эмоции тоже могут способствовать появлению несчастных случаев, но они часто выступают модуляторами других факторов: они могут снижать восприятие риска, особенно в подростковом и юношеском возрасте (Haase, Silbereisen, 2011). Уверенность в себе также может приводить к когнитивным искажениям и недооценке риска (Молчанова, Соколова, 2019). Другое эмоциональное состояние, снижающее безопасность, — это тревожность. Повышенная тревожность как фактор опасного поведения встречается во многих работах, описывающих результаты исследований склонности к опасному поведению у людей разных возрастов и рода деятельности (Смирнова, Касперович, Максимова, 2020; Стуколова, Волкова, 2016).

Также исследователи отмечают, что влияние могут оказывать и личностные черты. По данным исследований Д.М. Никифоровой и А.Д. Бойко, людям, реализующим небезопасное поведение, свойственны такие психологические качества, как раздражительность, эмоциональная неустойчивость, агрессивность, обидчивость, подозрительность, эгоистичность, склонность к доминированию над другими (Никифорова, Бойко, 2017, 2019).

Ю.А. Шатыр с коллегами из Военно-медицинской академии им. Кирова проводили исследование генетической и фенотипической предрасположенности к небезопасному поведению. Результаты показали тенденцию, общую для мужчин и женщин, характеризующую такие фенотипические факторы небезопасного поведения, как эмоциональная лабильность, невротизм, повышенная раздражительность, обидчивость, реактивная агрессивность и преобладание психотипа А. Кроме того, дополнительными генетическими факторами небезопасного поведения у женщин оказались склонность к аутоагрессии и низкий болевой порог (Шатыр и др., 2023).

Д.Ю. Кузнецов также отмечает реактивную агрессивность, эмоциональную лабильность и еще застенчивость у полицейских, склонных к опасному для жизни поведению (Кузнецов, 2010). На основании результатов исследования Р.В. Смирновой, И.В. Тарасовой и А.С. Джангазиевой можно заключить, что низкая стрессоустойчивость провоцирует небезопасное поведение (Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022).

Кроме того, М.В. Смирнова с коллегами пишут о неэффективных копингах, которые можно идентифицировать как формы проявления небезопасного поведения, причем они возникают тогда, когда человек тяготится недостаточной осмысленностью своей жизни, то есть здесь имеют место экзистенциальные кризисы. При этом склонность к риску не всегда выступает фактором небезопасного поведения (Смирнова, Касперович, Максимова, 2020).. Результаты

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

исследования М.В. Смирновой, Ю.Г. Касперович и Т.С. Максимовой показывают, что склонность к риску не обуславливает априорного выбора небезопасного поведения в опасной ситуации (Смирнова, Касперович, Максимова, 2020).

Существует сравнительно немного исследований когнитивных факторов, связанных с проявлением небезопасного поведения, однако И.А. Папкин и другие исследователи в структуре неадекватного поведения, опасного для самого субъекта, выделяют такие познавательные факторы, как трудности с распределением и концентрацией внимания, низкая сообразительность и скорость реакции, ригидное мышление и его низкая структурированность (Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022).

Обзор современных исследований позволил выделить несколько групп факторов, которые могут оказывать влияние на склонность к небезопасному поведению; их можно разделить на устойчивые личностные и ситуативные. Во-первых, это качества личности: агрессивность, тревожность, эмоциональная неустойчивость, доминантность, подозрительность, низкая стрессоустойчивость, эгоистичность, раздражительность, обидчивость, невротизм, выраженность психотипа А, застенчивость, а также дополнительно для женщин такие физиологические факторы, как низкий болевой порог и склонность к аутоагрессии (Стуколова, Волкова, 2016; Никифорова, Бойко, 2017, 2019; Шатыр и др., 2023). Во-вторых, небезопасное поведение могут провоцировать следующие состояния: страх, стресс, аффективные состояния, экзистенциальные кризисы, депрессия (Смирнова, Касперович, Максимова, 2020; Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022). И в-третьих, к когнитивным факторам риска отнесены сниженные внимание, скорость реакции и продуктивность мышления (Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022).

Одним из самых современных рисков является ситуация объявленной террористической угрозы, когда опасность уже объявлена, население призвано к повышенной бдительности, но явной зримой опасности для жизни еще не наблюдается. Террористическая угроза, будучи экстремальной ситуацией, провоцирует состояние страха, стресса, тревоги, которое, на основании приведенного выше анализа современной литературы, может быть фактором небезопасного поведения (Максимова, Дунаева, 2022). Одна из таких ситуаций — это ситуация заминированного здания или предмета. В большинстве своем существующие научные источники описывают в подобных условиях небезопасное поведение в контексте психологии толпы в процессе эвакуации. На предрасположенность к небезопасному поведению в такой ситуации, по данным литературы, влияет сформированность знаний и навыков соблюдения правил безопасного поведения (Терехин, Прокофьева, Белюшина, 2026; Słara, Dziubiński, 2014). Показатели самоконтроля и самообладания в ситуации «разминирования бомбы» в виртуальной реальности рассматриваются как показатели, снижающие риск совершить ошибку (Березина, Деулин, Гривенная, 2025). Кроме того, важно учитывать, что в экстремальной ситуации у людей обостряются генетические и личностные предрасположенности, поскольку возможность рациональной когнитивной оценки в стрессовой ситуации крайне ограничивается. Поэтому описанные выше личностные факторы также важно учитывать при изучении небезопасного поведения.

Цель настоящего исследования: выявить взаимосвязь личностных характеристик с предрасположенностью к небезопасному поведению с помощью натурного моделирования ситуации особого риска (объявленная террористическая угроза, наличие заминированной

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

дорожки и предложение респонденту выбрать безопасный путь — экспериментальная модель «Бомба»).

Гипотеза исследования: на предрасположенность к небезопасному поведению в исследуемой ситуации объявленной террористической угрозы преимущественное влияние будут оказывать ситуативные эмоциональные факторы, в то время как устойчивые характеристики могут выступать модуляторами.

Материалы и методы

Методы

Для оценки ситуативных характеристик:

1. Самооценка эмоциональных состояний А. Уэссмана и Д. Рикса. (A. Wessman, D. Ricks). Предлагалось оценить свое текущее состояние по шкалам: 1) спокойствие-тревожность; 2) энергичность-усталость; 3) приподнятость-подавленность; 4) уверенность-беспомощность; 5) интегральная шкала: общий уровень эмоционального состояния. Высокие показатели по шкалам говорят о хорошем состоянии (спокойствии, энергичности, приподнятости, уверенности).

2. Шкала оценки уровня реактивной тревожности Спилбергера-Ханина.

Для оценки устойчивых личностных черт:

1. Опросник оценки склонности к риску, RSK. Автор: Г. Шуберт (1964). Адаптация: М.А. Котик (1981). Измерялся один показатель: склонность к риску.

2. Шкала оценки уровня личностной тревожности Спилбергера-Ханина.

3. Опросник агрессии Басса-Перри, BPAQ-24. Авторы: Arnold Buss, Mark Perry (1992). Адаптация: С.Н. Ениколопов, Н.П. Цибульский (2007). Шкалы: физическая агрессия, гнев, враждебность, общая агрессивность (интегральная шкала).

Когнитивные факторы:

1. Методика оценки осознанного присутствия (МООП) — адаптация методики Mindful Attention Awareness Scale (MAAS). Авторы: К. Brown, R. Ryan (2003). Адаптация: Д.А. Леонтьев, О.В. Митина, Л.А. Александрова (2008, 2021). Вычислялся один показатель: осознанность.

2. Онлайн-тест Струпа для изучения внимания. Использовался показатель: время реакции.

Методы статистической обработки:

- 1) Описательная статистика.
- 2) Корреляционный анализ Спирмена.
- 3) -F-критерий Фишера для сравнения мужчин и женщин.
- 4) Множественная регрессия. Использовался макрос Hayes PROCESS (модель 1) для анализа простого модулируемого эффекта (простой модерации) в рамках регрессионного анализа.

Были заданы переменные:

Y — зависимая переменная — предрасположенность к небезопасному поведению;

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

W — модераторы — показатели пола и возраста;

X — независимая переменная — ситуативные и личностные переменные.

Для проведения статистических вычислений использовалась программа искусственного интеллекта Google Colab.

Метод моделирования

Методика «Оценка предрасположенности респондента к небезопасному поведению в экстремальных ситуациях: модель “Бомба”» (Березина, 2024). Проводился натурный эксперимент. Испытуемому предлагалось две дорожки, на одной — прикрытый листом бумаги, лежал едва заметный предмет — бомба (цилиндр диаметром 68—70 мм, высотой 8—10 мм), на другой лежал лист бумаги, под которым ничего не было. Задачей испытуемого было выбрать безопасную дорожку и пройти по ней. Делалось четыре пробы. Количество заступов на лист с бомбой считалось показателем предрасположенности к небезопасному поведению (максимальный балл — 4).

Испытуемые: 100 человек (средний возраст: $20,9 \pm 1,95$ года, студенты и магистранты гуманитарного профиля. Из них юношей — 12, девушек — 88. Все испытуемые прошли оценку предрасположенности к небезопасному поведению, но некоторые респонденты пропускали отдельные личностные опросники. Результаты таких испытуемых исключались при вычислении статистик по данным тестам.

Результаты

Мы вычислили показатели описательной статистики. Распределение респондентов по предрасположенности к безопасному поведению представлено ниже (рис. 1).

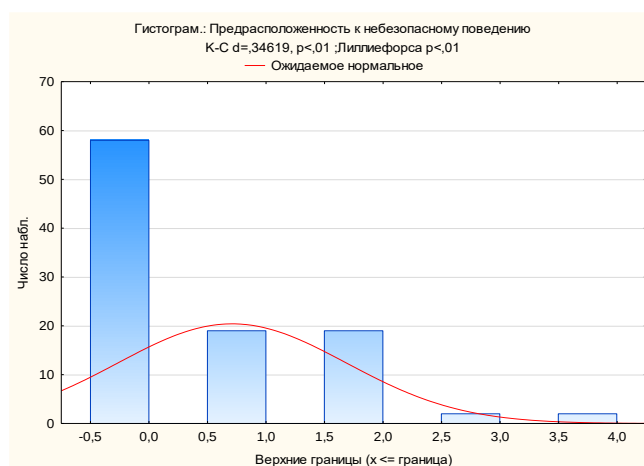


Рис. 1. Распределение респондентов по предрасположенности к безопасному поведению: Гистограм. — гистограмма; Предрасположенность к небезопасному поведению — K-S d = ,34619, Лилиефорса d = ,01; Ожидаемое нормальное — —; Число набл — число наблюдений; Верхние границы — $x \leq$ граница

Fig. 1. Distribution of respondents by predisposition to safe behavior: Predisposition to unsafe behavior — K-C $d = .34619$, Liliefors $d = .01$; Expected normal — —; Upper limits — $x \leq \text{limit}$

Как видно из рис. 1, у большинства испытуемых (58 человек) предрасположенность к небезопасному поведению отсутствует, у 19 она ниже среднего, и у 19 — средняя; выше среднего она у двух и высокая — так же у двух респондентов.

Мы сравнили предрасположенность к небезопасному поведению у юношей и девушек (табл. 1.).

Таблица 1 / Table 1

Средний уровень предрасположенности к небезопасному поведению у юношей и девушек

Average level of predisposition to unsafe behavior in young men and women

Показатели / Indicators	Предрасположенность к небезопасному поведению (по выборке) / Predisposition to unsafe behavior (by sample)	Предрасположенность к небезопасному поведению юношей / Predisposition to unsafe behavior in boys	Предрасположенность к небезопасному поведению девушек / Predisposition to unsafe behavior in girls
Среднее / Mean	0,71	0,7	0,75
Стандартное отклонение / Standard Deviation	0,968	0,10	0,371

Как видно из таблицы, различия между юношами и девушками по предрасположенности к безопасному поведению отсутствует, что подтверждает сравнительный анализ ($F(1, 98) = 0,02261$, $p = 0,88078$).

Далее мы провели корреляционный анализ взаимосвязи личностных характеристик с предрасположенностью к небезопасному поведению (табл. 2).

Таблица 2 / Table 2

Коэффициенты корреляции личностных характеристик с предрасположенностью к небезопасному поведению

Correlation coefficients of personality characteristics with predisposition to unsafe behavior

Показатели / Indicators	Коэффициенты корреляции / Correlation coefficients	Уровень значимости / Significance level
Спокойствие (шкала «тревожность-спокойствие») / Calmness (Anxiety-Calmness Scale)	-0,28	0,041
Энергичность (шкала «энергичность-усталость») / Energy (Energy-Fatigue Scale)	-0,16	0,254
Приподнятость (шкала	-0,18	0,203

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

«приподнятость-подавленность») / Elevation (Elevation-Depression Scale)		
Уверенность в себе (шкала «уверенность-беспомощность») / Confidence (Confidence-Helplessness Scale)	-0,21	0,135
Готовность к риску / Risk-Taking	-0,07	0,636
Ситуативная тревожность / Situational Anxiety	0,003	0,976
Личностная тревожность / Trait Anxiety	0,14	0,251
Осознанность присутствия / Awareness of Presence	0,12	0,627
Физическая агрессия / Physical Aggression	-0,07	0,762
Гнев / Anger	0,54	0,014
Враждебность / Hostility	0,11	0,636
Агрессивность (общая шкала) / Aggressiveness (Total Scale)	0,29	0,207
Время реакции / Reaction time	-0,1	0,636

Как видно, из таблицы, выделились достоверные связи предрасположенности к небезопасному поведению с самооценкой спокойствия (отрицательная корреляция со шкалой «спокойствие/тревожность», $r = -0,28$, $p < 0,05$) и с эмоцией гнева ($r = 0,54$, $p < 0,05$). С остальными показателями корреляции отсутствуют.

Мы провели регрессионный анализ по модели 1 Hayes PROCESS для уточнения модераторной функции пола. Результаты см. в табл. 3.

Таблица 3/ Table 3

Показатели моделирующего эффекта переменной пола (W) на влияние личностных переменных (X) на небезопасное поведение (Y)

Indicators of the modeling effect of the gender variable (W) on the influence of personality variables (X) on unsafe behavior (Y)

Независимая переменная / Independent variable (X)	R ²	F	P (F)	Коэффициент константы / Constant coefficient	P константы / P constants	Коэф. ф. X / Coeff. X	P (X)	Коэф. ф. W / Coeff. W	P (W)	Коэф. ф. XW / Coeff. XW	P (XW)
Энергичность-усталость /	0,10 6129	1,899 684	0,14 2246	10,137 163	0,025 892	- 1,460 141	0,03 4449	- 4,387 163	0,06 0758	0,710 141	0,04 8491

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
 Личностные факторы, влияющие на выбор
 небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
 Personality factors influencing the choice of unsafe
 behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 10—27.

Energy/f atigue											
Время реакции / Reaction time	0,12 2430	2,046 155	0,12 1212	14,142 469	0,016 613	- 35,73 5601	0,02 1769	- 6,964 968	0,01 9631	17,92 8930	0,02 2255
Гнев / Anger	0,68 0590	11,36 4137	0,00 0306	20,449 203	0,004 728	- 0,838 832	0,02 5767	- 11,44 9203	0,00 2587	0,505 499	0,01 0707
Агресси вность (общая шкала) / Aggressi on (general scale)	0,51 6812	5,704 469	0,00 7486	20,342 010	0,021 917	- 0,300 006	0,07 5634	- 11,09 2010	0,01 7161	0,175 006	0,04 7926

Примечание: R^2 — коэффициент детерминации, описывает долю объясненной дисперсии; F — показатель Фишера; P — уровень значимости; коэфф. X — коэффициент независимой переменной X — условный основной эффект X; коэфф. W — коэффициент модератора W — условный основной эффект W; коэфф. XW — коэффициент члена взаимодействия.

Note: R^2 is the coefficient of determination, describing the proportion of explained variance; F is the Fisher rank index; P is the significance level; Coeff. X — the coefficient of the independent variable X is the conditional main effect of X; Coeff. W — the coefficient of the moderator W is the conditional main effect of W; Coeff. XW — the coefficient of the interaction term.

Модель, где пол выступает в качестве модератора, выявила несколько статистически значимых эффектов взаимодействия. Ниже представлены детали для каждого из них.

Значимый эффект взаимодействия для X: энергичность-усталость, и W: пол. Коэффициент для XW (interaction): 0,7101 ($p = 0,048$). Влияние энергичности-усталости на predisposed к небезопасному поведению изменяется в зависимости от пола. Для мужчин увеличение энергичности-усталости связано со снижением predisposed к небезопасному поведению. Для женщин увеличение энергичности-усталости также связано со снижением predisposed к небезопасному поведению, но этот эффект значительно слабее, чем у мужчин.

Значимый эффект взаимодействия для X: время реакции, и W: пол. Коэффициент для XW (interaction): 17,9289 ($p = 0,022$). Эффект времени реакции на predisposed к небезопасному поведению зависит от пола. Увеличение времени реакции для мужчин связано со значительным снижением predisposed к небезопасному поведению. Увеличение времени реакции для женщин связано с очень небольшим увеличением predisposed к небезопасному поведению (тенденция).

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

Значимый эффект взаимодействия для X: гнев, и W: пол. Коэффициент для XW (interaction): 0.5055 ($p = 0,011$). Влияние гнева на predisposed к небезопасному поведению изменяется в зависимости от пола. Увеличение гнева для мужчин связано со снижением predisposed к небезопасному поведению (тенденция). Увеличение гнева для женщин связано с увеличением predisposed к небезопасному поведению.

Значимый эффект взаимодействия для X: агрессивность (общая шкала), и W: пол. Увеличение агрессивности (общая шкала) для мужчин связано со снижением predisposed к небезопасному поведению (тенденция). Увеличение агрессивности (общая шкала) для женщин связано с небольшим увеличением predisposed к небезопасному поведению.

Обсуждение результатов

В нашем эксперименте моделировалась случайная экстремальная ситуация для лиц, не имеющих специальной подготовки. Моделировалась типичная современная ситуация, которая может иметь место как при экстремальном событии, так и при любом риске. Это ситуация объявленной опасности, но при отсутствии непосредственной угрозы для жизни. Такие ситуации возникают, когда человек предупрежден о риске (пожарная тревога, террористическая угроза или объявления об опасности), но опасность пока не угрожает ему лично. Нам удалось выявить некоторые личностные факторы, которые влияют на predisposed человека к небезопасному поведению, однако еще больше появилось вопросов.

Сильнее всего на появление небезопасного поведения и, соответственно, повышение вероятности несчастного случая влияет эмоция гнева, присутствующая в момент экстремального события. По данным литературы, в состоянии гнева человек может испытывать «эмоциональную слепоту», т. е. не замечать очевидных опасностей или игнорировать сигналы об угрозе (Gable, Poole, Harmon-Jones, 2015).

Связь гнева с возможностью несчастного случая можно объяснить несколькими причинами.

Во-первых, в состоянии гнева происходит снижение самоконтроля и осознанности. В состоянии гнева человек может совершать импульсивные действия, не оценивая риски. Например, в порыве эмоций повышается вероятность агрессивных поступков (физического насилия, словесных конфликтов), которые могут привести к травмам или другим негативным последствиям как для самого человека, так и для окружающих (Краснов, 2018). Во-вторых, нарушение когнитивных функций. Гнев может искажать восприятие ситуации: человек фокусируется на источнике раздражения, упуская из виду другие важные детали. Это повышает вероятность ошибок в действиях, например, при управлении транспортом, работе с техникой или в других потенциально опасных ситуациях (Lindert et al., 2021). В-третьих, изменения физиологии. Учащенное сердцебиение, повышенное давление и мышечное напряжение, сопутствующие гневу, могут временно ухудшать координацию, скорость реакции и общую физическую устойчивость (Андреева, Горбунов, 2022), что в экстремальных ситуациях может повышать риск ошибок.

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

Гнев связан с тревожностью, поэтому она тоже может влиять на предрасположенность к небезопасному поведению. В нашем исследовании вторая значимая корреляция была между самооценочной шкалой спокойствие-тревожность. Корреляция была отрицательной — это подтверждает, что с повышением спокойствия (и снижением тревожности) предрасположенность к небезопасному поведению снижается. Однако связь предрасположенности к небезопасному поведению и тревожности (измеряемой по Спилбергеру) не подтвердилась. То, что связь между показателями небезопасного поведения и личностными характеристиками зависит от того, какие именно измерительные методики используются, неоднократно отмечалось в научной литературе. Показатели связи между способностью восприятия и внимания и склонностью к риску зависят также от способа измерения (Mechera-Ostrovsky et al., 2022). Если при использовании самоотчетов обнаруживаются устойчивые положительные корреляции между объемом рабочей памяти / навыками счета, другими аспектами когнитивных способностей и толерантностью к риску, то при проведении поведенческих тестов (в условиях риска) данные оказываются противоречивыми (Olschewski, Rieskamp, Hertwig, 2023). Мы полагаем, это говорит о сложности обнаруженных взаимосвязей, зависимости их от дополнительных модулирующих факторов и требует отдельного исследования. Самооценочная тревожность, связь которой с небезопасным поведением установлена в нашем исследовании, — это показатель, наиболее сильно выражающий субъективное переживание респондента, в то время как в методе Спилбергера используются опросники, требующие большей рефлексии отвечающего. Возможно, рефлексия окажется модулирующим фактором изучаемой взаимосвязи. Аналогичные предположения можно сделать и по поводу других переменных, которые в литературе рассматриваются как факторы, связанные с небезопасным поведением, но которые в нашем исследовании не показали прямой связи (показатели внимания, склонности к риску, осознанности присутствия и др.). Они могут выступать модуляторами для каких-то других переменных или сами зависеть от их воздействия.

В текущем исследовании мы рассмотрели только модулирующую роль фактора пола. По данным нашего исследования, сам пол, как таковой, не оказывал влияние на предрасположенность к небезопасному поведению студентов гуманитарной специальности, однако он выступил модулятором для действия некоторых других факторов. Например, влияние показателя «энергичность-усталость» зависит от пола, усталость заметно провоцирует появление небезопасного поведения у мужчин, однако у женщин этот эффект выражен слабее и существует только на уровне тенденции. Пол также выступает модулирующим фактором для внимания. Скорость реакции (как составляющая внимания) не оказывала влияния на предрасположенность к небезопасному поведению, хотя в научной литературе есть данные о том, что эта связь существует (Смирнова, Тарасова, Джангазиева, 2022). Скорее всего, связь скорости реакции и других свойств внимания с небезопасным поведением проявляется при ограничении времени на принятие решения, в то время как в нашей экстремальной ситуации (заминированное помещение) ограничения времени не было, поэтому высокая скорость реакции у респондентов не являлась критическим фактором для выбора правильного варианта поведения. У мужчин, наоборот, именно снижение скорости реакции приводило к выбору безопасного прохода (вероятно, замедление реакции приводило к повышению внимательности); у женщин такой закономерности не наблюдалось. Пол также

выступил модулятором для эмоции гнева и общей агрессивности. Эти показатели повышают предрасположенность к небезопасному поведению у женщин, в то время как у мужчин эффект не выражен.

Выводы

1. При моделировании экстремальной ситуации (заминированный выход) в виртуальной реальности на выбор респондентом небезопасного поведения преимущественное влияние оказывают ситуативные эмоциональные факторы. Эмоция гнева, испытываемая во время экстремального события, усиливает предрасположенность к небезопасному поведению и увеличивает вероятность несчастного случая. Наоборот, ощущение спокойствия (определяемого по самооценке) снижает предрасположенность к небезопасному поведению и уменьшает вероятность совершить неправильное действие в ситуации особого риска. Самооценочная тревожность, напротив, повышает предрасположенность к небезопасному поведению (для ситуативной тревожности и личностной эта закономерность не подтверждена).
2. Различия между юношами и девушками (студентами гуманитарного профиля) по предрасположенности к безопасному поведению не обнаружено. Однако пол выступает модулирующим фактором для действия некоторых других переменных, усиливая или ослабляя их эффект. Влияние общей агрессивности и эмоции гнева на выбор небезопасного поведения сильнее выражено у девушек, чем у юношей, именно девушки совершают больше ошибок в выборе безопасной дорожки в агрессивном состоянии. Также пол определяет влияние переменной «энергичность-усталость» на предрасположенность к небезопасному поведению. Для мужчин увеличение самооценочной энергичности приводит к снижению предрасположенности к небезопасному поведению в сильной степени; у женщин эффект присутствует, но значительно слабее. Пол также выступает модулятором для отдельных когнитивных характеристик. Увеличение времени реакции у мужчин связано со снижением предрасположенности к небезопасному поведению, а у женщин может приводить к повышению предрасположенности к небезопасному поведению (тенденция).
3. Мы не обнаружили в моделируемой ситуации особого риска взаимосвязи предрасположенности небезопасного поведения с личностными чертами (склонностью к риску, осознанностью присутствия, личностной тревожностью), однако эти факторы, возможно, могут выступать модуляторами для других переменных.

Перспективы исследования. Перспективы исследования связаны с увеличением количества изучаемых факторов, в том числе за счет использования других методик диагностики психологических характеристик, поскольку разные методики выявляет различные аспекты изучаемых качеств. Очень важно изучить не только прямое, но и модулирующее действие факторов, оценить несколько уровней модулирования, что позволит более качественно описать исследуемый феномен.

Ограничения. 1) Наша выборка представлена студентами гуманитарного профиля и отражает соответствующую генеральную совокупность по возрастному и гендерному признакам. Выводы можно переносить только на нее; для переноса данных на другие группы населения необходимы дополнительные исследования. 2) Мы изучали одну специфическую

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

ситуацию особого риска. Опасность была объявленной, а не непосредственно действующей на органы чувств. Опасность была ситуативной, а не длительной. В других ситуациях особого риска на predisposition к небезопасному поведению могут влиять другие факторы.

Limitations. 1) Our sample consists of humanities students and reflects the general population in terms of age and gender. Our findings are generalizable only to this sample; further research is needed to generalize the data to other population groups. 2) We studied one specific high-risk situation. The danger was announced, not directly affecting the senses. The danger was situational, not long-term. In other high-risk situations, other factors may influence predisposition to unsafe behavior.

Список источников / References

1. Андреева, Г.Ф., Горбунов, В.М. (2022). Враждебность, гнев, психоэмоциональные факторы и сердечно-сосудистые заболевания. *Рациональная фармакотерапия в кардиологии*, 18(2), 191—199.
Andreeva, G.F., Gorbunov, V.M. (2022). Hostility, anger, psychoemotional factors and cardiovascular diseases. *Rational Pharmacotherapy in Cardiology*, 18(2), 191—199. (In Russ.). <https://doi.org/10.20996/1819-6446-2022-04-09>
2. Баева, И.А. (2024). Психологическая безопасность образовательной среды: становление направления и перспективы развития. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 1(3), 5—19. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010301>
Baeva, I.A. (2024). Psychological Safety of the Educational Environment: Formation of Directions and Development Prospects. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 1(3), 5—19. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2024010301>
3. Березина, Т.Н. (2024). Оценка predisposition к небезопасному поведению: стандартизация методики. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 1(4), 65—78. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010405>
Berezina, T.N. (2024). Assessment of predisposition to unsafe behavior: Standardization of the methodology. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 1(4), 65—78. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2024010405>
4. Березина, Т.Н., Деулин, Д.В., Гривенная, А.А. (2025). Развитие ресурса самоконтроля как фактор повышения профессионального долголетия психологов и педагогов МВД. *Психология и право*, 15(4), 166—188. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150409>
Berezina, T.N., Deulin, D.V., Grivennaya, A.A. (2025). Developing self-control as a factor in increasing the professional longevity of psychologists and teachers of the Ministry of Internal Affairs. *Psychology and Law*, 15(4), 166—188. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150409>
5. Краснов, В.В. (2018). *Когнитивная сложность как фактор саморегуляции агрессивного поведения: Дис. ... канд. психол. наук.* Санкт-Петербург.
Krasnov, V.V. (2018). *Cognitive complexity as a factor in selfregulation of aggressive behavior: Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Saint Petersburg. (In Russ.).
6. Кузнецов, Д.Ю. (2010). *Негативные эмоциональные состояния у сотрудников органов внутренних дел в опасных ситуациях профессиональной деятельности и пути их психологической профилактики: Автореф. дис. канд. психол. наук.* Москва.
Kuznetsov, D.Yu. (2010). *Negative emotional states in law enforcement officers in dangerous*

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

- professional situations and ways of their psychological prevention: Extended Abstr. Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Moscow. (In Russ.).
7. Максимова, К.Л., Дунаева, Е.А. (2022). Психологические особенности поведения при угрозе террористического акта. *Психологопедагогические проблемы безопасности человека и общества*, 55(2), 27—32.
Maksimova, K.L., Dunaeva, E.A. (2022). Psychological features of behavior in the face of a terrorist threat. *Psychological and Pedagogical Problems of Human and Society Safety*, 55(2), 27—32. (In Russ.).
 8. Молчанова, О.Н., Соколова, Т.Ю. (2019). Роль самооценки в реагировании на ситуации «угрозы Я». *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 9(2), 138—154. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2019.203>
Molchanova, O.N., Sokolova, T.Yu. (2019). The role of self-esteem in responding to “threat to the self” situations. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 9(2), 138—154. (In Russ.). <https://doi.org/10.21638/spbu16.2019.203>
 9. Никифорова, Д.М., Бойко, А.Д. (2017). Модель безопасного защитного и совладающего поведения педагогов. *Педагогическое образование в России*, 3, 90—96.
Nikiforova, D.M., Boyko, A.D. (2017). Model of safe protective and coping behavior of teachers. *Pedagogical Education in Russia*, 3, 90—96. (In Russ.). <https://doi.org/10.26170/po17-03-14>
 10. Никифорова, Д.М., Бойко, А.Д. (2019). Разработка программы по оптимизации безопасного защитного и совладающего поведения студентов в образовательной среде. *Педагогическое образование в России*, 1, 105—112.
Nikiforova, D.M., Boyko, A.D. (2019). Development of a program to optimize safe protective and coping behavior of students in the educational environment. *Pedagogical Education in Russia*, 1, 105—112. (In Russ.). <https://doi.org/10.26170/po19-01-15>
 11. Свиридова, М.К., Ершова, Р.В. (2026). Личностные и когнитивно-регуляторные детерминанты стрессоустойчивости в интегративной теоретической модели. *Психология и психотехника*, 2, 280—299. <https://doi.org/10.7256/2454-0722.2026.2.78084>
Sviridova, M.K., Ershova, R.V. (2026). Personal and cognitive-regulatory determinants of stress resistance in an integrative theoretical model. *Psychology and Psychotechnics*, 2, 280—299. (In Russ.). <https://doi.org/10.7256/2454-0722.2026.2.78084>
 12. Смирнова, М.В., Касперович, Ю.Г., Максимова, Т.С. (2020). Исследование склонности к риску спортсменов экстремальных видов спорта в зависимости от уровня виктимности. *Вестник Московского университета МВД России*, 7, 334—346.
Smirnova, M.V., Kasperovich, Yu.G., Maksimova, T.S. (2020). Study of risk propensity in extreme sports athletes depending on the level of victimization. *Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia*, 7, 334—346. (In Russ.).
 13. Смирнова, Р.В., Тарасова, И.В., Джангазиева, А.С. (2022). Стрессоустойчивость как основа формирования безопасного поведения старшеклассников. *Гуманитарные науки*, 58(2), 158—163.
Smirnova, R.V., Tarasova, I.V., Dzhangazieva, A.S. (2022). Stress resistance as the basis for the formation of safe behavior in high school students. *Humanities*, 58(2), 158—163. (In Russ.).

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

14. Стуколова, Л.С., Волкова, Н.С. (2016). Психологические основы виктимности личности в юношеском возрасте. *Символ науки*, 7, 124—126.
Stukolova, L.S., Volkova, N.S. (2016). Psychological foundations of personality victimization in adolescence. *Symbol of Science*, 7, 124—126. (In Russ.).
15. Терехин, Р.А., Прокофьева, В.А., Белюшина, И.В. (2026). Особенности формирования психологической готовности к действиям в условиях террористической угрозы. *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 31(1), 21—27.
Terekhin, R.A., Prokofieva, V.A., Belyushina, I.V. (2026). Features of the formation of psychological readiness for action in conditions of terrorist threat. *Psychopedagogy in Law Enforcement*, 31(1), 21—27. (In Russ.).
16. Шатыр, Ю.А., Назаров, Н.О., Глушаков, Р.И., Улесикова, И.В., Кухталев, В.В., Мулик, А.Б. (2023). Поиск генетических и фенотипических основ предрасположенности человека к рискованному поведению. *Ученые записки Крымского федерального университета им. В.И. Вернадского. Биология, химия*, 9(3), 291—299.
Shatyr, Yu.A., Nazarov, N.O., Glushakov, R.I., Ulesikova, I.V., Kukhtalev, V.V., Mulik, A.B. (2023). Search for genetic and phenotypic bases of human predisposition to risky behavior. *Scientific Notes of V.I. Vernadsky Crimean Federal University. Biology, Chemistry*, 9(3), 291—299. (In Russ.).
17. Ćlapa, I., Dziubiński, M. (2014). Human behaviour as one of the factors determining the course of the evacuation process. *Safety & Fire Technology*, 35, 149—158.
18. Gable, P.A., Poole, B.D., Harmon-Jones, E. (2015). Anger perceptually and conceptually narrows cognitive scope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(1), 163—174. <https://doi.org/10.1037/a0039226>
19. Haase, C., Silbereisen, R. (2011). Effects of positive affect on risk perceptions in adolescence and young adulthood. *Journal of Adolescence*, 34, 29—37. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.03.004>
20. Lindert, J., Paul, K.C., Lachman, M.E., Ritz, B., Seeman, T.E. (2021). Depression-, anxiety-, and anger and cognitive functions: Findings from a longitudinal prospective study. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 665742. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.665742>
21. Mechera-Ostrovsky, T., Heinke, S., Andraszewicz, S., Rieskamp, J. (2022). Cognitive abilities affect decision errors but not risk preferences: A meta-analysis. *Psychonomic Bulletin & Review*, 29(5), 1719—1750. <https://doi.org/10.3758/s13423-021-02053-1>
22. Olschewski, S., Rieskamp, J., Hertwig, R. (2023). The link between cognitive abilities and risk preference depends on measurement. *Scientific Reports*, 13(1), 21151. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-47844-9>

Информация об авторах

Татьяна Николаевна Березина, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры научных основ экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8188-237X>, e-mail: tanberez@mail.ru

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

Алёна Сергеевна Цветкова, студентка, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-1107-785X>, e-mail: alyona.tsvet@gmail.com

Information about the authors

Tatiana N. Berezina, Doctor of Science (Psychology), Professor, Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8188-237X>, e-mail: tanberez@mail.ru

Alena S. Tsvetkova, student, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-1107-785X>, e-mail: alyona.tsvet@gmail.com

Вклад авторов

Березина Т.Н. — идеи исследования; аннотирование, написание и оформление рукописи; планирование исследования; контроль за проведением исследования, применение статистических и математических методов для анализа данных.

Цветкова А.С. — проведение эксперимента, сбор эмпирических данных, первичная обработка. Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Tatiana N. Berezina — research ideas; annotation, writing, and formatting of the manuscript; study planning; study supervision; application of statistical and mathematical methods for data analysis.

Alena S. Tsvetkova — experiment execution, empirical data collection, and initial data processing. Both 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 Этической комиссией Ученого совета факультета «Экстремальная психология» ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (протокол № 12 от 23.12.2025).

Березина Т.Н., Цветкова А.С. (2026)
Личностные факторы, влияющие на выбор
небезопасного поведения в ситуации особого риска
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 10—27.

Berezina T.N., Tsvetkova A.S. (2026)
Personality factors influencing the choice of unsafe
behavior in a particularly risky situation
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 10—27.

Ethics statement

The study was reviewed and approved by the Ethics Committee of the Academic Council of the Faculty of Extreme Psychology of the Moscow State University of Psychology and Education (report no. 12,2025/12/23).

Поступила в редакцию 11.04.2026
Поступила после рецензирования 04.08.2026
Принята к публикации 27.08.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.04.11.
Revised 2026.08.04.
Accepted 2026.08.27.
Published 2026.09.30.

ТЕХНОЛОГИИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ | TECHNOLOGIES FOR SUPPORTING ACTIVITIES IN EXTREME CONDITIONS

Научная статья | Original paper

Повышение устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям

А.В. Кокурин^{1, 2} ✉, Д.В. Абдрахманова¹

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

² Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина, Москва, Российская Федерация

✉ kokurin1@bk.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Информационно-психологическая устойчивость, самоконтроль и внушаемость являются значимыми предикторами устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. Недостаточная сформированность этих качеств повышает риск небезопасного поведения подростков в цифровой среде. Теоретической основой исследования послужила превентивно-культурная модель обеспечения информационно-психологической безопасности. **Цель:** разработать технологию повышения психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. **Гипотеза.** Применение программы развития критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз в рамках учебных занятий приводит к повышению информационно-психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. **Методы и материалы.** Дизайн: полевой эксперимент с экспериментальной и эталонной группой. В исследовании приняли участие 111 обучающихся 10-х классов кадетского корпуса ($M = 16,2$, $SD = 0,5$, 100% мужчин), 33 человека имели устойчивость ниже среднего (экспериментальная группа), 78 человек имели устойчивость выше среднего (эталонная группа). Значимость предикторов устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям определялась с помощью экспертного опроса. Для оценки информационно-психологической устойчивости, самоконтроля и внушаемости использовалась батарея опросников (методики экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости и устойчивости личности к социокультурным угрозам, опросник

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

ТСОВ-4 и шкала BSCS). **Результаты.** После трех недель полевого эксперимента у кадет экспериментальной группы (группы риска) зафиксировано статистически достоверное повышение информационно-психологической устойчивости, самоконтроля, а также снижение внушаемости и приближение результатов к параметрам эталонной группы. Показатель самоконтроля в группе риска превысил эталонный уровень. Сдвиги по показателю внушаемости оказались статистически недостоверными, обнаружена только положительная динамика. **Выводы.** Показано, что реализация психолого-педагогических мероприятий, направленных на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз, способствует повышению психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям.

Ключевые слова: устойчивость личности, информационно-психологическое воздействие, небезопасное поведение, кадеты

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в сборе данных для исследования Т.А. Бойко.

Для цитирования: Кокурин, А.В, Абдрахманова, Д.В. (2026). Повышение устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 28—47. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030302>

Improving resilience of cadets to destructive information-psychological influences

A.V. Kokurin^{1, 2} ✉, D.V. Abdrakhmanova¹

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

² Kutafin Moscow State Law University, Moscow, Russian Federation

✉ kokurin1@bk.ru

Abstract

Context and relevance. Information-psychological resilience, self-control, and suggestibility are significant predictors of cadets' resilience to destructive information-psychological influences. Insufficient development of these qualities increases the risk of unsafe behavior among adolescents in the digital environment. The theoretical basis of the study was the preventive-cultural model of ensuring information-psychological security. **Objective:** to develop a technology for enhancing cadets' psychological resilience to destructive information-psychological influences. **Hypothesis.** The development of critical thinking, self-regulation skills, and cyber threat recognition influences the increase in information-psychological resilience and self-control, as well as the reduction of suggestibility, which contributes to enhancing cadets' resilience to destructive information-psychological influences. **Methods and materials.** The study employed a field experimental design with an experimental group and a reference group. The study involved 111 10th-grade cadets from a cadet corps ($M = 16,2$, $SD = 0,5$, 100% male), 33 participants had below-average resilience

(experimental group), while 78 had above-average resilience (reference group). The significance of predictors of resilience to destructive information-psychological influences was determined using an expert survey. A battery of questionnaires (rapid assessment methods for information-psychological resilience and personal resilience to sociocultural threats, the TSOB-4 self-regulation questionnaire, and the BSCS scale) was used to assess information-psychological resilience, self-control, and suggestibility. **Results.** After three weeks of the field experiment, the experimental group (the at-risk group) showed statistically significant increases in information-psychological resilience and self-control, while their scores approached those of the reference group. Self-control in the at-risk group exceeded the reference level. Changes in suggestibility were not statistically significant, although a positive trend was observed. **Conclusions.** The findings demonstrate that the implementation of psychological support programs aimed at developing critical thinking, self-regulation skills, and cyber threat recognition contributes to enhancing cadets' psychological resilience to destructive information-psychological influences.

Keywords: personality resilience, information and psychological influence, unsafe behavior, cadets

Acknowledgements. The authors are grateful for assistance in data collection T.A. Boiko.

For citation: Kokurin, A.V., Abdrakhmanova, D.V. (2026). Improving resilience of cadets to destructive information-psychological influences. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 28—47. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030302>

Введение

Стремительная трансформация всех сфер общественной жизни, связанная с процессами цифровизации и медиатизации, привела к тому, что деструктивные информационно-психологические воздействия стали одной из ведущих проблем современного общества (Столяренко и др., 2019). Авторы выделяют многочисленные варианты девиантного поведения, распространенные в медиапространстве: кибербуллинг, кибервыманивание конфиденциальной информации (аудинг), доксинг, киберклевета, киберсамозванчество (инперсонация), киберсталкинг (Богданович, Делибалт, 2024). Обсуждается необходимость введения уголовной ответственности за отдельные формы девиантного онлайн-поведения — такие как треш-стримы и кибергруминг (Берестовой, Сысолина, 2023; Капитонова, 2024).

Подростки, активно интегрированные в цифровую среду, показали высокую уязвимость к различным деструктивным информационно-психологическим воздействиям, приводящим к социальной изоляции, развитию аутодеструктивного и гетеродеструктивного поведения, интернет-зависимости и общему ухудшению психологического здоровья (Фесенко, Добряков, 2023; Karaköse, 2023). Кадеты, несмотря на строгую дисциплину и военно-патриотическое воспитание, не менее других подростков подвержены негативному воздействию Интернета. Вместе с тем, для будущих офицеров навыки защиты от вредоносного информационно-психологического воздействия особенно важны.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Воздействие определяется как целенаправленный акт передачи информации от одного участника взаимодействия к другому, в ходе которого происходит трансформация установок, намерений, знаний и поведения человека (А. Караяни, Ю. Караяни, 2021). Авторы разделяют побуждение, основанное на логике, и принуждение, основанное на манипулировании сознанием, таким образом разграничивая развивающую и манипулятивную стратегии психологического воздействия (Баранов, 2017). Информационно-психологическое воздействие трактуется как инструмент психологического манипулирования, при помощи которого осуществляется искажающее влияние на сознание масс и отдельно взятого индивида. Соответственно выделяют два вида деструкций — массовые и персональные (Кокурин, Поздняков, 2025).

Психологическая устойчивость личности включает в себя эмоционально-волевой и морально-психологический уровни (Баранов, 2017; Буланова, Двойнин, Двойнина, 2025). На эмоционально-волевом уровне обеспечивается стабильность психических процессов и состояний человека. Уровень морально-психологической устойчивости включает два компонента: нравственную устойчивость и информационно-психологическую устойчивость личности.

Информационно-психологическая устойчивость личности является важнейшим предиктором устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям (Духновский, Злоказов, 2024). Среди других факторов, которые чаще всего связывают с устойчивостью подростков к деструктивным воздействиям интернет-среды, выделяют самоконтроль и внушаемость (Гончарова, 2022; Неврюев, 2025). Соответственно, к методам повышения устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям относят развитие навыков распознавания киберугроз, навыков саморегуляции и критического мышления (Лазарева, 2021; Weiss et al., 2020).

В связи с необходимостью в защите от деструктивных воздействий цифровой среды подчеркивается важность перехода к «превентивно-культурной модели обеспечения информационно-психологической безопасности», которая заключается в выявлении различных категорий людей, предрасположенных к негативным информационным воздействиям, и создании системы многоуровневой профилактики, формирования просоциальных жизненных ориентиров, выступающих основой для безопасного функционирования в условиях информационных угроз (Поздняков, 2024).

Цель данной работы: создание технологии повышения психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям.

Гипотеза: развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз влияет на повышение информационно-психологической устойчивости и самоконтроля и снижение внушаемости, что способствует повышению устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям.

Методы и материалы

Исследование проводилось на базе ГБОУ города Москвы «Первый Московский кадетский корпус». В выборку вошли учащиеся 10-х классов, всего 111 юношей в возрасте 16—17 лет. Средний возраст респондентов — 16,2 года, стандартное отклонение — 0,5.

1. Методика экспертной оценки предикторов устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям.

В ходе теоретического анализа мы выделили 13 предикторов устойчивости к информационному воздействию кадет: самоконтроль, критичность, категоричность, внушаемость, мнительность, целостность личности, генерализация информации, мировоззренческие ценности, информационно-психологическая устойчивость, устойчивость к асоциальным рискам, устойчивость к этнокультурным рискам, цифровая компетентность, метакогнитивная регуляция.

Для подтверждения значимости выделенных предикторов на базе исследования был проведен экспертный опрос, в котором офицерам-воспитателям и педагогам-психологам (всего 11 человек) было предложено ознакомиться с рядом психологических качеств и оценить по 7-балльной шкале, насколько каждое из них значимо для обеспечения психологической устойчивости кадет к деструктивным воздействиям в сети Интернет:

В соответствии с выделенными предикторами в батарею методик вошли:

2. Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости В.Е. Петрова (соответственно шкалы «Информационно-психологическая устойчивость», «Самоконтроль» и «Внушаемость»).

3. Опросник «Устойчивость личности к социокультурным угрозам» П.А. Кислякова, Е.А. Шмелевой и др. (шкала «Информационное поведение»).

4. Краткая шкала самоконтроля (Brief Self-Control Scale, BSCS) в адаптации Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина, О.А. Сычева и др.

5. Опросник «Диагностика когнитивного стиля ТCOB-4» В.В. Селиванова, К.А. Осокиной для оценивания параметра полезависимости (внушаемости).

Исследование было выполнено по плану полевого эксперимента. Ключевое достоинство данного вида экспериментов состоит в том, что они позволяют изучать интересующие нас эффекты воздействия в условиях, максимально приближенных к реальности (Серебренников, Кузьмина, 2021). По итогам входного тестирования выборка была поделена на две группы: группу, устойчивую к деструктивным информационно-психологическим воздействиям, и группу риска (далее — эталонная и экспериментальная группа).

В эталонную группу вошли учащиеся, у которых измеряемые показатели (информационно-психологическая устойчивость, самоконтроль, внушаемость) были в пределах или выше нормы: всего 78 человек.

В экспериментальную группу вошли учащиеся, у которых наблюдался низкий уровень как минимум по одному измеряемому показателю: всего 33 человека.

Психолого-педагогическое воздействие осуществлялось в естественных условиях учебного процесса — в рамках уже существующих учебных занятий. Для участников экспериментальной группы в расписание были интегрированы классные часы и внеклассные мероприятия, нацеленные на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз, в количестве 6 занятий по 45 минут. Все мероприятия проводились без изменения общей сетки расписания, силами штатных педагогов и психологов, по 2 раза в неделю в течение 3 недель и были посвящены темам: «Распознавание угроз в сети», «Принципы работы с информацией в Интернете», «Совладание с киберагрессией»,

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

«Самоконтроль и психологическая саморегуляция», «Критическое мышление», «Сопротивление внушению».

Методы воздействия в рамках полевого эксперимента были адаптированы к формату обычных занятий и включали:

- практико-ориентированные методы (разбор кейсов, просмотр и обсуждение коротких видеороликов о киберугрозах, использование инструментов искусственного интеллекта);
- активные групповые методы (дискуссии, дебаты, работа в малых группах);
- психотерапевтические методы (психофизические методы саморегуляции, работа с убеждениями, рефлексия);
- самоподготовку (домашние задания).

Спустя 3 недели было выполнено повторное тестирование для измерения показателей психологической устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям в обеих группах.

В ходе математической обработки данных применялись методы описательной статистики и непараметрические методы (U-критерий Манна-Уитни, критерий Вилкоксона). Обработка данных выполнялась с использованием программы IBM SPSS Statistics 27.

Результаты

С помощью теоретического анализа публикаций мы присвоили информационно-психологической устойчивости (17 упоминаний различными авторами, исследующими данную проблему), самоконтролю (12) и внушаемости (11) ранги 1, 2 и 3. Мировоззренческие ценности (8 упоминаний), метакогнитивная регуляция (7), цифровая компетентность (5) оказались менее упоминаемыми различными авторами предикторами и, соответственно, получили ранги 4, 5 и 6. С помощью экспертной оценки офицерам-воспитателям и педагогам-психологам (всего 11 человек) было предложено ознакомиться с рядом психологических качеств и оценить по 7-балльной шкале, насколько каждое из них значимо для обеспечения психологической устойчивости кадет к деструктивным воздействиям в сети Интернет (табл. 1).

Таблица 1 / Table 1

Экспертная оценка предикторов устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям

Expert assessment of predictors of cadets' resilience to destructive information-psychological influences

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Предикторы устойчивости к деструктивным информационно- психологическим воздействиям / Predictors of resilience to destructive information- psychological influences	Эксперт / Expert											Сумма / Amount	Ранг / Rank	«Средний» ранг / “Average” Rank
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11			
Самоконтроль / Self-control	7	7	7	7	2	7	3	7	7	4	7	65	4,5	3
Критичность / Criticality	6	6	6	7	4	7	5	7	5	5	6	64	6,5	5,5
Категоричность / Categoricalness	5	7	7	7	3	1	4	5	6	5	6	56	13	12
Внушаемость / Suggestibility	6	7	7	7	5	7	3	7	6	7	7	69	2	2
Мнительность / Suspiciousness	6	7	7	7	3	6	6	5	5	6	7	65	4,5	5,5
Целостность личности / Personal integrity	7	7	7	6	4	6	4	6	6	4	6	63	8	9
Генерализация информации / Information generalization	6	7	7	7	4	4	5	7	5	4	6	62	9	11
Мировоззренческие ценности / Worldview values	6	7	7	7	4	6	5	7	5	7	7	68	3	4
Информационно- психологическая устойчивость / Information- psychological resilience	7	7	7	7	3	7	4	7	7	7	7	70	1	1

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Предикторы устойчивости к деструктивным информационно- психологическим воздействиям / Predictors of resilience to destructive information- psychological influences	Эксперт / Expert											Сумма / Amount	Ранг / Rank	«Средний» ранг / “Average” Rank
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11			
Устойчивость к асоциальным рискам / Resilience to antisocial risks	6	7	7	7	2	7	3	7	6	6	6	64	6,5	10
Устойчивость к этнокультурным рискам / Resilience to ethnocultural risks	6	7	7	7	3	5	4	1	5	7	7	59	10	13
Цифровая компетентность / Digital competence	6	5	5	6	2	3	3	7	6	7	7	57	11,5	7
Метакогнитивная регуляция / Metacognitive regulation	6	5	5	6	2	6	3	7	6	5	6	57	11,5	8

После ранжирования результатов опроса и сопоставления этих данных с рангами, полученными в ходе анализа публикаций, мы получили «средние» ранги: информационно-психологическая устойчивость, внушаемость и самоконтроль получили 1-й, 2-й, и 3-й ранг соответственно.

На этапе входного тестирования все кадеты (n = 111) прошли диагностику по трем показателям:

- информационно-психологическая устойчивость (Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости, опросник «Устойчивость личности к социокультурным угрозам»);
- самоконтроль (Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости и шкала BSCS);
- внушаемость («Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости» и опросник TCOB-4).

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Каждая из используемых методик имеет разработанные для подростков стандартизированные нормы. За нижнюю границу нормы принималось значение, соответствующее одному стандартному отклонению ниже среднего по выборке. Учащиеся, чьи результаты по всем показателям находились в пределах нормы или превышали ее, были отнесены к эталонной группе (устойчивой к деструктивным информационно-психологическим воздействиям). Всего таких учащихся было 78.

Учащиеся, у которых хотя бы по одному из показателей результат оказался ниже нормативного порога, были определены как группа риска и составили экспериментальную группу. Всего таких учащихся было 33.

По итогам входного контроля мы рассчитали показатели устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям в эталонной группе (табл. 2).

Таблица 2 / Table 2

Устойчивость эталонной группы кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям

Resilience of the reference group of cadets to destructive information-psychological influences

Параметры / Parameters	M	SD	Min	Max
Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости / The method of rapid assessment of information-psychological resilience				
ИПУ / IPR	6,7	1,95	4	9
Самоконтроль / Self-control	7,5	1,63	5	9
Внушаемость / Suggestibility	4,7	0,93	2	6
Устойчивость личности к социокультурным угрозам / Resilience to the sociocultural threats				
Информационное поведение / Information behavior	37,2	3,69	31	46
BSCS				
Самоконтроль / Self-control	39,4	7,01	28	60
TCOV-4 / TCOV-4				
Полезависимость / Field dependence	116,2	15,19	86	142

Примечание: M — среднее, SD — стандартное отклонение, Min — минимум, Max — максимум, ИПУ — информационно-психологическая устойчивость.

Note: M — average, SD — standard deviation, Min — minimum, Max — maximum, IPR — information-psychological resilience.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Показано, что участники эталонной группы маловосприимчивы к информационному стрессу, демонстрируют адекватный интерес к информации в интернет-пространстве, продуманно и быстро обрабатывают имеющиеся сведения. Их можно назвать эмоционально стабильными личностями, которые в условиях длительного и разнообразного информационно-психологического воздействия способны полностью контролировать свое поведение, не теряя морально-нравственных ориентиров. Кадеты эталонной группы стремятся к вдумчивому анализу сведений и не принимают всю информацию на веру.

Представим результаты проверки наличия статистически значимых различий в эталонной и экспериментальной группе на этапе входного контроля (табл. 3).

Таблица 3 / Table 3

Различия в устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям на входном контроле (U-критерий Манна-Уитни)
Differences in the resilience of cadets to destructive information-psychological influences at the pre-control (Mann-Whitney U test)

Параметры / Parameters	M (SD)		p
	Экспериментальная группа / Experimental group	Эталонная группа / Reference group	
Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости / The method of rapid assessment of information-psychological resilience			
ИПУ / IPR	4,4 (1,95)	6,7 (1,95)	<0,001**
Самоконтроль / Self-control	5,8 (1,95)	7,5 (1,63)	<0,001**
Внушаемость / Suggestibility	5,2 (1,07)	4,7 (0,93)	0,034*
Устойчивость личности к социокультурным угрозам / Resilience to the sociocultural threats			
Информационное поведение / Information behavior	32,4 (5,2)	37,2 (3,69)	<0,001**
BSCS			
Самоконтроль / Self-control	32,7 (6,05)	39,4 (7,01)	<0,001**
TCOB-4 / TCOV-4			
Полезависимость / Field dependence	121,6 (14,33)	116,2 (15,19)	0,168

Примечание: М — среднее, SD — стандартное отклонение, p — уровень значимости, ИПУ — информационно-психологическая устойчивость, «*» — различия значимы на уровне 0,05; «**» — различия значимы на уровне 0,001.

Note: M — average, SD — standard deviation, p — significance level, IPR — information-psychological resilience, «*» — differences are significant at the 0.05 level; «**» — differences are significant at the 0.001 level.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Согласно данным Методики экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости, показатели информационно-психологической устойчивости и самоконтроля в экспериментальной группе, в сравнении с эталонной, ниже на 2,3 и 1,7 балла соответственно. Параметр внушаемости выше на 0,5 балла. Данные опросников «Устойчивость личности к социокультурным угрозам», BSCS и TCOB-4 демонстрируют схожие результаты: показатели информационного поведения и самоконтроля в экспериментальной группе ниже на 4,8 и 6,7 балла, полезависимость выше на 5,4 балла.

Статистические расчеты позволяют обнаружить достоверные различия на разном уровне значимости по всем показателям, кроме полезависимости.

Показанные результаты свидетельствуют о наличии уязвимости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям и необходимости использования мер коррекции параметров информационно-психологической устойчивости, самоконтроля и внушаемости у участников экспериментальной группы.

После осуществления психолого-педагогического воздействия в экспериментальной группе наблюдались положительные сдвиги (табл. 4).

Таблица 4 / Table 4

Влияние программы занятий на устойчивость экспериментальной группы кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям (критерий Вилкоксона)

The impact of the training program on the resilience of the experimental group of cadets to destructive information-psychological influences (Wilcoxon test)

Параметры / Parameters	M (SD)		Эффект / Effect	p
	Входной контроль / Pre-control	Выходной контроль / Post-control		
Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости / The method of rapid assessment of information-psychological resilience				
ИПУ / IPR	4,4 (1,95)	5,9 (1,84)	Увеличивается / Increases	<0,001**
Самоконтроль / Self-control	5,8 (1,95)	7,3 (1,74)	Увеличивается / Increases	<0,001**
Внушаемость / Suggestibility	5,2 (1,07)	4,9 (0,87)	Отсутствует / Absent	0,102
Устойчивость личности к социокультурным угрозам / Resilience to the sociocultural threats				
Информационное поведение / Information behavior	32,4 (5,2)	36,5 (4,21)	Увеличивается / Increases	<0,001**
BSCS				
Самоконтроль / Self-control	32,7 (6,05)	47,6 (9,05)	Увеличивается / Increases	<0,001**
TCOB-4 / TCOV-4				

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Полезависимость / Field dependence	121,6 (14,33)	119 (13,41)	Отсутствует / Absent	0,238
---------------------------------------	---------------	-------------	-------------------------	-------

Примечание: М — среднее, SD — стандартное отклонение, р — уровень значимости, ИПУ — информационно-психологическая устойчивость, «**» — сдвиг значим на уровне 0,001.

Note: M — average, SD — standard deviation, p — significance level, IPR — information-psychological resilience, «**» — the shift is significant at the 0.001 level.

При сравнении средних значений наблюдается рост показателей информационно-психологической устойчивости и самоконтроля (на 1,5 балла). Эти данные были получены с применением Методики экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости. Сравнение средних показателей информационного поведения и самоконтроля по другим методикам дает схожие результаты. Показатели информационного поведения и самоконтроля выросли на 4,1 и 14,9 балла соответственно.

По показателям внушаемости и полезависимости достоверных сдвигов обнаружено не было.

Таким образом, мероприятия, нацеленные на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз, позитивно повлияли на повышение информационно-психологической устойчивости и самоконтроля.

Ниже представлены результаты проверки достоверности различий в показателях экспериментальной и эталонной групп на этапе выходного контроля (табл. 5).

Таблица 5 / Table 5

Различия в устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям на выходном контроле (U-критерий Манна-Уитни)

Differences in the resilience of cadets to destructive information-psychological influences at the post-control (Mann-Whitney U test)

Параметры / Parameters	M (SD)		p
	Экспериментальная группа / Experimental group	Эталонная группа / Reference group	
Методика экспресс-оценки информационно-психологической устойчивости / The method of rapid assessment of information-psychological resilience			
ИПУ / IPR	5,9 (1,84)	6,7 (1,95)	0,054
Самоконтроль / Self-control	7,3 (1,74)	7,5 (1,63)	0,72
Внушаемость / Suggestibility	4,9 (0,87)	4,7 (0,93)	0,392
Устойчивость личности к социокультурным угрозам / Resilience to the sociocultural threats			
Информационное поведение / Information behavior	36,5 (4,21)	37,2 (3,69)	0,707

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

BSCS			
Самоконтроль / Self-control	47,6 (9,05)	39,4 (7,01)	<0,001**
TCOB-4 / TCOV-4			
Полезависимость / Field dependence	119 (13,41)	116,2 (15,19)	0,431

Примечание: М — среднее, SD — стандартное отклонение, р — уровень значимости, ИПУ — информационно-психологическая устойчивость, «**» — различия значимы на уровне 0,001.

Note: M — average, SD — standard deviation, p — significance level, IPR — information-psychological resilience, «**» — differences are significant at the 0.001 level.

Можно видеть, что после реализации указанных мероприятий распределение стало тождественным по всем показателям, кроме самоконтроля (опросник BSCS). Однако примечательно, что различия по данному параметру объясняются значительным ростом, т. е. показатель самоконтроля в экспериментальной группе стал достоверно больше, чем в эталонной.

Таким образом, по итогам выходного контроля все показатели, кроме самоконтроля, в экспериментальной группе приблизились к эталонным, что позволяет сделать вывод об эффективности внедрения мероприятий, направленных на повышение психологической устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. Самоконтроль же вырос настолько, что можно предположить наличие феномена гиперкомпенсации. Не исключено, что ситуация «риска» (включение в экспериментальную группу) послужила мощным мотивационным стимулом, активировавшим дополнительные ресурсы для формирования навыков саморегуляции.

Кадеты улучшили навыки проверки информации, обработки и интерпретации сведений, стали более устойчивыми к информационно-психологическому стрессу, стали лучше управлять своими эмоциями, желаниями, научились действовать, не поддаваясь импульсивным порывам, а снижение внушаемости свидетельствует об улучшении их способностей к независимому восприятию и оценке информации.

Обсуждение результатов

По итогам проведенного исследования можно констатировать, что реализованные психолого-педагогические мероприятия (проведенные в рамках классных часов и внеклассной работы, т. е. в условиях полевого эксперимента) привели к тому, что показатели информационно-психологической устойчивости, самоконтроля и внушаемости у кадет, попавших в группу риска, приблизились к эталонным. Следовательно, развитие навыков распознавания киберугроз, саморегуляции и критического мышления способствует повышению устойчивости кадет к деструктивным информационно-психологическим воздействиям.

Наибольшее влияние указанные мероприятия оказали на характеристики информационно-психологической устойчивости и самоконтроля. Кадеты стали более устойчивы к информационному стрессу, обучились критически, адекватно и оперативно обрабатывать

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

имеющиеся сведения, обрели способность в течение длительного времени и в различных ситуациях информационно-психологического воздействия сохранять высокую степень контроля над поведением без утраты ценностных ориентаций и мотивации. Примечательно, что параметр самоконтроля вырос настолько, что данный показатель в группе риска стал выше, чем в эталонной.

Обращает на себя внимание расхождение результатов по двум методикам внушаемости: по ТСОВ-4 различия между группами были недостоверны ($p = 0,168$), а по методике В.Е. Петрова — значимы ($p = 0,034$). Вероятно, это связано с тем, что ТСОВ-4 измеряет более стабильную личностную черту, тогда как методика Петрова — ситуативные и поведенческие проявления, более чувствительные к краткосрочному обучению. В связи с этим результаты следует интерпретировать с учетом особенностей каждой методики, а в дальнейшем использовать комплексный диагностический подход.

Следует отметить, что по параметру внушаемости достоверных сдвигов обнаружено не было. Полученные результаты согласуются с представлениями авторов о том, что внушаемость — это сложное психологическое качество, связанное с глубинными установками личности, для изменения которого требуется применять комплексный подход, объединяющий когнитивные и социально-психологические факторы (Егоров, 2025).

Повышение информационно-психологической устойчивости, самоконтроля и снижение внушаемости напрямую связаны с профилактикой небезопасного поведения в цифровой и реальной среде. Кадеты, обладающие информационно-психологической устойчивостью, реже становятся жертвами психологических манипуляций, направленных на вовлечение в участие в деструктивных сообществах, распространение личных данных или совершение противоправных действий под влиянием эмоционально окрашенной информации. Укрепление самоконтроля позволяет кадетам противостоять импульсивным реакциям при столкновении с провокационным контентом, не поддаваться панике при информационных атаках и сохранять безопасные стратегии поведения (например, блокировать подозрительные контакты, проверять источники, обращаться за помощью к взрослым). Снижение внушаемости уменьшает риск неосознанного копирования опасных образцов поведения, транслируемых через соцсети или мессенджеры. Таким образом, предложенные мероприятия служат действенным инструментом профилактики небезопасного поведения именно в закрытой образовательной среде кадетского корпуса, где дисциплина и иерархия могут как обеспечивать безопасность, так и усиливать эффект подчинения авторитетам.

Внедрение подобных психолого-педагогических мероприятий в образовательную практику кадетских корпусов и других военизированных учебных заведений имеет значительный социальный эффект. Во-первых, снижение уязвимости несовершеннолетних перед деструктивными информационно-психологическими воздействиями прямо отвечает задачам государственной политики в области информационной безопасности детей (Распоряжение Правительства РФ от 28 апреля 2023 г. № 1105-р, 2023). Во-вторых, формирование информационно-психологической устойчивости и самоконтроля у кадет — как у будущих офицеров — укрепляет кадровый потенциал силовых структур, снижая риски профессиональной деформации и необоснованных действий под влиянием ложной информации. В-третьих, профилактика небезопасного поведения (включая кибербуллинг, доксинг, вовлечение в экстремистские сообщества) уменьшает нагрузку на психологическую

службу учебного заведения, а также на правоохранительные и социальные органы. Наконец, транслируемый в семьях и ближайшем окружении опыт кадет может способствовать формированию более ответственной и безопасной цифровой культуры в обществе в целом.

Предложенные нами мероприятия включают 6 занятий длительностью 45 минут, состоящих из информационной части и тренинговых упражнений, направленных на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и распознавания киберугроз. Результаты исследования позволяют рекомендовать включение данных психологических занятий в план воспитательной работы или внеурочной деятельности кадетского корпуса, что будет существенно способствовать снижению негативного влияния цифровой среды на кадет и минимизации рисков их небезопасного поведения в онлайн- и офлайн-среде.

Заключение

Подростки, активно интегрированные в современную интернет-среду, демонстрируют высокую уязвимость к различным деструктивным информационно-психологическим воздействиям. Для кадет навыки защиты от вредоносных информационных воздействий необходимы, в связи с чем обозначается важность перехода к «превентивно-культурной модели обеспечения информационно-психологической безопасности».

Информационно-психологическая устойчивость, самоконтроль и внушаемость являются важнейшими предикторами устойчивости к деструктивным информационно-психологическим воздействиям. В связи с этим значимым представляется развитие у кадет навыков распознавания киберугроз, навыков саморегуляции и критического мышления.

Реализованные в исследовании психолого-педагогические мероприятия, нацеленные на повышение устойчивости кадет группы риска к деструктивным информационно-психологическим воздействиям, позволили приблизить показатели информационно-психологической устойчивости, самоконтроля и внушаемости к эталонным. Это, в свою очередь, напрямую снижает риск небезопасного поведения: кадеты стали лучше распознавать психологические манипуляции, не реагировать импульсивно на провокационный контент и сохранять контроль в стрессовых информационных ситуациях. Более того, показатель самоконтроля не просто приблизился к эталонному, а стал значимо выше него, что можно интерпретировать как гиперкомпенсацию. Вероятно, кадеты, осознавшие свою уязвимость в ходе диагностики и занятий, мобилизовали дополнительные когнитивные и волевые ресурсы для формирования навыков саморегуляции.

Вместе с тем изменения по показателю внушаемости оказались статистически недостоверными. Проведенный анализ свидетельствует о том, что трехнедельный срок реализации программы является достаточным для формирования изменений в показателях, непосредственно связанных с приобретаемыми навыками (самоконтроль, информационно-психологическая устойчивость), но недостаточным для коррекции более устойчивого личностного свойства внушаемости. Для значимого снижения внушаемости требуется более длительное комплексное вмешательство, затрагивающее глубинные установки личности.

В перспективе полученные нами данные могут быть использованы для проведения лонгитюдных исследований и разработки более длительных психолого-педагогических

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

программ коррекции, способствующих формированию у кадет устойчивой системы защиты от киберугроз.

Ограничения. В исследование приняли участие подростки мужского пола, что ограничивает возможность экстраполяции результатов на другие возрастные группы и учащихся женского пола.

Limitations. The study involved male adolescents, which limits the possibility of extrapolating the results to other age groups and female students.

Список источников / References

1. Баранов, Е.Г. (2017). Информационно-психологическая устойчивость личности: сущность и психологическое содержание. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 10(1), 58—64.
Baranov, E.G. (2017). Information-psychological stability of personality: essence and psychological content. *Theoretical and Experimental Psychology*, 10(1), 58—64. (In Russ.).
2. Баранов, Е.Г. (2017). Информационно-психологическое воздействие: сущность и психологическое содержание. *Национальный психологический журнал*, 25(1), 25—31. <https://doi.org/10.11621/npj.2017.0103>
Baranov, E.G. (2017). Information-psychological influence: essence and psychological content. *National Psychological Journal*, 25(1), 25—31. (In Russ.). <https://doi.org/10.11621/npj.2017.0103>
3. Берестовой, А.Н., Сысолина, Н.С. (2023). Вопросы криминализации девиантного поведения в сети Интернет. *Философия права*, 3, 85—93.
Berestovoy, A.N., Sysolina, N.S. (2023). Issues of criminalization of deviant behavior on the Internet. *Philosophy of Law*, 3, 85—93. (In Russ.).
4. Богданович, Н.В., Делибалт, В.В. (2024). Девиантное онлайн-поведение: от классификации видов к анализу программ и технологий помощи. *Психология и право*, 14(2), 45—66. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140204>
Bogdanovich, N.V., Delibalt, V.V. (2024). Deviant online behavior: from the classification of types to an analysis of assistance programmes and technologies. *Psychology and Law*, 14(2), 45—66. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140204>
5. Буланова, И.С., Двойнин, А.М., Двойнина, В.К. (2025). Представления об устойчивости в концептуальном пространстве психологии. *Современная зарубежная психология*, 14(1), 103—113. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2025140110>
Bulanova, I.S., Dvoynin, A.M., Dvoynina, V.K. (2025). Representations of Resilience in the Conceptual Field of Psychology. *Modern Foreign Psychology*, 14(1), 103—113. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2025140110>
6. Гончарова, Е.М. (2022). Особенности повышения психологической устойчивости личности подростка к деструктивному влиянию социальных сетей. *Психология и педагогика служебной деятельности*, 4, 243—247. <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2022-4-243-247>

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

- Goncharova, E.M. (2022). Features of increasing the psychological stability of a teenager's personality to the destructive influence of social networks. *Psychology and Pedagogy of Service Activities*, 4, 243—247. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2022-4-243-247>
7. Духновский, С.В., Злоказов, К.В. (2024). Информационно-психологическая уязвимость сотрудников органов внутренних дел с разным уровнем устойчивости и утомленности. *Психология и право*, 14(4), 50—67. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140404>
Dukhnovsky, S.V., Zlokazov, K.V. (2024). Information and psychological vulnerability of employees of internal affairs bodies with different levels of stability and fatigue. *Psychology and Law*, 14(4), 50—67. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140404>
8. Егоров, И.В. (2025). Феномен внушаемости: социально-психологические детерминанты и влияние на поведение. *Мир науки. Педагогика и психология*, 13(2). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN225.pdf> (дата обращения: 07.06.2026).
Egorov, I.V. (2025). The phenomenon of suggestibility: socio-psychological determinants and influence on behavior. *World of Science. Pedagogy and psychology*, 13(2). (In Russ.). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN225.pdf> (viewed: 07.06.2026).
9. Капитонова, Е.А. (2024). Пранки, треш-стримы и другие новые формы девиантных действий, совершаемых в погоне за популярностью: проблемы квалификации. *Уголовное право*, 2, 24—34.
Kapitonova, E.A. (2024). Pranks, trash streams and other new forms of deviant acts committed in pursuit of popularity: problems of qualification. *Criminal Law*, 2, 24—34. (In Russ.).
10. Караяни, А.Г., Караяни, Ю.М. (2021). Информационно-психологическое воздействие в контексте парадигмы стратегических коммуникаций. *Национальный психологический журнал*, 1, 3—14. <https://doi.org/10.11621/npj.2021.0101>
Karayani, A.G., Karayani, Yu.M. (2021). Information-psychological influence in the context of the strategic communications paradigm. *National Psychological Journal*, 1, 3—14. (In Russ.). <https://doi.org/10.11621/npj.2021.0101>
11. Кокурин, А.В., Поздняков, В.М. (2025). О деструктивных воздействиях в цифровой среде в публикациях современных зарубежных психологов. *Психология и право*, 15(4), 2—19. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150401>
Kokurin, A.V., Pozdnyakov, V.M. (2025). On destructive effects in the digital environment in the publications of modern foreign psychologists. *Psychology and Law*, 15(4), 2—19. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150401>
12. Лазарева, И.Ю. (2021). Профилактика деструктивного информационно-психологического воздействия на молодежь в сети Интернет. *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 26(4), 416—422. <https://doi.org/10.24412/1999-6241-2021-4-87-416-422>
Lazareva, I.Yu. (2021). Prevention of destructive information and psychological impact on youth on the Internet. *Psychopedagogy in Law Enforcement*, 26(4), 416—422. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/1999-6241-2021-4-87-416-422>

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

13. Неврюев, А.Н. (2025). Развитие цифровой зависимости: обзор современных зарубежных исследований. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 2(1), 60—74. <https://doi.org/10.17759/epps.2025020105>
Nevryuev, A.N. (2025). Development of digital dependency: a review of current foreign studies. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 2(1), 60—74. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2025020105>
14. Поздняков, В.М. (2024). О разработке современной модели обеспечения информационно-психологической безопасности. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 1(1), 44—58. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010105>
Pozdnyakov, V.M. (2024). On the development of a modern model for ensuring information and psychological security. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 1(1), 44—58. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2024010105>
15. Распоряжение Правительства РФ от 28 апреля 2023 г. № 1105-р Об утверждении Концепции информационной безопасности детей в РФ и признании утратившим силу распоряжения Правительства Российской Федерации от 2 декабря 2015 г. № 2471-р (2023). URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406740607/> (дата обращения: 05.06.2026).
Order of the Government of the Russian Federation No. 1105-r of April 28, 2023, On Approving the Concept of Information Security of Children in the Russian Federation and on Recognizing as Invalid the Order of the Government of the Russian Federation No. 2471-r of December 2, 2015. (2023). (In Russ.) URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406740607/> (viewed: 05.06.2026).
16. Серебренников, Д.Е., Кузьмина, Ю.В. (2021). Полевые эксперименты и модель причинно-следственного вывода Дональда Рубина: обзор актуальных исследований. *Экономическая социология*, 22(4), 117—139. <https://doi.org/10.17323/1726-3247-2021-4-117-139>
Serebrennikov, D.E., Kuzmina, Yu.V. (2021). Field experiments and the Rubin's causal model: review of approaches and current research. *Journal of Economic Sociology*, 22(4), 117—139. (In Russ.). <https://doi.org/10.17323/1726-3247-2021-4-117-139>
17. Столяренко, А.М., Сердюк, Н.В., Вахнина, В.В., Боева, О.М., Грищенко, Л.Л. (2019). Психологические аспекты деструктивного информационно-психологического воздействия. *Психология и право*, 9(4), 75—89. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090406>
Stolyarenko, A.M., Serdyuk, N.V., Vakhnina, V.V., Boeva, O.M., Grishchenko, L.L. (2019). Psychological aspects of destructive information-psychological influence. *Psychology and Law*, 9(4), 75—89. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090406>
18. Фесенко, Ю.А., Добряков, И.В. (2023). Аномия как причина нарушений становления влечений, угрозы здоровью молодежи. *Медицинская психология в России*, 15(3), 50—62. <https://doi.org/10.17759/medpsy.2023150305>
Fesenko, Yu.A., Dobryakov, I.V. (2023). Anomie as a cause of disorders of drive formation and threats to youth health. *Medical Psychology in Russia*, 15(3), 50—62. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/medpsy.2023150305>
19. Karaköse, T., Yıldırım, B., Tulubaş, 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>

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

20. Weiss, A.P., Alwan, A., Garcia, E.P., Garcia, J. (2020). Surveying fake news: Assessing university faculty's fragmented definition of fake news and its impact on teaching critical thinking. *International Journal for Educational Integrity*, 16(1). <https://doi.org/10.1007/s40979-019-0049-x>

Информация об авторах

Алексей Владимирович Кокурин, кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры научных основ экстремальной психологии, факультет экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ); доцент кафедры криминологии и уголовно-исполнительного права им. В.Е. Эминова, Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (ФГБОУ ВО МГЮА), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0454-1691>, kokurin1@bk.ru

Диана Владиславовна Абдрахманова, студентка 5 курса, факультет экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8621-9627>, e-mail: abdrakhmanovvva@yandex.ru

Information about the authors

Aleksey V. Kokurin, Candidate of Science (Psychology), Associate Professor, Professor of the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education; Associate Professor of the Department of Criminology and Penal Enforcement Law named after V.E. Eminov, Kutafin Moscow State Law University, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0454-1691>, e-mail: kokurin1@bk.ru

Diana V. Abdrakhmanova, 5th-year student, Faculty of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8621-9627>, e-mail: abdrakhmanovvva@yandex.ru

Вклад авторов

Кокурин А.В. — разработка дизайна проекта, методология, концептуализация, отбор источников для обзора; подготовка рукописи и ее итоговой версии.

Абдрахманова Д.В. — разработка дизайна проекта, валидация, отбор источников для обзора, подготовка рукописи и ее итоговой версии.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Aleksey V. Kokurin — development of the project design, methodology, conceptualization, selection of sources for review; preparation of the manuscript and its final version.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026)
Повышение устойчивости кадет к деструктивным
информационно-психологическим воздействиям
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 28—47.

Кокурин А.В., Абдрахманова Д.В. (2026).
Improving resilience of cadets to destructive
information-psychological influences
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 28—47.

Diana V. Abdrakhmanova — development of the project design, validation, selection of sources for review, preparation of the manuscript and its final version.

Both 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 Этической комиссией Ученого совета факультета «Экстремальная психология» (протокол № 15-21/09-ЭК 2 от 02.06.2026)

Ethics statement

The study was reviewed and approved by the Ethics Commission of the Academic Council of the Department of Extreme Psychology (report No. 15-21/09-EC 2, 2026/06/02).

Поступила в редакцию 08.06.2026
Поступила после рецензирования 17.08.2026
Принята к публикации 02.09.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.06.08
Revised 2026.08.17
Accepted 2026.09.02
Published 2026.09.30

Научная статья | Original paper

Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий

А.О. Шарапов¹✉, О.И. Шех^{1, 2}

¹ Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород, Российская Федерация

² Институт практической психологии «Иматон», Санкт-Петербург, Российская Федерация
✉ aloi88@mail.ru

Резюме

Актуальность работы обусловлена реалиями современных крупномасштабных боевых действий (далее — LSCO): высокая интенсивность, массовый характер санитарных потерь, затяжная эвакуация и хроническое воздействие боевых стресс-факторов. Широко применяемые вербальные протоколы кризисной интервенции (CISM, PIES) в таких условиях, по мнению ряда исследователей, имеют существенные ограничения — они предполагают присутствие психолога, не всегда учитывают физиологическую блокировку коры головного мозга при симпатическом шторме или дорсальном ступоре и не содержат встроенных механизмов защиты самого специалиста от вторичной травматизации. **Цель** настоящей работы — предложить и обосновать интегративную модель «3К+4П» (три контура, четыре принципа, пять протоколов), синтезирующую нейробиологический подход (поливагальная теория, принцип «снизу-вверх», нейропластичность) с передовыми зарубежными и отечественными наработками в области военной психологии. **Гипотеза** состоит в том, что смещение акцента первой помощи с вербальной парадигмы на поведенческо-соматическую, подкрепленное обязательным контуром устойчивости психолога, способно повысить эффективность помощи в LSCO и снизить риски вторичной травматизации специалистов. **Методы:** систематический обзор литературы (1995–2026), синтез и моделирование. **Результаты:** разработана трехуровневая архитектура (полевой, реабилитационный контуры и контур устойчивости психолога), сформулированы четыре сквозных принципа (травма-информированность, снижение стигмы, телесное заземление, системность) и пять поведенческих протоколов с объективными критериями (ЧСС, ЧД, время реакции). Выполнен нейробиологический анализ каждого протокола. **Выводы:** модель «3К+4П» представляет собой новый концептуальный подход к психологическому сопровождению в LSCO; ее протоколы потенциально могут осваивать не только психологи, но и медики, командиры, сослуживцы; третий

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий

Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations

Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 48—70.

контур ориентирован на профессиональное долголетие специалиста. Модель предлагается к обсуждению и дальнейшей теоретической и практической разработке.

Ключевые слова: LSCO, боевой стресс, поливагальная теория, поведенческие протоколы, соматические методы, психологическая помощь, военный психолог, вторичная травма, супервизия, модель «3К+4П»

Благодарности. Авторы признательны профессору А.Г. Караяни за ценные консультации и теоретическую поддержку.

Для цитирования: Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026). Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 48—70. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030303>

Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations

A.O. Sharapov¹✉, O.I. Shekh^{1, 2}

¹ Belgorod State National Research University, Belgorod, Russian Federation

² Institute of Practical Psychology “Imaton”, St. Petersburg, Russian Federation

✉aloi88@mail.ru

Abstract

Context and relevance stem from the realities of modern Large-Scale Combat Operations (LSCO): high intensity, massive casualties, delayed evacuation, and chronic stress. Conventional verbal crisis intervention protocols (CISM, PIES) are considered by many researchers to have significant limitations under such conditions — they presuppose a psychologist's presence, often overlook cortical shutdown during sympathetic storm or dorsal vagal immobilisation, and offer no built-in safeguards against secondary traumatisation of the helper. **Objective:** to propose and substantiate the integrative “3C+4P” model (three contours, four principles, five protocols) that merges neurobiological frameworks (polyvagal theory, bottom-up regulation, neuroplasticity) with advanced international and Russian practices in military psychology. **Hypothesis:** shifting the focus of first aid from verbal to behavioural-somatic, complemented by a mandatory psychologist resilience loop, can enhance LSCO support effectiveness and lower secondary trauma risks. **Methods:** systematic literature review (1995—2026), synthesis and modelling. **Results:** we propose a three-tier architecture (field, rehabilitation, and psychologist resilience contours), four cross-cutting principles (trauma-informed care, stigma reduction, somatic grounding, systemic approach), and five behavioural protocols with measurable endpoints (HR, RR, reaction time). Neurobiological rationales are provided for each protocol.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

Conclusions: the “3C+4P” model offers a novel conceptual approach for LSCO settings; its protocols can potentially be mastered not only by psychologists but also by medics, commanders, and peers; the third contour addresses the professional longevity of the practitioner. The model is proposed for discussion and further theoretical and practical development.

Keywords: LSCO, combat stress, polyvagal theory, behavioural protocols, somatic methods, psychological support, military psychologist, secondary trauma, supervision, “3C+4P” model

Acknowledgements. The authors thank Professor A.G. Karayani for valuable consultations and theoretical support.

For citation: Sharapov, A.O., Shekh, O.I. (2026). Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 48—70. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030303>

Введение

Современные вооруженные конфликты, обозначаемые в зарубежной литературе как Large-Scale Combat Operations (LSCO), представляют собой особый тип боевых действий, характеризующийся высокой интенсивностью, массированным применением огневых средств, значительными санитарными потерями и затяжной эвакуацией (Wilkes et al., 2025; Cole, Remondelli, 2025). Выбор термина LSCO для настоящей работы обусловлен его методологической емкостью: эта концепция активно разрабатывается в современной военной науке, наиболее полно описывает специфику конфликтов, с которыми столкнулись вооруженные силы России в ходе СВО, и позволяет интегрировать зарубежный опыт (США, Израиль, Норвегия) с отечественными наработками А.Г. Караяни.

Помимо очевидных факторов боевого стресса — артиллерийские обстрелы, угроза беспилотной авиации, дефицит сна, переживание утраты сослуживцев — практика СВО выявила новые психогенные феномены. К их числу относятся: «дронобоязнь» (UAV anxiety) — устойчивое тревожное ожидание атаки с воздуха; артиллерийская оглушенность — состояние сенсорной перегрузки и когнитивного истощения после интенсивных обстрелов; штурмовая травма — комплекс реакций, связанных с ведением боя в городской застройке; эффект коллективной утраты («братской могилы») — переживание гибели большого числа сослуживцев. По данным полевых отчетов, у значительной доли военнослужащих, находившихся в зоне интенсивного боевого контакта, регистрируются клинически значимые симптомы острого стрессового расстройства (Cole, Remondelli, 2025).

Традиционные подходы к психологической помощи — вербальный дебрифинг (CISM, PIES) — в условиях LSCO, по мнению ряда авторов, требуют переосмысления. Их ограничения связаны с необходимостью присутствия психолога, игнорированием нейробиологических состояний (симпатический шторм, дорсальный ступор), при которых кора головного мозга малодоступна для речевого воздействия, а также недостаточной

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

проработанностью механизмов защиты самого специалиста от вторичной травматизации (Rothschild, 2017). При этом мы не утверждаем, что существующие протоколы неэффективны в принципе — напротив, они хорошо зарекомендовали себя в ряде зарубежных армий (Израиль, США, Норвегия). Однако специфика LSCO, включая массовость потерь и задержку эвакуации, ставит перед нами новые вызовы, требующие адаптации и дополнения.

Теоретический фундамент предлагаемой модели «3К+4П» образуют три взаимодополняющих подхода.

Первый — поливагальная теория С. Поржеса (Porges, 2011; 2021), различающая три состояния вегетативной нервной системы: вентральный блуждающий нерв (безопасность, социальное взаимодействие), симпатический отдел (мобилизация, «бей или беги») и дорсальный блуждающий нерв (иммобилизация, ступор). Ключевой для полевой работы вывод: при гипер- или гиповозбуждении кора головного мозга труднодоступна, и регулировать состояние можно через тело — дыхание, позу, ритмические движения, пространственную ориентацию.

Второй — принцип «снизу-вверх» (bottomup regulation), разработанный П. Огден, П. Левином и Б. Ротшильд (Ogden et al., 2006; Levine, 1997; 2010; Rothschild, 2017). Согласно этому взгляду, травма запечатлевается не только в когнитивных схемах, но и в мышечных паттернах, вегетативных реакциях, фасциальных натяжениях. Вербальные интервенции в острой фазе (первые 24—72 часа) могут быть малоэффективны, а в ряде случаев — приводить к ретравматизации. Работа через дыхание, позу и простые соматические маркеры позволяет быстрее восстановить саморегуляцию.

Третий — принцип нейропластичности (Kolb, Whishaw, 1998; Doidge, 2007). Мозг взрослого человека сохраняет способность к обратимым структурным изменениям даже после тяжелой психотравмы. Восстановление плотности серого вещества в гиппокампе и префронтальной коре — зонах, наиболее уязвимых при ПТСР, — возможно при целенаправленной терапии (EMDR, СРТ, когнитивные тренинги). Это дает основания для осторожного оптимизма в отношении реабилитации даже при длительном боевом стрессе.

Среди зарубежных протоколов первой помощи следует выделить: BHGEAR — однодневный тренинг для боевых медиков с использованием мобильного приложения (Mesias et al., 2023); iCOVER — шестишаговое вмешательство для быстрого восстановления функций силами сослуживцев (Adler et al., 2019); норвежские программы ReSTART и ORT (Nordstrand et al., 2024); системы peer support, например, Vets4Warriors (2026). В отечественной военной психологии фундаментальный вклад внесен А.Г. Караяни (Караяни, 2023; 2026; Караяни, Сыромятников, 2016). Однако до настоящего времени не было предложено целостных моделей, которые сочетали бы соматические протоколы первого эшелона, доказательную терапию второго эшелона и системную защиту психолога в единой логике LSCO.

Цель настоящей работы — предложить и обосновать такую модель. Гипотеза состоит в том, что смещение акцента первой помощи с вербальной парадигмы на поведенческо-соматическую, подкрепленное обязательным контуром устойчивости психолога, способно повысить результативность помощи и снизить риски для самого специалиста.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

В соответствии с поставленной целью были сформулированы следующие исследовательские вопросы:

RQ1: какие нейробиологические механизмы лежат в основе ограничений вербальных протоколов кризисной интервенции в условиях LSCO?

RQ2: какую архитектуру должна иметь модель психологического сопровождения, чтобы эффективно работать в условиях массовых потерь и задержки эвакуации?

RQ3: какие поведенческие протоколы с измеримыми физиологическими критериями могут быть освоены не только психологами, но и медиками, командирами и сослуживцами?

Материалы и методы

Исследование выполнено в русле теоретико-прикладного подхода. Мы использовали:

- **Систематический обзор научной литературы** за период 1995—2026 гг. Поиск осуществлялся в базах данных PubMed, Google Scholar, eLibrary.ru. Поисковые запросы включали комбинации ключевых слов на русском и английском языках: LSCO, combat stress, polyvagal theory, bottom-up regulation, peer support, «боевой стресс», «поливагальная теория», «соматические интервенции». Критерии включения: рецензируемые публикации, содержащие эмпирические или теоретические данные по психологической помощи в условиях боевых действий. Первичный поиск выявил 187 источников. После удаления дубликатов ($n = 43$) осталось 144 публикации. Скрининг по названиям и аннотациям позволил исключить 102 источника, не соответствовавших критериям тематической релевантности. Для полнотекстового анализа было отобрано 42 статьи. На основе оценки методологического качества и релевантности в финальный список включены 25 источников, которые легли в основу теоретического синтеза и разработки модели «3К+4П». Процедура отбора представлена на рис. 2.
- **Методы концептуального синтеза и моделирования** для построения архитектуры модели. На основе интеграции поливагальной теории, принципа «снизу-вверх» и представлений о нейропластичности разработана модель «3К+4П». Для каждого контура определены инвариантные принципы и протоколы с теоретически обоснованными критериями эффективности (частота сердечных сокращений, частота дыхания, время реакции).

Результаты исследования

Архитектура модели «3К+4П»

Выделение трех контуров продиктовано логикой эшелонирования медицинской помощи в войсках (Role 1 — Role 2 — Role 3) и особенностями LSCO, где эвакуация часто задерживается на сутки и более.

Контур 1 (полевой, эшелоны 0—1) — «Стабилизация и возврат в строй». Временной горизонт — секунды, минуты. Инструментарий: поведенческие протоколы № 1 «Сброс предохранителя» (купирование панической реакции), № 4 «Воронка» (торможение агрессивного аффекта), № 5 «Сухой остаток» (нормализация сна), скрининг «Пять пальцев»

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
 Интегративная модель психологического сопровождения
 военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
 действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
 Integrative model of psychological support for
 military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 48—70.

(экспресс-диагностика), а также использование iCOVER для подготовленных сослуживцев. Критерий успеха — выполнение простой команды и возвращение к выполнению задач.

Контур 2 (реабилитационный, эшелоны 2—3) — «Восстановление и рост». Временной горизонт — дни, месяцы. Инструментарий: протоколы № 2 «Железный шкафчик» (отсрочка эмоций с обязательным последующим открытием), № 3 «Открытие шкафа» (постоперационная разрядка), № 5 «Сухой остаток» (как элемент обучения бойца), а также доказательные методы психотерапии ПТСР (CPT, PE, EMDR), дополнительно — АСТ как активно изучаемый метод, когнитивные тренинги (таблицы Шульте, Nback, ABM), супружеская терапия (СВСТ) и нейрореабилитация при сопутствующей ЧМТ.

Контур 3 (устойчивости психолога) — «Самосохранение и супервизия». Действует непрерывно. Инструменты: протокол самопомощи 0330 (ритуал сброса после тяжелых случаев), ритуал «Контейнер в шкафу» (визуализация отделения чужих травм), регулярная супервизия (групповая, реер, телесупервизия), скрининг профессионального качества жизни (ProQOL).

Графически модель можно представить, как три вложенных контура (рис. 1).

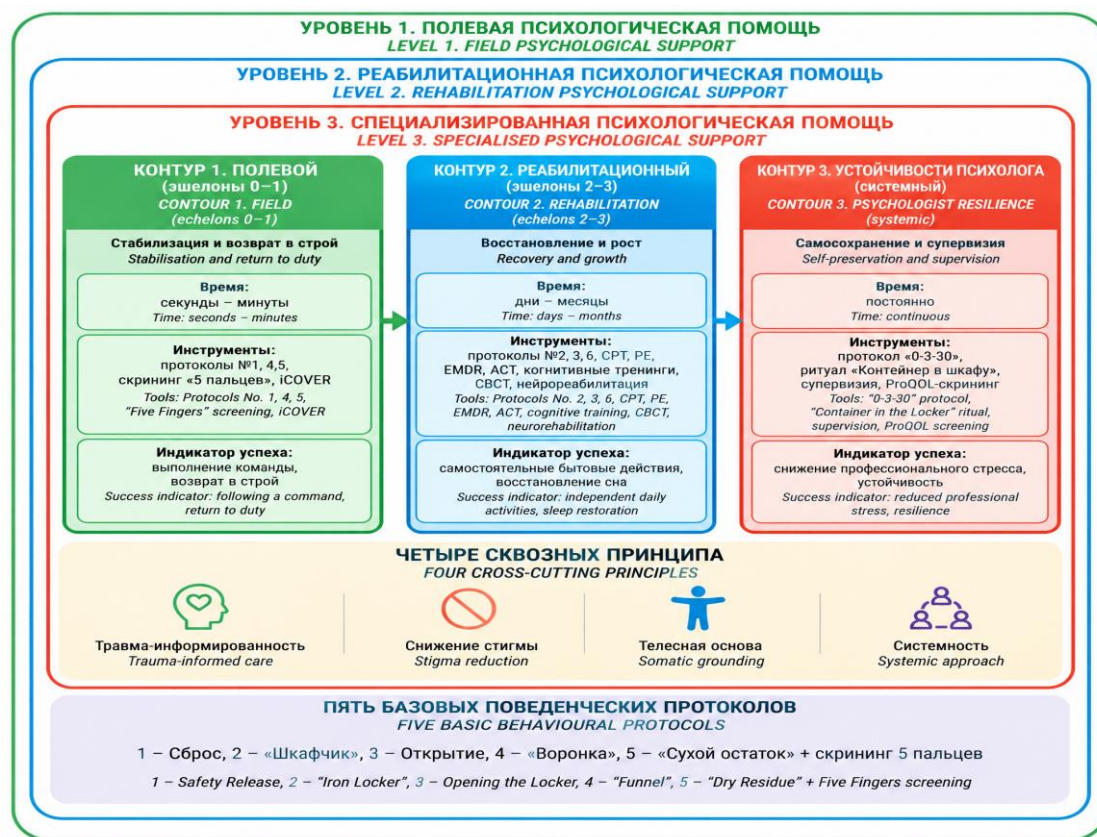


Рис. 1. Модель «3К+4П»: три контура психологического сопровождения в условиях LSCO.

Fig. 1. The “3C+4P” model: three contours of psychological support in LSCO conditions.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
 Интегративная модель психологического сопровождения
 военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
 действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
 Integrative model of psychological support for
 military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 48—70.

Диаграмма отбора источников

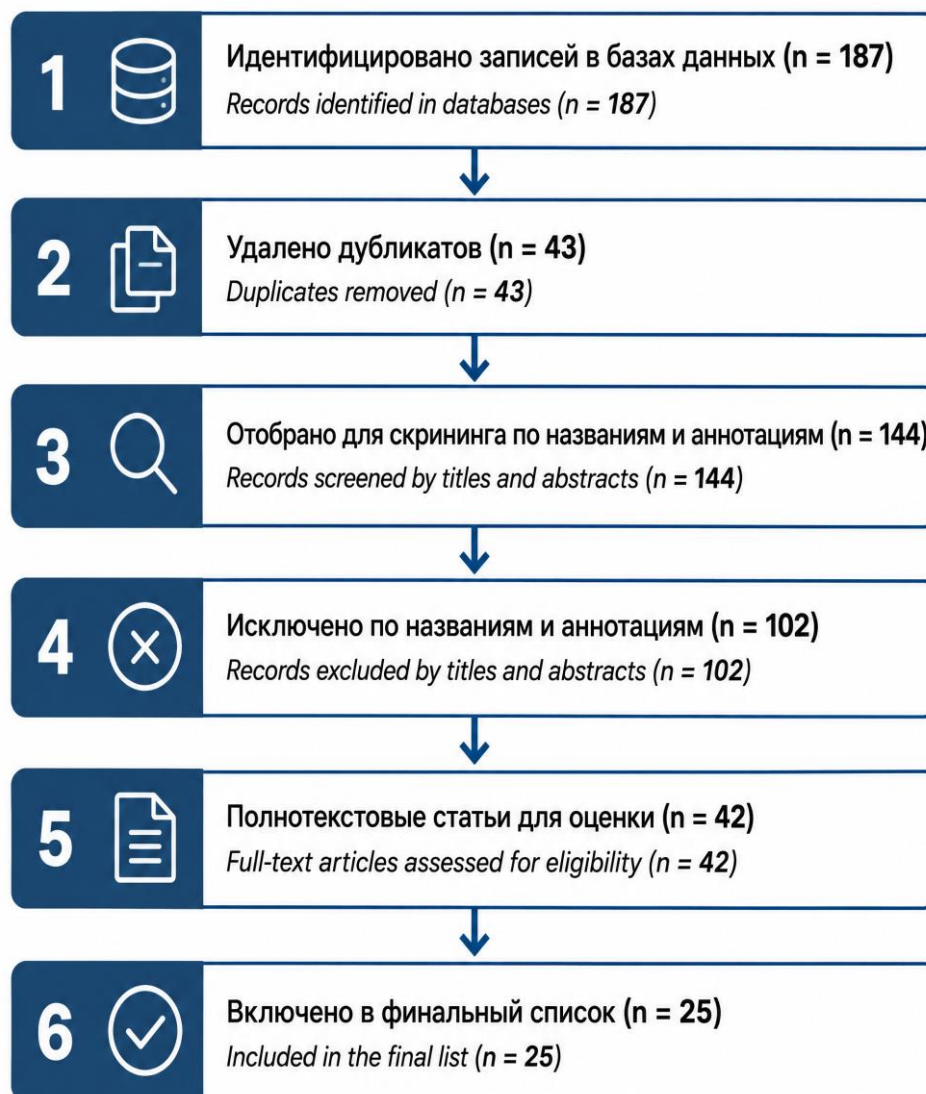


Рис. 2. Диаграмма отбора источников для систематического обзора. На диаграмме представлены этапы отбора: идентификация, скрининг, оценка полнотекстовых статей и включение в финальный список

Fig. 2. Flow diagram of the source selection process for the systematic review. The diagram shows the stages of identification, screening, assessment of full-text articles, and inclusion in the final list

Таблица 1 / Table 1

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
 Интегративная модель психологического сопровождения
 военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
 действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
 Integrative model of psychological support for
 military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 48—70.

Характеристика включенных в обзор исследований
Characteristics of the studies included in the review

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
1	Wilkes et al., 2025	Нарративный обзор / Narrative review	—	Анализ психологических вызовов LSCO; обоснование актуальности / Analysis of the psychological challenges of LSCO; rationale for relevance
2	Cole & Remondelli, 2025	Обзор/Review	—	Описание стресс- факторов LSCO и клинических последствий / Description of LSCO stressors and clinical consequences
3	Karayani, 2023	Монография/Monograph	—	Теоретические основы боевого стресса и стресс- менеджмента / Theoretical foundations of combat stress and stress management
4	Karayani, 2026	Монография/Monograph	—	Систематизация военно- психологических знаний / Systematisation of military

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
				psychological knowledge
5	Karayani, Syromyatnikov, 2016	Монография/Monograph	—	Базовые принципы военной психологии / Basic principles of military psychology
6	Adler et al., 2019	Эмпирическое/Empirical	Военнослужащие (полевое исследование) / Military personnel (field study)	Разработка и апробация протокола iCOVER / Development and testing of the iCOVER protocol
7	Mesias et al., 2023	Эмпирическое/Empirical	Армейские медики (n = 120) / Military medics (n = 120)	Разработка тренинга BH- GEAR с мобильным приложением / Development of BH- GEAR training with a mobile application
8	Nordstrand et al., 2024	Эмпирическое/Empirical	Норвежские военнослужащие / Norwegian military personnel	Апробация программ ReSTART и ORT / Testing of the ReSTART and ORT programmes
9	Vets4Warriors, 2026	Отчёт/Report	>1 млн контактов / >1 million contacts	Оценка эффективности peer support / Evaluation of the effectiveness of peer support

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
 Интегративная модель психологического сопровождения
 военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
 действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
 Integrative model of psychological support for
 military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 48—70.

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
10	Porges, 2011	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Поливагальная теория — фундамент модели / Polyvagal theory — the foundation of the model
11	Porges, 2021	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Развитие поливагальной теории / Development of the polyvagal theory
12	Porges, Dana, 2024	Обзор/Review	—	Применение поливагальной теории в военной среде / Application of the polyvagal theory in a military environment
13	Ogden et al., 2006	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Принцип «снизу вверх» — основа соматических протоколов / The “bottom-up” principle — the basis of somatic protocols
14	Levine, 1997	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Соматический подход к травме — обоснование протокола № 3 / Somatic approach to trauma — rationale for Protocol No. 3

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
 Интегративная модель психологического сопровождения
 военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
 действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
 Integrative model of psychological support for
 military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 48—70.

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
15	Levine, 2010	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Развитие соматического подхода / Development of the somatic approach
16	Rothschild, 2017	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Обоснование контура устойчивости психолога (Контур 3) / Rationale for the psychologist resilience contour (Contour 3)
17	Kolb, Wishaw, 1998	Обзор/Review	—	Нейропластичность — обоснование реабилитационного потенциала / Neuroplasticity — rationale for rehabilitation potential
18	Doidge, 2007	Теоретическая монография / Theoretical monograph	—	Нейропластичность — дополнительное обоснование / Neuroplasticity — additional rationale
19	Lehrer, Gevirtz, 2014	Эмпирическое/обзор / Empirical/Review	Метаанализ/Meta- analysis	HRV-биофидбэк — обоснование физиологических маркеров / HRV biofeedback — rationale for physiological markers

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
20	Wald et al., 2016	РКИ/RCT	Военнослужащие (n = 120) / Military personnel (n = 120)	АВМ — обоснование инновационных технологий / АВМ — rationale for innovative technologies
21	Philip et al., 2019	Эмпирическое/Empirical	Военнослужащие (n = 45) / Military personnel (n = 45)	α-TMS — перспективный метод реабилитации / α-TMS — a promising rehabilitation method
22	Mitchell et al., 2023	РКИ (фаза 3) / RCT (Phase 3)	Пациенты с ПТСР (n = 90) / Patients with PTSD (n = 90)	MDMA-терапия — перспективный метод / MDMA-assisted therapy — a promising therapeutic method
23	Kuhn et al., 2014	Эмпирическое / Empirical	Ветераны (n = 45) / Veterans (n = 45)	Мобильное приложение PTSD Coach / PTSD Coach mobile application
24	Link, Phelan, 2001	Теоретическое/Theoretical	—	Концептуализация стигмы — обоснование принципа снижения стигмы / Conceptualisation of stigma — rationale for the stigma reduction principle

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

№	Авторы, год / Authors, year	Тип исследования / Type of study	Выборка/материал / Sample/material	Ключевые результаты / вклад в модель / Key findings / contribution to the model
25	SAMHSA, 2014	Руководство/Guideline	—	Травма-информированный подход — обоснование принципа ТИС / Trauma-informed approach — rationale for the TIC principle

Четыре сквозных принципа

Мы выделили четыре универсальных принципа, пронизывающих все контуры.

1. **Травма-информированность (ТИС).** Вместо вопроса «Что с тобой не так?» — «Что с тобой случилось и как тебе удалось выжить?» (SAMHSA, 2014). Психолог избегает ретравматизации, признаёт любые реакции как адаптивные.
2. **Снижение стигмы.** Используются peer support, скрытые формы помощи (через командира, совместное чаепитие, физическую активность), цифровые платформы (Link, Phelan, 2001; Vets4Warriors, 2026).
3. **Телесная основа (bottom-up regulation).** Первое вмешательство всегда связано с дыханием, позой, движением или прикосновением (только с согласия) (Ogden et al., 2006; Levine, 1997; 2010).
4. **Системность.** Работа одновременно с военнослужащим, его подразделением, семьей и командованием — только так можно избежать изоляции и обеспечить устойчивое восстановление.

Пять базовых поведенческих протоколов

Каждый протокол четко задает целевую мишень, пошаговый алгоритм, физиологический механизм, измеримый критерий завершения и способ обучения (табл. 2). Протоколы логически связаны: «Железный шкафчик» обязательно требует последующего «Открытия шкафа», а «Сухой остаток» может применяться как самопомощь. Детальные алгоритмы применения приведены в Приложении.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

Таблица 2 / Table 2

Базовые поведенческие протоколы модели «3К+4П» model
Basic behavioral protocols of the “3C+4P” model

№	Протокол/Protocol	Контур/Contour	Мишень/Target	Время/Time	Ключевой механизм / Key mechanism	Критерий эффективности / Effectiveness criterion
1	«Сброс предохранителя» / “Safety Release”	1	Паника, гипервозбуждение / Panic, hyperarousal	30–60 с / 30–60 s	Дыхание квадрат → HRV-когерентность / Box breathing → HRV coherence	ЧСС <100, ЧД <18 / HR <100, RR <18
2	«Железный шкафчик» / “Iron Locker”	1–2 (мост) / 1–2 (bridge)	Предстартовый срыв / Pre-mission breakdown	30 с + открытие / 30 s + opening	Контейнирование + соматический якорь / Containment + somatic anchor	Чёткий ответ на позывной / Clear response to the call sign
3	«Открытие шкафа» / “Opening the Locker”	2	Пост-операционная разрядка / Post-mission release	10–15 мин / 10–15 min	Тряска + ритуал + вопросы о теле / Shaking + ritual + body-focused questions	Боец идёт в душ / принимать пищу / Soldier goes to shower / eat
4	«Воронка»/“Funnel”	1	Агрессия, аффект / Aggression, affect	1–2 мин / 1–2 min	Длинный выдох + поза ниже агрессора / Long exhale + posture lower than the aggressor	Агрессор садится по команде / Aggressor sits down on command
5	«Сухой остаток» / “Dry Residue”	2	Бессонница, кошмары / Insomnia, nightmares	5–10 мин / 5–10 min	Левый бок, дыхание 3–6, мантра / Left side, 3–6 breathing, mantra	Засыпание <10 мин / Falling asleep <10 min
(Скрининг) / “Five Fingers”	«Пять пальцев» / “Five Fingers”	Все / All	Экспресс-диагностика / Rapid assessment	10 с/чел. / 10 s/person	Оценка ориентации, памяти, боли,	2+ красных → эвакуация / ≥2

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий

Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

№	Протокол/Protocol	Контур/Contour	Мишень/Target	Время/Time	Ключевой механизм / Key mechanism	Критерий эффективности / Effectiveness criterion
(Screening)					усталости / Evaluation of orientation, memory, pain, fatigue	red flags → evacuation

Примечание: скрининг «Пять пальцев» применяется на Контуре 1 для быстрой оценки состояния; обучение техникам проводится по циклу «Показ — Проба — Ошибки — Повтор — Зачет».

Note: cycle.

The “Five Fingers” screening is used in Contour 1 for rapid assessment; training follows the “Show — Try — Errors — Repeat — Pass” cycle.

Гипотетическая модель изменений (mechanism of change). Последовательное применение протоколов предполагает следующую цепочку: снижение ЧСС и ЧД (протоколы №1, №4) → улучшение когнитивной доступности (протокол №2) → разрядка соматического напряжения (протокол №3) → активация префронтальной коры → снижение амигдаларной гиперактивности → закрепление новых адаптивных паттернов через нейропластичность (протокол №5 и реабилитационные методы). Данная модель требует эмпирической верификации, но теоретически обосновывает логику последовательного применения протоколов.

Нейробиологическое обоснование протоколов

При симпатической гиперактивации (ЧСС >120, туннельное зрение) или дорсальной иммобилизации (ступор, диссоциация) активность префронтальной коры резко снижается, доминируют стволовые и лимбические структуры. В этих условиях единственный доступный канал регуляции — тело. Предлагаемые протоколы напрямую модулируют активность блуждающего нерва и вариабельность сердечного ритма. Медленное диафрагмальное дыхание с соотношением выдоха к вдоху 2:1 усиливает парасимпатический тонус, снижает ЧСС и активность миндалевидного тела (Lehrer, Gevirtz, 2014). Потряхивание (протокол № 3) способствует разрядке избытка адреналина через проприоцептивные сигналы (Levine, 1997). Длинный выдох (протокол № 4) запускает рефлекс Геринга-Брейера. Поза на левом боку (протокол № 5) оптимизирует венозный отток и уменьшает ночную тахикардию.

Важный вопрос: каким образом, минуя развернутый вербальный контакт, можно побудить военнослужащего выполнять предлагаемые приемы саморегуляции? В основе лежат несколько механизмов. **Первый** — демонстрация: психолог или подготовленный сослуживец сам выполняет дыхательное упражнение, и воин непроизвольно синхронизирует с ним свой

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

дыхательный ритм (эффект зеркальных нейронов и межличностной синхронизации). **Второй** — использование авторитета и простых директивных команд («Смотри на меня», «Делай как я»), которые воспринимаются даже в состоянии стресса благодаря сохранности элементарных форм подчинения. **Третий** — физический контакт (ладонь на лопатку, на плечо) с согласия военнослужащего, который действует как заземляющий якорь и помогает вернуть ощущение телесных границ. **Четвертый** — использование кратких, ритмичных, повторяющихся инструкций, которые не требуют сложной когнитивной обработки.

Инновационные технологии как надстройка модели

На реабилитационном этапе предусматривается подключение перспективных методов: АВМ (тренировка внимания, NNT=22.7) (Wald et al., 2016), α TMS (персонализированная транскраниальная магнитная стимуляция) (Philip et al., 2019), MDMA-ассистированная терапия (в РФ не зарегистрирована) (Mitchell et al., 2023), мобильные приложения (PTSD Coach) (Kuhn et al., 2014), HRVбиофидбэк (Lehrer, Gevirtz, 2014). Их внедрение требует специализированных центров и строгого соблюдения регуляторных норм.

Учебный модуль для освоения протоколов

Подготовка специалистов и сослуживцев к применению поведенческих протоколов строится по циклу «Показ — Проба — Ошибки — Повтор — Зачет». Продолжительность базового тренинга — 10 часов (2 дня по 5 часов). Формат: мини-лекции (20% времени), демонстрации с участием волонтеров (20%), отработка в парах и тройках с обратной связью (50%), итоговое зачетное занятие с моделированием стрессовой ситуации (10%). Критерии аттестации: правильное воспроизведение алгоритма протокола по чек-листу (не менее 90% шагов), соблюдение временных нормативов, использование разрешенных вербальных команд и избегание запрещенных фраз («не бойся», «успокойся»). Контроль качества в полевых условиях осуществляется через супервизию и анализ видеозаписей (при возможности) с последующей коррекцией.

Физиологические маркеры и их измерение

В качестве объективных критериев эффективности протоколов предлагаются: частота сердечных сокращений (ЧСС), частота дыхания (ЧД) и время реакции на простую команду. Пороговые значения обоснованы данными литературы: ЧСС >120 уд/мин соответствует симпатической гиперактивации, ЧСС <100 уд/мин — переходу в парасимпатический режим (Lehrer, Gevirtz, 2014); ЧД >20 вдохов/мин — тахипноэ, ЧД <18 — нормализации дыхания. Измерение ЧСС и ЧД в полевых условиях может осуществляться с помощью портативных пульсоксиметров (например, моделей с напальчиковым датчиком) или визуально-пальпаторным методом (подсчет пульса на лучевой артерии и дыхательных экскурсий грудной клетки за 15 секунд с умножением на 4). Время реакции оценивается по выполнению простой команды (например, «поднять правую руку») с фиксацией задержки.

Обсуждение результатов

Предлагаемая модель «3К+4П» представляет собой попытку концептуального синтеза нейробиологических подходов и практических потребностей психологической помощи в условиях LSCO. Ее отличие от традиционных CISM и PIES можно свести к следующим позициям.

Первое — смещение акцента с вербального дебрифинга на телесные техники, адресованные к стволowym структурам, минуя заблокированную кору. **Второе** — потенциальная возможность применения протоколов не только психологами, но и медиками, командирами, сослуживцами после короткого обучения. При дефиците кадров (нагрузка на одного психолога в зоне LSCO может достигать 1500 военнослужащих) это становится критически важным. **Третье** — модель выстроена как непрерывный цикл: скрининг → стабилизация → реабилитация → профилактика психолога. **Четвёртое** — учет специфики LSCO (дронобоязнь, задержка эвакуации, массовые потери). **Пятое** — интеграция инновационных методов (ABM, нейромодуляция, мобильные приложения). **Шестое** — использование объективных физиологических маркеров (ЧСС, ЧД, время реакции). **Седьмое** — обязательный третий контур, обеспечивающий устойчивость самого специалиста.

В сравнении с существующими зарубежными подходами, например, норвежскими программами ReSTART/ORT или протоколом iCOVER, предлагаемая модель отличается тремя ключевыми аспектами. Во-первых, она имеет трехуровневую архитектуру, объединяющую полевую помощь, реабилитацию и устойчивость психолога, чего нет в одноуровневых протоколах. Во-вторых, она базируется на четком нейробиологическом обосновании (поливагальная теория), что позволяет адресовать именно те состояния, которые возникают при тяжелом боевом стрессе. В-третьих, модель предусматривает возможность освоения протоколов сослуживцами и командирами, что критически важно при массовых потерях и дефиците психологов.

Особого внимания заслуживает третий контур. Как показано в работах Б. Ротшильд (Rothschild, 2017) и других исследователей, специалисты, работающие с травмой, сами находятся в группе риска. Регулярная супервизия, ритуалы отделения и мониторинг ProQOL позволяют сохранить профессиональное здоровье психолога — без этого долгосрочная эффективность помощи представляется маловероятной.

Заключение

Предложенная интегративная модель «3К+4П» является новым концептуальным подходом к психологическому сопровождению военнослужащих в условиях LSCO. Ее основные характеристики:

1. Объединение трех уровней помощи (полевой, реабилитационный и контур устойчивости психолога) в единую логику.
2. Переход от вербальной к соматической парадигме первой помощи.
3. Внедрение измеримых физиологических критериев эффективности.
4. Возможность освоения протоколов не только психологами, но и медиками, командирами, сослуживцами.
5. Системная профилактика вторичной травмы и выгорания психолога.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

Модель предлагается к обсуждению, дальнейшей апробации и проверке в системе подготовки военных психологов и в стандартах психологической помощи подразделениям, действующим в условиях LSCO.

Перспективы. В рамках одной статьи невозможно охватить все аспекты хронизации боевого стресса у ветеранов. Более глубокому анализу этих проявлений и разработке адресных методов помощи будут посвящены дальнейшие публикации.

Ограничения. Работа носит характер теоретической постановки проблемы, что ограничивает возможность широких обобщений до получения эмпирических данных. Предлагаемая модель требует последующей эмпирической проверки.

Limitations. This work is a theoretical problem statement, which limits generalisability until empirical data are obtained. The proposed model requires subsequent empirical validation.

Список источников / References

- 1 Караяни, А.Г. (2023). *Психология боевого стресса и стресс-менеджмента* (2-е изд.). М.: Юрайт.
Karayani, A.G. (2023). *The psychology of combat stress and stress management* (2nd ed.). Moscow: Yurayt. (In Russ.).
- 2 Караяни, А.Г. (2026). *Военная психология* (3-е изд., перераб. и доп.). М.: Юрайт.
Karayani, A.G. (2026). *Military psychology* (3rd ed.). Moscow: Yurayt. (In Russ.).
- 3 Караяни, А.Г., Сыромятников, И.В. (2016). *Военная психология*. М.: Военный университет.
Karayani, A.G., Syromyatnikov, I.V. (2016). *Military psychology*. Moscow: Military university. (In Russ.).
- 4 Adler, A.B., Bliese, A.L., McGurk, J.D., Hoge, C.W., Castro, C.A. (2019). iCOVER a brief peer-based intervention for acute stress reaction. *Military Medicine*, 184(suppl. 1), 400—406.
- 5 Cole, R., Remondelli, M.H. (2025). Confronting the Mental Health Challenges of Large-Scale Combat Operations. *Military Medicine*, usaf156. <https://doi.org/10.1093/milmed/usaf156>
- 6 Doidge, N. (2007). *The brain that changes itself*. Viking Press.
- 7 Kolb, B., Whishaw, I.Q. (1998). Brain plasticity and behavior. *Annual Review of Psychology*, 49, 43—64. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.49.1.43>
- 8 Kuhn, E., Greene, T., Hoffman, J. (2014). Preliminary evaluation of PTSD Coach, a smartphone app for post-traumatic stress symptoms. *Psychological Services*, 11(4), 417—426.
- 9 Lehrer, P.M., Gevirtz, R. (2014). Heart rate variability biofeedback: how and why does it work? *Frontiers in Psychology*, 5, Art. 756. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00756>
- 10 Levine, P.A. (1997). *Waking the tiger: healing trauma*. North Atlantic Books.
- 11 Levine, P.A. (2010). *In an unspoken voice: how the body releases trauma and restores goodness*. North Atlantic Books.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

- 12 Link, B.G., Phelan, J.C. (2001). Conceptualizing stigma. *Annual Review of Sociology*, 27, 363—385. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.27.1.363>
- 13 Mesias, G.A., Nugent, K.L., Wolfson, M., Clarke-Walper, K.M., Germain, A., Sampson, M.K., Wilk, J.E. (2023). Development of Training to Prepare Army Medics to Address Behavioral Health Needs of Soldiers in Far-Forward Environments Utilizing Mobile App Technology. *Military Medicine*, 188(9/10), 3221—3228. <https://doi.org/10.1093/milmed/usad141>
- 14 Mitchell, J.M., Bogenschutz, M., Young, A.R.L. (2023). MDMA-assisted therapy for moderate to severe PTSD: a randomized, placebo-controlled phase 3 trial. *Nature Medicine*, 29, 1273—1282. <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02565-4>
- 15 Nordstrand, A.E., Barger, S.D., Tvedt, M.A., Gjerstad, C.L., Engen, H.G., Adler, A.B. (2024). A novel intervention for acute stress reaction: exploring the feasibility of ReSTART among Norwegian soldiers. *European Journal of Psychotraumatology*, 15(1), 234—245. <https://doi.org/10.1080/20008066.2024.2400011>
- 16 Ogden, P., Minton, K., Pain, C. (2006). *Trauma and the body: a sensorimotor approach to psychotherapy*. W.W. Norton & Company.
- 17 Philip, N.S., Barredo, J.F., van 't Wout-Frank, J.A. (2019). A retrospective chart review to assess the impact of alpha-guided transcranial magnetic stimulation on symptoms of PTSD and depression in active-duty special operations service members. *Brain Stimulation*, 12(4), 1023—1030.
- 18 Porges, S.W. (2011). *The polyvagal theory: neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W.W. Norton & Company.
- 19 Porges, S.W. (2021). *Polyvagal safety: attachment, communication, self-regulation*. W.W. Norton & Company.
- 20 Porges, S.W., Dana, C.R. (2024). Polyvagal-informed interventions for trauma-exposed military personnel. *Journal of Traumatic Stress*, 37(4), 612—625.
- 21 Rothschild, B. (2017). *The body remembers: the psychophysiology of trauma and trauma treatment*. W.W. Norton & Company.
- 22 SAMHSA. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach*. Substance Abuse and Mental Health Services Administration.
- 23 Vets4Warriors. (2026). V4W 2025 Year in Review. URL: <https://vets4warriors.com/2026/01/v4w-2025-year-in-review/> (viewed: 10.09.2025).
- 24 Wald, I., Fruchter, E., Ginat, K., Stolin, E., Dagan, D., Bliese, P.D., Quartana, P.J., Sipos, M.L., Pine, D.S., Bar-Haim, Y. (2016). Selective prevention of combat-related posttraumatic stress disorder using attention bias modification training: a randomized controlled trial. *Psychological Medicine*, 46(12), 2627—2636. <https://doi.org/10.1017/S0033291716000945>

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

- 25 Wilkes, S.L., Wolfe, C.L., Novosel-Lingat, J.E.M., Pitts, W.B., Sullivan, R.M. (2025). U.S. Army psychiatric and behavioral health challenges in future LSCO: a narrative review. *Military Psychology*, 37(1), 1—13. <https://doi.org/10.1080/08995605.2025.2598687>

Приложение / Appendix

Приложение А. Детальные алгоритмы поведенческих протоколов

Appendix A. Detailed algorithms of behavioural protocols

Протокол № 1. «Сброс предохранителя» (купирование острой паники)

Целевое состояние: симпатический шторм — ЧСС >120, поверхностное учащенное дыхание, тремор, расширенные зрачки, сбивчивая речь или ее отсутствие.

Алгоритм:

- (1) Встать сбоку от военнослужащего, положить ладонь на область лопатки (с согласия).
- (2) Низким ритмичным голосом: «Смотри на меня. Делай как я».
- (3) Продемонстрировать дыхание «квадратом»: вдох 4 с — задержка 4 с — выдох 4 с — задержка 4 с, с синхронным счетом вслух.
- (4) Повторить 3 цикла.
- (5) Команда: «Моргни три раза».
- (6) Вопрос-заземление: «Назови три предмета разного цвета, которые видишь вокруг».

Противопоказания: отказ от контакта, выраженное психотическое возбуждение, подозрение на черепно-мозговую травму.

Меры безопасности: не касаться без согласия, не повышать голос, не оставлять одного до стабилизации.

Протокол № 2. «Железный шкафчик» (отсрочка эмоций)

Целевое состояние: предстартовый срыв — слёзы, жалость к себе, парализующий страх перед выходом на задание.

Алгоритм:

- (1) Встать прямо перед военнослужащим, ладонь на плечо с ощутимым давлением.
- (2) Четко произнести: «Сейчас ты закроешь это в мысленный железный шкафчик. Ключ у меня. Через 2 часа откроем. Твоя задача — только ноги, руки, автомат».
- (3) Команда «Замок»: «Сожми челюсти и кулаки на 5 секунд... Резко выдохни “Ха!”».
- (4) Дать простую когнитивную нагрузку: «Повтори позывные группы и пароль отзыва».
- (5) Фиксация: «После задания подходишь ко мне. Ключ у меня. Пошел».

Критическое условие: это не подавление эмоций навсегда, а отсрочка. Психолог обязан найти военнослужащего после задания и провести Протокол № 3.

Противопоказания: острые психотические состояния.

Меры безопасности: не использовать при выраженной диссоциации.

Протокол № 3. «Открытие шкафа» (постоперационная разрядка)

Целевое состояние: возвращение с задания, состояние «пустоты» (заморозка) или гиперактивности.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,

3(3), 48—70.

Алгоритм:

- (1) Увести в сторону.
- (2) «Потряси кистями и стопами 30 секунд. Сильно».
- (3) «Шкаф открываю. Доставай всё, что там было. Даю 2 минуты».
- (4) Три вопроса по порядку: «Назови одно действие, которое ты сделал правильно», «Назови одну техническую ошибку», «Что сейчас в теле?» (боль, жар, холод, онемение).
- (5) Ритуал выброса: предложить выпить стакан воды с щепоткой соли или разорвать лист бумаги с написанным на нем словом «страх».
- (6) Завершение: «Ты справился. Шкаф пуст. Иди в душ и поешь».

Противопоказания: не применять на передовой под огнем.

Меры безопасности: не настаивать на деталях, если военнослужащий отказывается говорить.

Протокол № 4. «Воронка» (торможение агрессии)

Целевое состояние: аффект — крик, угрозы, попытки драки.

Алгоритм (повышенная осторожность):

- (1) Убрать опасные предметы.
- (2) Низким спокойным голосом: «Стоп. Сядь. Молчи».
- (3) Сесть на корточки (стать ниже агрессора).
- (4) «Смотри мне в переносицу. Дыши как я».
- (5) Сделать 3 очень медленных выдоха (выдох длиннее вдоха в 2 раза).
- (6) После спада: «Встань. Умойся. Через 10 минут доложишь обстановку командиру».

Запрещено: трогать человека в аффекте сзади, кричать в ответ, угрожать, произносить «успокойся».

Противопоказания: отказ от контакта, угроза физической расправы.

Меры безопасности: сохранять дистанцию, при необходимости привлечь помощь.

Протокол № 5. «Сухой остаток» (нормализация сна)

Целевое состояние: бессонница, ночные кошмары в полевых условиях.

Алгоритм (психолог обучает военнослужащего):

- (1) При пробуждении от кошмара — не вставать.
- (2) Повернуться на левый бок, руку на живот.
- (3) Дышать животом: вдох на 3 счета, выдох на 6.
- (4) Повторять про себя: «Это сон. Я сейчас в палатке. Рядом (имя соседа)».
- (5) Если не удастся заснуть — использовать «белый шум» или монотонный шепот.
- (6) Найти взглядом в темноте один светлый предмет и смотреть на него.

Противопоказания: употребление алкоголя и некоторых медикаментов.

Меры безопасности: не применять при подозрении на апноэ сна.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)
Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)
Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

Информация об авторах

Алексей Олегович Шарапов — кандидат психологических наук, доцент, Белгородский государственный национальный исследовательский университет (НИУ БелГУ), Белгород, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9742-7884>, e-mail: aloi88@mail.ru.

Ольга Игоревна Шех — заведующая кафедрой психотерапии травмы и кризисных состояний, клинический психолог, Институт практической психологии «Иматон», Санкт-Петербург, Российская Федерация, e-mail: shekh@imaton.ru.

Information about the authors

Alexey O. Sharapov — Candidate of Science (Psychology), Associate Professor, Belgorod State National Research University, Belgorod, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9742-7884>, e-mail: aloi88@mail.ru.

Olga I. Shekh — Head of the Department of Psychotherapy of Trauma and Crisis States, Clinical Psychologist, Institute of Practical Psychology “Imaton”, St. Petersburg, Russian Federation, e-mail: shekh@imaton.ru.

Вклад авторов

Шарапов А.О. — идея исследования; аннотирование, написание и оформление рукописи; планирование; общий контроль.

Шех О.И. — сбор и анализ литературных данных; разработка поведенческих протоколов; визуализация результатов.

Оба автора участвовали в обсуждении результатов и утвердили финальный вариант рукописи.

Contribution of the authors

Alexey O. Sharapov — research idea; annotation, writing and formatting of the manuscript; planning; overall supervision.

Olga I. Shekh — literature data collection and analysis; development of behavioural protocols; visualisation of results.

Both authors participated in the discussion of the results and approved the final version of the manuscript.

Шарапов, А.О., Шех, О.И. (2026)

Интегративная модель психологического сопровождения
военнослужащих в условиях крупномасштабных боевых
действий

Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 48—70.

Sharapov A.O., Shekh O.I. (2026)

Integrative model of psychological support for
military personnel in large-scale combat operations

Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 48—70.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

Декларация об этике

Для обзорно-аналитической части исследования заключение Этической комиссии не требуется.

Ethics statement

No ethics approval was required for the review component of this study.

Поступила в редакцию 20.06.2026

Поступила после рецензирования 10.09.2026

Принята к публикации 30.09.2026

Опубликована 30.09.2026

Received 2026.06.20

Revised 2026.09.10

Accepted 2026.09.30

Published 2026.09.30

Научная статья | Original paper

Психологическая профилактика небезопасного поведения: опыт применения технологий виртуальной реальности

А.А. Уколова¹✉, К.Э. Бузанов²

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

² Инженерно-экономический институт, Национальный исследовательский университет «Московский энергетический институт»

✉ alicia.ukolova@yandex.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Техногенные риски и рост психоэмоциональных нагрузок делают профилактику небезопасного поведения особенно значимой, особенно в медицине, охране труда и экстренном реагировании. Цифровые технологии позволяют моделировать экстремальные ситуации без риска для людей, отслеживать индивидуальные реакции и повышать эффективность обучения. **Цель:** анализ применения цифровых технологий в области психологической профилактики небезопасного поведения с позиций различных направлений психологии. **Результаты.** Выявлены ключевые сферы применения цифровых технологий: психология труда, медицинская и экстремальная психология. В сфере труда: для тренингов по технике безопасности; моделирования производственных аварий; проведения масштабных учений; предиктивного обслуживания оборудования. В сфере здоровья: для обучения персонала; для предотвращения несчастных случаев у пациентов с травматизацией, профилактики бытовых травм у групп риска (пожилые люди); предотвращения небезопасного поведения при психологических проблемах (панические атаки, ПТСР). В экстремальной психологии: моделирование недоступных в реальности критических ситуаций без риска для участников; подготовка специалистов опасных профессий (пожарных, спасателей); обучение гражданского населения навыкам поведения в ЧС; изучение социального поведения и эмоциональных реакций при стрессе; выявление предрасположенности к рискованным социальным действиям. В психологии безопасности ИИ-технологии задействуются для профилактики информационных и экономических рисков. Выявлены проблемные области: виртуальная адаптация, не имеющая отношения к реальной подготовленности человека к опасным ситуациям; невозможность полного воспроизведения в ВР всего спектра воздействия экстремальной среды; недостаточная изученность отсроченных эффектов; этические риски. Определены зоны перспективного

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

развития: персонализация тренингов через биообратную связь, динамическое моделирование с помощью ИИ в режиме реального времени, использование методов нейровизуализации. **Выводы.** Цифровизация психологии расширяет методологический арсенал и способствует снижению реальных рисков за счет заблаговременной психологической и поведенческой подготовки субъектов к экстремальным условиям.

Ключевые слова: небезопасное поведение, психологическая безопасность, несчастные случаи, цифровые технологии, виртуальная реальность, дополненная реальность, психологическая профилактика

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 25-28-02920 «Психологическая профилактика несчастных случаев в экстремальных ситуациях: разработка диагностической VR-модели для оценки предрасположенности к небезопасному поведению».

Благодарности. Авторы благодарят руководителя проекта Т.Н. Березину за помощь в написании статьи.

Для цитирования: Уколова, А.А., Бузанов, К.Э. (2026). Психологическая профилактика небезопасного поведения: опыт применения технологий виртуальной реальности. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 71—86. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030304>

Psychological prevention of unsafe behavior: experience in using virtual reality technologies

A.A. Ukolova¹✉, K.E. Buzanov²

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

² Institute of Engineering and Economics, National Research University “Moscow Power Engineering Institute”

✉ alicia.ukolova@yandex.ru

Abstract

Context and relevance. The growth of man-made risks and psycho-emotional stress makes the prevention of unsafe behavior critically important, especially in medicine, occupational safety and emergency response. Digital technologies (VR/AR, AI, biometrics) make it possible to simulate critical scenarios without risk, track reactions and personalize training. **Objective:** to analyze the use of digital technologies in the field of psychological prevention of unsafe behavior from the perspective of various areas of psychology. **Results.** The key areas of application of digital technologies have been identified: occupational psychology, medical and extreme psychology. In the field of labor: for safety training; modeling industrial accidents; conducting large-scale exercises; predictive equipment maintenance. In the field of health: for personnel training; to prevent accidents in patients with trauma, prevention of domestic injuries in risk groups (the elderly); prevention of unsafe behavior in psychological problems (panic attacks, PTSD). In extreme psychology: modeling critical situations that are

inaccessible in reality without risk for participants; training specialists in dangerous professions (firefighters, rescuers); training civilians in emergency response skills; studying social behavior and emotional reactions under stress; identifying predispositions to risky social actions. In the psychology of safety, AI technologies are used to prevent information and economic risks. Problem areas have been identified: virtual adaptation, which is unrelated to a person's actual preparedness for dangerous situations; the inability to reproduce the full spectrum of exposure to extreme environments in VR; insufficient study of delayed effects; and ethical risks. Areas for promising development have been identified: personalized training through biofeedback, dynamic modeling using AI in real time, and the use of neuroimaging methods. **Conclusions.** The digitalization of psychology expands the methodological arsenal and helps reduce real risks through the advance psychological and behavioral preparation of subjects for extreme conditions.

Keywords: unsafe behavior, psychological safety, accidents, digital technologies, virtual reality, augmented reality, psychological prevention

Funding. This study was supported by the Russian Science Foundation under research project No. 25-28-02920, “Psychological Prevention of Accidents in Extreme Situations: Development of a Diagnostic VR Model for Assessing Predisposition to Unsafe Behavior”.

Acknowledgements. The authors thank the project manager T.N. Berezina for her assistance in writing the article.

For citation: Ukolova, A.A., Buzanov, K.E. (2026). Psychological prevention of unsafe behavior: experience in using virtual reality technologies. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 71—86. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030304>

Введение

В современных условиях рост техногенных рисков, усложнение профессиональных сред и увеличение психоэмоциональных нагрузок актуализируют проблему профилактики небезопасного поведения — действий, повышающих вероятность травматизма, аварий и кризисных ситуаций. Особую значимость это приобретает в сферах с высокой ценой ошибки: медицине (медицинские ошибки, выгорание персонала), охране труда (нарушение регламентов на производстве), экстренном реагировании (действия в ЧС). Традиционные методы профилактики (инструктажи, тренинги) зачастую демонстрируют ограниченную эффективность из-за недостаточной вовлеченности обучающихся и отсутствия реалистичного моделирования угроз. Цифровые технологии (виртуальная и дополненная реальность, ИИ, биометрические системы) открывают новые возможности для формирования устойчивых безопасных паттернов поведения: они позволяют имитировать критические сценарии без реального риска, отслеживать психофизиологические реакции и персонализировать обучение (Камнева, 2022). Однако системный анализ их применения в разных сферах остается фрагментарным, а критерии оценки профилактического эффекта — не унифицированы. Это обуславливает необходимость комплексного исследования цифровых методов психологической профилактики небезопасного поведения, их механизмов воздействия и границ применимости.

Цель статьи: обзорно-аналитическое исследование применения цифровых технологий в области психологической профилактики небезопасного поведения в различных направлениях психологии.

Группы технологий профилактики небезопасного поведения

Небезопасное поведение — это ситуативное или устойчивое, осознанное или неосознаваемое выполнение действий, отклоняющихся от норм, правил и рекомендаций по обеспечению безопасности, что ведет к повышению вероятности возникновения несчастных случаев, опасных ситуаций и аварий (Березина, 2024). Причинами небезопасного поведения могут быть: когнитивные искажения (недооценка риска, иллюзия контроля), мотивационные факторы (стремление сэкономить время/усилия), эмоциональные состояния (стресс, усталость) или социальное давление (Korteling et al., 2023).

Можно выделить несколько групп технологий, которые используются для профилактики небезопасного поведения.

Первая группа — самая ранняя, применяются не столько цифровые, сколько любые аппаратные технологии, механические симуляторы, полевые тренажеры и многое другое: от разработанного А.В. Петровским в прошлом веке механического симулятора для оценки склонности к бескорыстному риску до натурального моделирования экстремальных ситуаций в настоящее время (Березина и др., 2025).

Вторая группа — использование компьютерных технологий, моделирование ситуаций на экране компьютера или с помощью приставок к нему либо использование других аудио/видео/телесистем. Хорошим примером является метод применения телетерапии при панических расстройствах, который авторы рекомендуют в качестве возможных онлайн-интервенций для снижения поведенческих рисков в экстренных ситуациях и предотвращения возможных несчастных случаев вследствие паники (Bouchard et al., 2000).

Третья группа самая распространенная, она появилась вместе с технологиями виртуальной (VR/VP) и дополненной (AR/AP) реальности. Дополненная реальность (AR) — это развивающаяся технология, которая накладывает цифровую информацию на реальную среду, предлагая активную, захватывающую и интерактивную среду обучения, что делает ее перспективным инструментом для формирования безопасного поведения (Gong et al., 2024). На основании недавнего обзора (64 научные статьи, представленные в высокорейтинговых публикациях, посвященных системам обучения с использованием дополненной реальности) японские ученые делают вывод, что в настоящее время разработаны эффективные системы обучения, особенно в медицинской, реабилитационной и промышленной сферах, эти системы позволяют обучить респондентам основам безопасного поведения или дать необходимые профессиональные навыки (Butaslac et al., 2023). Виртуальная реальность — это полностью искусственная визуальная среда, которая формируется с помощью цифровых технологий вокруг респондента, находящегося в специальном шлеме. Эти технологии обычно используются при проектировании безопасных тренингов для профилактики несчастных случаев (Keshavarz et al., 2015).

Четвертая группа появилась относительно недавно, в ней используются системы искусственного интеллекта (ИИ), такие как машинное обучение (МО), обработка естественного языка (ОБН) и текстовый анализ, например для целей разведки, анализа информационных пространств в условиях конкурентной борьбы и неопределенности для снижения рисков: экономических (Ahmed et al., 2025), дорожно-транспортных (Lochmannova

et al., 2022) и социальных, в том числе военных угроз вследствие человеческого фактора (Meshkati, Khashe, 2015).

Основные сферы психологической профилактики, в которых используются цифровые технологии

Психология труда и организационная психология

Здесь можно выделить несколько направлений.

Во-первых, профилактика несчастных случаев из-за нарушения техники безопасности в сфере труда. Небезопасное поведение и опасные условия на рабочем месте могут представлять серьезную опасность и приводить к крупным авариям. Традиционно обучение технике безопасности имеет решающее значение для повышения осведомленности о личной безопасности и снижения тяжести и количества несчастных случаев. Представители этого направления выдвинули гипотезу, что использование ВР- или АР-технологий в обучающих тренингах делает обучение более эффективным. Согласно научному обзору 2024 года (рассмотрено 37 статей, опубликованных в период с 2014 по февраль 2024 года), в настоящее время разработаны психолого-педагогические АР-тренинги по обучению основам безопасного поведения в тринадцати областях, больше всего разработано приложений дополненной реальности для строительной, производственной и транспортной отраслей, однако эффективность этих приложений не отличается от традиционного обучения (Gong et al., 2024).

В отношении ВР многие авторы говорят о наличии более выраженного эффекта от обучения с использованием цифровых технологий, чем традиционного (Adami et al., 2021) и для подготовки персонала к экстремальным ситуациям (Березина, Деулин, Гривенная, 2025). Приведем выводы из обзора 2024 года (Scorgieet et al., 2024). Авторы поставили цель оценить эффективность применения виртуальной реальности для обучения технике безопасности. Было проанализировано 52 статьи, опубликованные в период с 2013 по 2021 год, выбирались только работы, касающиеся гражданских специальностей (исключались военные и медицинские сферы). По результатам оказалось, что ВР-технологии активно используются для создания тренингов безопасного поведения в 14 отраслях промышленности, чаще всего в строительстве и обеспечении пожарной безопасности. Результаты исследований показали, что ситуативный эффект от обучения с использованием VR превосходит традиционное с точки зрения приобретения и сохранения знаний, но недостаточно изучен в долгосрочной перспективе. Только 36% исследований предоставили данные о пролонгированном воздействии. Кроме того, недостаточно проработана теоретико-методологическая основа исследований, лишь в небольшом проценте (9,6%) публикаций явно использовалась теория при разработке и тестировании VR-приложений (Scorgieet et al., 2024).

Во-вторых, VR/AR используется для моделирования аварийных ситуаций на производственных объектах. В данном случае технологии используются не столько для обучения навыкам, сколько для проведения масштабных учений, тренировочных игр или даже зачетных или экзаменационных занятий (пройти виртуальный полигон в качестве зачета). В России также развивается данное направление, исследователями был проведен квазиэксперимент с участием 198 сотрудников предприятий различных отраслей промышленности. Результаты показали статистически значимое повышение эффективности тренировок при использовании VR/AR: рост показателей усвоения материала составил 37,4%, скорость формирования практических навыков увеличилась на 28,9%, долгосрочный

поведенческий трансфер повысился на 42,1% по сравнению с традиционными форматами (Сухов, 2025).

В-третьих, для снижения производственного травматизма используется генеративный искусственный интеллект (ИИ), такие его применения, как предиктивное техническое обслуживание оборудования, интеллектуальные системы видеонаблюдения, цифровые двойники и поведенческий анализ работников (Слепцова, 2025), последнее применение — это уже сфера психологов, а не только специалистов по технике безопасности.

Медицинская и клиническая психология. Профилактика небезопасного поведения в области сохранения здоровья (медицина)

В обзоре (Abbas et al., 2023) были выделены основные отрасли медицины, в которых тренинги с применением технологий виртуальной реальности используются наиболее активно и которые так или иначе связаны с профилактикой несчастных случаев: (неотложная медицина, обучение работе с оборудованием, акушерство и базовая/продвинутая реанимация). По итогам обзора были выделены сильные и слабые стороны применения VR-технологий в медицине в аспекте оказания помощи в небезопасных ситуациях. К субъективным потенциальным преимуществам этой технологии были отнесены: реалистичность тренировочных занятий, возможность повторного прохождения и экономия времени. Отрицательных сторон во включенных в обзор исследований практически не наблюдалось, однако отмечалось, что отсутствуют данные о том, как обучение медиков с помощью VR-симуляторов влияет на лечение пациентов в последующем. Был сделан вывод, что использование виртуальной реальности в контексте обучения навыкам оказания неотложной медицинской и психологической помощи на основе симуляции может быть полезным с образовательной точки зрения, включая получение и сохранение знаний, отработку навыков, приемлемость, удобство использования и достоверность.

Можно выделить несколько направлений применения цифровых технологий в данной сфере.

Во-первых, это та же самая профилактика несчастных случаев (например, снижение дорожно-транспортных происшествий и нейтрализация их последствий). Виртуальная реальность рассматривается как важное дополнение к традиционной подготовке парамедиков, способное снизить затраты и повысить эффективность обучения в рамках повышения квалификации. В рамках этого направления создано несколько VR-симуляторов и разработаны тренинги, включающие в себя как медицинскую, так и психологическую подготовку медперсонала к работе в ситуациях дорожно-транспортных происшествий. Например, в исследованиях А. Лохманновой с соавторами был создан модуль для обучения выбранным навыкам и психологической подготовке, отражающий ситуационный контекст дорожно-транспортного происшествия с большим количеством жертв. В рамках представленного модуля были проведены несколько тренингов для студентов-фельдшеров и профессиональных фельдшеров (Lochmannova et al., 2022).

Во-вторых, программы VR-тренингов могут использоваться для восстановления утраченных функций органов. Согласно данным исследований реабилитация моторики способствует предотвращению несчастных случаев за счет восстановления функций и снижения риска повторной травмы как у пациентов травматических отделений (Holden et al., 2005), так и для улучшения показателей физического развития и двигательной активности у

людей с ограниченными возможностями здоровья (Berezina, 2025; Березина и др., 2025; Berezina, Litvinova, 2026).

В-третьих, программы ВР-тренингов могут снижать количество ошибок у пациентов и медиков и понижать вероятность несчастных случаев в ситуациях специализированной ортопедической и нейрохирургической амбулаторной помощи (Moretto et al., 2019); в виртуальной реальности происходит имитационное моделирование, отработка с пациентами безопасных поведенческих навыков еще на этапе подготовки к протезированию.

В-четвертых, цифровые технологии применяются для психологической профилактики несчастных случаев, вызванных психологическими проблемами человека. Например, система автоматизированной VR-терапии для акрофобии демонстрирует, как VR-интервенции понижают риск падений и несчастных случаев, связанных со страхом высоты. Авторы провели рандомизированное исследование эффективности лечения автоматизированной виртуальной реальностью в сравнении с обычным лечением на взрослых людях, страдающих акрофобией. По сравнению с участниками контрольной группы, лечение виртуальной реальностью достоверно уменьшило страх высоты в конце лечения по сравнению с контрольной группой (Freeman et al., 2018). Экспозиционная терапия в виртуальной реальности (ЭТВР) является одним из набирающих популярность методов лечения тревожности и специфических фобий, косвенно приводящим к снижению случаев небезопасного поведения, вызванного эмоциональным состоянием человека (Parsons, Rizzo, 2008). ВР-технологии используются при ПТСР для профилактики несчастных случаев через лечение травматических реакций у пострадавших и предотвращение повторных инцидентов (Kothgassner et al., 2019).

В-пятых, ВР активно используется для профилактики несчастных случаев в быту у пожилых людей. Корейскими исследователями предложена программа по обеспечению безопасности и предотвращению травм в домашних условиях для пожилых людей (Cho et al., 2025). Программа включает лекции с системой убеждений в отношении здоровья, а также практические занятия с использованием цифровых технологий. Эффективность программы будет проверяться.

Экстремальная психология. Психологическая профилактика небезопасного поведения в экстремальных ситуациях

Цифровые технологии используются для подготовки людей к экстремальным ситуациям. Выделены методологические преимущества VR для психологической подготовки человека к ситуациям особого риска, в частности, используя VR, можно смоделировать искусственные среды экстремального характера, а участники, погружаясь в них, приобретут опыт в редких и опасных ситуациях, которые невозможно испытать в естественной среде без риска для жизни. Это делает ВР ценным инструментом для подготовки человека к нестандартным условиям и снижения вероятности несчастных случаев в них (Leite, Vieira, 2025). Более того, исследователи могут обратиться к виртуальной реальности, чтобы создать ситуации, которые невозможно безопасно и реалистично воспроизвести в лаборатории, включая физические трансформации или опасности, которые невозможно реализовать в реальной жизни. Сценарии виртуальной реальности могут вызывать мистический страх (McCall et al., 2015), создавать ощущение выхода из тела (Slater et al., 2009) и другие условия.

Мы выделили несколько конкретных направлений использования цифровых технологий в экстремальной психологии.

Во-первых, обучение навыкам безопасного поведения используется для подготовки специалистов экстремального профиля. В ВР создаются симуляторы средств безопасности и проводится обучение работе с ними. Например, для профилактики несчастных случаев при пожаре для студентов и сотрудников службы безопасности университета разработан учебный модуль по использованию огнетушителей на основе виртуальной реальности (VR), авторы отмечают преимущества такого обучения с точки зрения экономической целесообразности и рассматривают его как альтернативу традиционным учениям по пожарной безопасности, которые часто являются дорогостоящими и сложными в плане логистики (Bhaskar et al., 2025). В нашей стране цифровые технологии широко используют для подготовки пожарных и спасателей к ликвидации пожара, проведению аварийно-спасательных работ в токсичных/взрывоопасных средах с использованием системы обучения виртуальной реальности и оборудования, с помощью которого можно контролировать физические возможности спасателей, а также их физиологические параметры. Кроме того, с помощью системы виртуальной реальности можно контролировать способность и манеру поведения спасателей в замкнутом пространстве, чего очень сложно добиться при обучении на обычных объектах в непригодной для дыхания среде. Однако все равно полностью в ВР создать экстремальную среду невозможно (обонятельные, осязательные, вкусовые ощущения недостаточно воспроизводимы). Но возможности тренажеров виртуальной реальности позволяют создавать сценарии тренировок, подчеркивающие степень физической подготовки спасателей, с учетом их физиологических параметров, которые отслеживаются на протяжении всей тренировки (Белоконь, Хабиров, Лежнев, 2024), для снижения производственных рисков у работников опасных профессий (Гусейнов, 2025), для профилактики несчастных случаев и психологических срывов у курсантов Росгвардии при первом взаимодействии с боевым оружием (Бузанов, Боган, 2025).

Во-вторых, ВР-симуляторы разрабатываются для гражданского населения, для обучения навыкам поведения при различных опасностях и развития психологической устойчивости к действию стресс-факторов. Преимуществом ВР-обучения является то, что оно способствует углубленному пониманию и подготовке студентов к реальным чрезвычайным ситуациям, связанным с пожаром; подобные технологии внедряются в учебные курсы и пользуются более высоким интересом студентов, чем обычные занятия (Jamaludin et al., 2024). Однако недостаточно изучен противоположный эффект: привыкание к «безопасной» опасности в ВР и перенос такого отношения в реал. Предложена теоретическая модель VR SG-BST как метод обучения пожарной безопасности. Исследователи выбрали для оценки предложенной модели пожилых людей, проживающих в домах престарелых, поскольку их недостаток знаний о пожарной безопасности и связанные с этим потенциальные проблемы со здоровьем повышают вероятность того, что они станут жертвами пожара. Ожидается, что вовлеченность и погружение в SG могут улучшить результаты обучения пожилых людей навыкам пожарной безопасности и повысить их интерес и чувство удовольствия, получаемые во время обучения пожарной безопасности. SG может эффективно улучшить навыки эвакуации в чрезвычайной ситуации (Li, 2023). Также ВР-симуляторы экстремальных ситуаций используются для научных исследований, например, изучения связи поведения в VR и эмоциональных реакций; можно использовать их и при создании реалистичных тренингов для снижения риска паники и ошибочных действий в авариях (Riva et al., 2007).

В-третьих, для изучения социального поведения и реакций в экстремальных сценариях могут использоваться те же тренажеры, что и при подготовке специалистов опасных профессий, но в данном случае смещается исследовательский акцент. В качестве примера приоритета социального акцента можно привести исследование, в котором участников погружали в виртуальную реальность, где они спасались от пожара и могли помочь или не помочь другому человеку. В работе изучалось просоциальное поведение в стрессовой ситуации (Zanon et al., 2014). Исследования в таком формате очень сложно (если вообще возможно) реализовать в реальной жизни и лабораторных условиях. В виртуальной реальности было осуществлено повторение экспериментов Стэнли Милгрэмма (Slater, 2009). Их цель состояла в изучении поведения реального человека — испытуемого, который должен был, находясь в виртуальной комнате (в VR-шлеме), участвовать в эксперименте по обучению виртуального персонажа (ученика), а за ошибки наказывать его ударами тока, т. е. осуществлять социально небезопасное поведение в отношении другого персонажа. Испытуемые знали, что персонаж виртуальный и что в реальности он не причинит ему боли, однако визуальное представление сформировало у них имплицитное понимание того, что их действия причиняют страдания одушевленному существу (похожему на человека). У большинства участников это вызывало растущий дискомфорт, о чем свидетельствуют их физиологические реакции и комментарии во время постэкспериментальных интервью. Этот дискомфорт был сильнее у тех, кто видел и слышал виртуального ученика, по сравнению с теми, кто взаимодействовал с ним только посредством текста.

В-четвертых, с помощью искусственного интеллекта и виртуальной реальности некоторые исследователи считают возможным создание полностью интерактивных виртуальных персонажей и предлагают способы объединения вычислительной техники и психологических теорий для достижения этой цели (Pan, Hamilton, 2018). Авторы предлагают использовать такую технологию для изучения предрасположенности к небезопасному социальному поведению людей, когда они взаимодействуют с другими (реальными или виртуальными), отличающимися от них по расовым, гендерным или каким-то иным параметрам.

В-пятых, для обеспечения информационной безопасности и профилактики рисков в экономической сфере. Цифровые технологии предлагаются, например, для экономической разведки в условиях жесткой экономической конкуренции, для предотвращения небезопасного поведения в области экономического функционирования предприятия (предупреждение банкротств, экономических рисков и др.) (Ahmed, Mamouny, Elmaallam, 2025). Также цифровые технологии используются для обеспечения информационной безопасности на уровне больших социальных групп. Сбои в работе сложных технологических систем, которые часто характеризуются как «маловероятные, но с серьезными последствиями», могут представлять серьезную угрозу безопасности для работников организации, местного населения, для региона и, возможно, всей страны. Поскольку разработчики систем не могут ни предугадать все возможные сценарии, ни предвидеть все аспекты развития чрезвычайной ситуации, психологи предлагают разрабатывать специальные тренинги с применением систем ИИ. При этом проведенные исследования показали важную роль импровизации в работе операторов. Это позволило сделать вывод, что импровизация операторов, динамическое решение проблемы и перенастройка доступных ресурсов являются последним шансом для предотвращения полного отказа системы (Meshkati, Khashe, 2015).

Заключение

Проведенный обзор научной литературы позволил выделить направления использования цифровых технологий для профилактики небезопасного поведения, преимущества данных методов, а также узкие места, требующие дальнейших исследований. Цифровые технологии наиболее активно используются в психологии труда и организационной психологии, в медицинской и клинической психологии, в экстремальной психологии и психологии безопасности.

В сфере труда они используются для проведения ВР-тренингов по профилактике несчастных случаев из-за нарушения техники безопасности, для обучения основам безопасного поведения при производственных авариях. Также VR/AR используются для моделирования аварийных ситуаций на производственных объектах, с их помощью проводятся масштабные учения или имитационные игры, и для предиктивного технического обслуживания оборудования.

Для профилактики небезопасного поведения в медицинской сфере цифровые технологии используются для обучения персонала техникам реанимации, акушерства, экстренной помощи, работе с оборудованием, в неотложной медицине. Это направлено на профилактику несчастных случаев, снижение их частоты и нейтрализацию последствий из-за врачебных ошибок или психологической неготовности начинающего медика к критическим ситуациям. ВР-тренинги используются также при работе с пациентами: для реабилитации моторики и снижения риска повторной травмы у пациентов травматических отделений, для имитационного моделирования и отработки поведенческих навыков на этапе подготовки к протезированию и др. ВР-тренинги проводятся для групп риска, например, для профилактики несчастных случаев в быту у пожилых людей. Отдельное направление — применение цифровых технологий для профилактики несчастных случаев, вызванных психологическими проблемами человека (при фобических реакциях, панических атаках, ПТСР и др.).

В области экстремальной психологии цифровые технологии, в особенности виртуальная реальность (VR) и искусственный интеллект (ИИ), приобретают ключевое значение. Они открывают новые возможности для моделирования экстремальных ситуаций, недоступных для реалистичного воспроизведения в естественных или лабораторных условиях, при полном исключении физического риска для участников. VR-симуляторы эффективно используются для профессиональной подготовки специалистов опасных профессий (пожарных, спасателей, сотрудников силовых структур). Параллельно развивается направление обучения гражданского населения — в том числе уязвимых групп (например, пожилых людей) — навыкам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, что повышает их психологическую устойчивость и готовность к адекватным действиям. VR также служит инструментом изучения социального поведения, эмоциональных реакций и просоциальных решений в стрессовых сценариях, включая репликации классических экспериментов (например, Милгрэма), позволяет исследовать предрасположенность к рискованным социальным действиям в межгрупповых взаимодействиях. Наиболее современные цифровые технологии (ИИ) применяются для профилактики информационных и экономических рисков.

Таким образом, цифровизация психологии не только расширяет методологический арсенал, но и способствует снижению потенциальных рисков за счет заблаговременной

психологической и поведенческой подготовки субъектов к экстремальным условиям существования.

Проблемы, выделенные в результате анализа. 1) Возможна виртуальная адаптация, не имеющая отношения к реальной подготовленности человека к опасным ситуациям. Чрезмерная тренировка в симуляциях может привести к снижению остроты восприятия реальных угроз: участники начинают воспринимать экстремальные ситуации как «игру», что повышает риск ошибок в действительности. 2) Большинство VR-сценариев не способны полностью воспроизвести спектр воздействия экстремальной среды (например, запах дыма, тактильные ощущения при падении), что снижает достоверность результатов. 3) Недостаток лонгитюдных данных. 4) Этические риски. Интенсивное воздействие виртуальных стрессоров (имитация травм, гибели людей) может спровоцировать тревожные расстройства или ПТСР у участников, особенно у лиц с уязвимой психикой.

Перспективы исследования. 1) Персонализация тренингов через индивидуальный подбор стимулов. 2) Интеграция физиологических датчиков (ЭЭК, ЭКК, КГР и др.) в системы VR/AR, которая позволит отслеживать индивидуальные психофизиологические реакции. 3) Перспективно также динамическое моделирование с помощью ИИ. Генеративные модели смогут создавать сценарии, которые будут зависеть от действий пользователя в реальном времени (например, от изменения погодных условий или появления новых угроз). 4) Возможно, также будут разработаны методы нейровизуализации для исследования нейронных механизмов принятия решений в виртуальных экстремальных ситуациях, что откроет новые возможности для прогнозирования поведения в реальных кризисах.

Ограничения. Это обзорное исследование, в котором анализируются преимущественно англоязычные и русскоязычные статьи. Отсутствует анализ работ, опубликованных на других языках.

Limitations. This review study is limited by the fact that it primarily analyzed English- and Russian-language articles. It does not include studies published in other languages.

Список источников / References

1. Белоконь, Ю.Н., Хабилов, Т.Р., Лежнев, А.И. (2024). Применение технологий виртуальной реальности для подготовки пожарных и спасателей. *Прикладная психология и педагогика*, 4, 184—191. <https://doi.org/10.12737/2500-0543-2024-9-4-184-191>
Belokon, Yu.N., Khabirov, T.R., Lezhnev, A.I. (2024). The use of virtual reality technologies for training firefighters and rescuers. *Applied Psychology and Pedagogy*, 4, 184—191. (In Russ.). <https://doi.org/10.12737/2500-0543-2024-9-4-184-191>.
2. Березина, Т.Н., Завязкина, К.В., Литвинова, А.В., Гривенная, А.А. (2025). Физическая культура в виртуальной реальности: влияние на безопасность и здоровье студентов с ограниченными возможностями. *Перспективы науки и образования*, 5(77), 510—523. <https://doi.org/10.32744/pse.2025.5.32>
Berezina, T.N., Zavyazkina, K.V., Litvinova, A.V., Grivennaya, A.A. (2025). Physical education in virtual reality: Impact on safety and health of students with disabilities. *Prospects of Science and Education*, 5(77), 510—523. (In Russ.). <https://doi.org/10.32744/pse.2025.5.32>.
3. Березина, Т.Н., Деулин, Д.В., Гривенная, А.А. (2025). Развитие ресурса самоконтроля как фактор повышения профессионального долголетия психологов и педагогов МВД.

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

- Психология и право*, 15(4), 166—188. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150409>
Berezina, T.N., Deulin, D.V., Grivennaya, A.A. (2025). Developing self-control as a factor in increasing the professional longevity of psychologists and teachers of the Ministry of Internal Affairs. *Psychology and Law*, 15(4), 166—188. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2025150409>
4. Березина, Т.Н. (2024). Оценка предрасположенности к небезопасному поведению: стандартизация методики. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 1(4), 65—78. <https://doi.org/10.17759/epps.2024010405>
Berezina, T.N. (2024). Assessment of predisposition to unsafe behavior: Standardization of the methodology. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 1(4), 65—78. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2024010405>
5. Бузанов, К.Э., Боган, В.А. (2025). Психологическая подготовка курсантов Росгвардии к базовому обращению с оружием методами виртуальной реальности. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 2(3), 66—81. <https://doi.org/10.17759/epps.2025020304>
Buzanov, K.E., Bogan, V.A. (2025). Psychological training of Rosgvardia cadets in basic weapon handling using virtual reality methods. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 2(3), 66—81. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2025020304>
6. Гусейнов, Г.М. (2025). Влияние VR/AR тренажеров на травматизацию и повышение квалификации работников опасных профессий. *Экономика и бизнес: теория и практика*, 5, 118—122. <https://doi.org/10.24412/2411-0450-2025-5-118-122>
Guseynov, G.M. (2025). The impact of VR/AR simulators on injury rates and professional development of workers in hazardous professions. *Economics and Business: Theory and Practice*, 5, 118—122. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/2411-0450-2025-5-118-122>
7. Камнева, Е.В. (2022). Дистанционное обучение персонала: теоретический и практический аспекты. *Экономика. Налоги. Право*, 6(15), 104—111. <https://doi.org/10.26794/1999-849X-2022-15-6-104-111>
Kamneva, E.V. (2022). Distance learning of personnel: theoretical and practical aspects. *Economics. Taxes. Law*, 6(15), 104—111. (In Russ.). <https://doi.org/10.26794/1999-849X-2022-15-6-104-111>
8. Слепцова, К.Ю. (2025). Применение технологий искусственного интеллекта для снижения уровня производственного травматизма на промышленных предприятиях. *Молодой ученый*, 27, 33—36. URL: <https://moluch.ru/archive/578/127471> (дата обращения: 10.06.2026)
Sleptsova, K. Yu. (2025). The use of artificial intelligence technologies to reduce industrial injury rates at manufacturing enterprises. *Young Scientist*, 27, 33—36. (In Russ.). URL: <https://moluch.ru/archive/578/127471> (viewed: 10.06.2026)
9. Сухов, Р.В., Назырова, К.Р., Исламова, З.Р., Латыпов, В.М., Агзямова, А.А. (2025). Интеграция виртуальной и дополненной реальности в тренинги по технике безопасности для моделирования аварийных ситуаций на производственных площадках. *Управление образованием: теория и практика*, 15(6-1), 92—109. <https://doi.org/10.25726/b9716-5205-7597-a>

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

- Sukhov, R. V., Nazyrova, K. R., Islamova, Z. R., Latypov, V. M., & Agzyamova, A. A. (2025). Integration of virtual and augmented reality into safety training programs for simulating emergency situations at industrial sites. *Education Management: Theory and Practice*, 15(6-1), 92—109. (In Russ.). <https://doi.org/10.25726/b9716-5205-7597-a>
10. Abbas, J.R., Chu, M.M. H., Jeyarajah, C., Isba, R., Payton, A., McGrath, B., Tolley, N. (2023). Virtual reality in simulation based emergency skills training: A systematic review with a narrative synthesis. *Resusc Plus*, 16, 100484. <https://doi.org/10.1016/j.resplu.2023.100484>
11. Adami, P., Rodrigues, P., Woods, P., Becerik Gerber, B., Soibelman, L., Copur Gencturk, Y., Lucas, G. (2021). Effectiveness of VR based training on improving construction workers' knowledge, skills, and safety behavior in robotic teleoperation. *Advanced Engineering Informatics*, 50, 101431. <https://doi.org/10.1016/j.aei.2021.101431>
12. Ahmed, E., Mamouny, A., Elmaallam, M. (2025). *The impact of artificial intelligence tools on the competitive intelligence process: A systematic literature review* (pp. 1—7). <https://doi.org/10.1109/ICCSC66714.2025.11135245>
13. Berezina, T.N. (2025). The impact of virtual sports on the functional performance of college students with disabilities. *Anatolian Journal of Mental Health*, 2(2), 34—44. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17097843>
14. Berezina, T., Litvinova, A. (2026). Using Virtual Reality Sports Simulators in Adaptive Physical Education of Female College Students with Functional Disabilities. *Education Sciences*, 16(4), 16040580. <https://doi.org/10.3390/educsci16040580>
15. Bhaskar, R., Bikkina, B., Guda, S., Yekkali, A., Deshkar, A., Jain, T., Chakraborty, D. (2025). *Learnings from a VR based fire safety training for students and security staff in an Indian university* (pp. 162—177). <https://doi.org/10.1145/3768633.3770130>
16. Bouchard, S., Payeur, R., Rivard, V., Allard, M., Paquin, B., Renaud, P., Goyer, L. (2004). Cognitive behavior therapy for panic disorder with agoraphobia in videoconference: Preliminary results. *CyberPsychology & Behavior*, 3(6), 999—1007. <https://doi.org/10.1089/109493100452264>
17. Butaslac, M., Fujimoto, Y., Sawabe, T., Kanbara, M., Kato, H. (2023). Systematic review of augmented reality training systems. *IEEE Transactions on Visualization and Computer Graphics*, 29(12), 5062—5082. <https://doi.org/10.1109/TVCG.2022.3201120>
18. Cho, O.H., Kim, H., Hwang, K.H. (2025). The effectiveness of the safety and home injury prevention for seniors: A study protocol for a randomized controlled trial. *Healthcare (Basel)*, 13(21), 2695. <https://doi.org/10.3390/healthcare13212695>
19. Freeman, D., Haselton, P., Freeman, J., et al. (2018). Automated psychological therapy using immersive virtual reality for treatment of fear of heights: A randomised, controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, 5(8), 625—632. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30226-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30226-8)
20. Gong, P., Lu, Y., Lovreglio, R., Lv, X., Chi, Z. (2024). Applications and effectiveness of augmented reality in safety training: A systematic literature review and meta analysis. *Safety Science*, 10, 106624. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2024.106624>

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

21. Holden, M.K. (2005). Virtual environments for motor rehabilitation: Review. *CyberPsychology & Behavior*, 8(3), 187—211. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.187>
22. Jamaludin, N.F., Shamsuddin, R., Mohd Nor, N.A., Sedek, S.F., & Hadipornama, M.F. (2024). Application of virtual reality (VR) in health, safety and environment subject for fire exit training module. *Journal of Advanced Research in Technology and Innovation Management*, 12(1), 1—15. <https://doi.org/10.37934/jartim.12.1.115>
23. Keshavarz, B., Riecke, B., Hettinger, L., Campos, J. (2015). Vection and visually induced motion sickness: How are they related? *Frontiers in Psychology*, 6, 472. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00472>
24. Korteling, J.E.H., Paradies, G.L., Sassen van Meer, J.P. (2023). Cognitive bias and how to improve sustainable decision making. *Frontiers in Psychology*, 14, 1129835. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1129835>
25. Kothgassner, O.D., Goreis, A., Kafka, J.X., Van Eickels, R.L., Plener, P.L., Felnhofer, A. (2019). Virtual reality exposure therapy for posttraumatic stress disorder (PTSD): A meta analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1654782. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1654782>
26. Leite, H., Vieira, L. (2025). The use of virtual reality in human training: Trends and a research agenda. *Virtual Reality*, 29, 1—24. <https://doi.org/10.1007/s10055-024-01093-x>
27. Li, R. (2023). A virtual reality-based serious game for fire safety behavioral skills training. *International Journal of Human Computer Interaction*, 40(19), 5980—5996. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2247585>
28. Lochmannova, A., Michal, Š., Horejsi, P., Bárđy, M., Reichertová, S., Gillernová, K. (2022). The use of virtual reality in training paramedics for a mass casualty incident. *Applied Sciences*, 12, 11740. <https://doi.org/10.3390/app122211740>
29. McCall, C., Hildebrandt, L.K., Bornemann, B., Singer, T. (2015). Physiophenomenology in retrospect: Memory reliably reflects physiological arousal during a prior threatening experience. *Consciousness and Cognition*, 38, 60—70. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2015.09.011>
30. Meshkati, N., Khashe, Y. (2015). Operators' improvisation in complex technological systems. *Journal of Contingencies and Crisis Management*, 23, 90—96. <https://doi.org/10.1111/1468-5973.12078>
31. Moretto, N., Comans, T.A., Chang, A.T., et al. (2019). Implementation of simulation modelling to improve service planning in specialist orthopaedic and neurosurgical outpatient services. *Implementation Science*, 14, 78. <https://doi.org/10.1186/s13012-019-0923-1>
32. Pan, X., Hamilton, A. F. de C. (2018). Why and how to use virtual reality to study human social interaction: The challenges of exploring a new research landscape. *British Journal of Psychology*, 109(3), 395—417. <https://doi.org/10.1111/bjop.12290>
33. Parsons, T.D., Rizzo, A.A. (2008). Affective outcomes of virtual reality exposure therapy for anxiety and specific phobias: A meta analysis. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 39(3), 250—261. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.07.007>

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

34. Riva, G., Mantovani, F., Mosconi, M., et al. (2007). Affective interactions using virtual reality: The link between presence and emotions. *CyberPsychology & Behavior*, 10(1), 45—56. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9993>
35. Rizzo, A.A., Buckwalter, J.G., Bowerly, T., Van Der Zaag, C., Humphrey, L., Neumann, U., Chua, C., Kyriakakis, C., Van Rooyen, A., Sisemore, D. (2000). The Virtual Classroom: A Virtual Reality Environment for the Assessment and Rehabilitation of Attention Deficits. *CyberPsychology & Behavior*, 3(3), 483—499. <https://doi.org/10.1089/10949310050078940>
36. Scorgie, D., Feng, Z., Paes, D., Parisi, F., Yiu, T.W., Lovreglio, R. (2024). Virtual reality for safety training: A systematic literature review and meta analysis. *Safety Science*, 171, 106372. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2023.106372>
37. Slater, M. (2009). Place illusion and plausibility can lead to realistic behaviour in immersive virtual environments. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 364, 3549—3557. <https://doi.org/10.1098/rstb.2009.0138>
38. Slater, M., Perez Marcos, D., Ehrsson, H.H., Sanchez Vives, M.V. (2008). Towards a digital body: The virtual arm illusion. *Frontiers in Human Neuroscience*, 2, 6. <https://doi.org/10.3389/neuro.09.006.2008>
39. Tetteroo, D., Timmermans, A.A., Seelen, H.A., et al. (2014). TagTrainer: Supporting exercise variability and tailoring in technology supported upper limb training. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*, 11, 140. <https://doi.org/10.1186/1743-0003-11-140>
40. Zanon, M., Novembre, G., Zangrando, N., Chittaro, L., Silani, G. (2014). Brain activity and prosocial behavior in a simulated life-threatening situation. *NeuroImage*, 98, 134—146. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2014.04.053>

Информация об авторах

Алиса Алексеевна Уколова, сотрудник лаборатории технологий виртуальной реальности и резервных способностей личности, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1532-4066>, e-mail: alicia.ukolova@yandex.ru

Кирилл Эдуардович Бузанов, сотрудник проекта, Инженерно-экономический институт, Национальный исследовательский университет «Московский энергетический институт» (ИнЭИ НИУ МЭИ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3219-0043>, e-mail: kirilla4@mail.ru

Information about the authors

Alisa A. Ukolova, employee of the laboratory of virtual reality technologies and reserve human capabilities, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1532-4066>, e-mail: alicia.ukolova@yandex.ru

Kirill E. Buzanov, project employee, Institute of Engineering and Economics, National Research University “Moscow Power Engineering Institute”, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3219-0043>, e-mail: kirilla4@mail.ru

Уколова А.А., Бузанов К.Э. (2026)
Психологическая профилактика небезопасного поведения:
опыт применения технологий виртуальной реальности
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 71—86.

Ukolova A.A., Buzanov K.E. (2026)
Psychological prevention of unsafe behavior:
experience in using virtual reality technologies
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 71—86.

Вклад авторов

Уколова А.А. — идея исследования; аннотирование, написание и оформление рукописи.

Бузанов К.Э. — работа с источниками; написание и оформление рукописи.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Alisa A. Ukolova — research idea; annotation, writing, and formatting of the manuscript.

Kirill E. Buzanov — work with sources; writing and formatting of the manuscript.

Both authors participated in discussing 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.

Поступила в редакцию 16.06.2026

Поступила после рецензирования 21.07.2026

Принята к публикации 09.09.2026

Опубликована 30.09.2026

Received 2026.06.16

Revised 2026.07.21

Accepted 2026.09.09

Published 2026.09.30

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ | PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN EXTREME SITUATIONS

Научная статья | Original paper

Жизнестойкость и психологические ресурсы членов семей участников СВО

Г.В. Москаленко¹, В.Д. Дотдаева¹✉, А.А. Фомина¹, А.И. Жалдак¹

¹ Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Российская Федерация

✉ st107345@student.spbu.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Члены семей участников СВО находятся в трудной ситуации, предъявляющей повышенные требования к их жизнестойкости. **Цель:** изучение параметров жизнестойкости, используемых ресурсов и копинг-стратегий у членов семей участников СВО. **Гипотеза.** Низкий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов характерен для родственников погибших и переставших выходить на связь участников СВО, а высокий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов характерен для родственников участников СВО, находящихся в зоне СВО. **Методы и материалы.** В исследовании приняли участие 54 родственника участников СВО. 44,4% респондентов являются супругами/партнерами участника СВО, дети составляют 18,5%, родители — 14,8%, братья/сестры — 5,6%, дальние родственники — 16,7%. Жизнестойкость, потери и приобретения, стратегии преодоления стресса, доминирующее состояние оценивались с помощью батареи опросников: тест жизнестойкости Мадди, опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов», опросник «Индикатор стратегий преодоления стресса», тест-опросник «Доминирующее состояние», а также с помощью авторской анкеты. **Результаты.** Среднее значение показателя жизнестойкости по выборке — $M = 71,5 \pm 18,5$. Средние значения показателей вовлеченности — $M = 30,6 \pm 9$, контроля — $M = 26,8 \pm 6,14$, принятия риска — $M = 14,1 \pm 4,55$. По результатам сравнительного анализа (по t-критерию Стьюдента) не выявлено статистически достоверных различий между группой респондентов, близкие которых находятся в зоне СВО, и группой респондентов, близкие которых погибли в ходе службы на СВО, по показателям жизнестойкости, потерь и приобретений, доминирующего состояния и преобладающей стратегии совладания. **Выводы.** Выявлены связи жизнестойкости и ее компонентов с выраженностью копинг-стратегий, связь жизнестойкости с устойчивостью эмоционального тона, а также

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

наиболее характерные для выборки ресурсы. Требуется дальнейшее выделение факторов, которые оказывают влияние на жизнестойкость и доминирующее состояние близких участников СВО.

Ключевые слова: жизнестойкость, ресурсы, семья, специальная военная операция, участники СВО

Благодарности. Авторы благодарят за помощь в сборе данных для исследования Д.В. Корчагина и проект поддержки семей СВО «Создавая заботу».

Для цитирования: Москаленко, Г.В., Дотдаева, В.Д., Фомина, А.А., Жалдак, А.И. (2026). Жизнестойкость и психологические ресурсы членов семей участников СВО. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 87—105. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030305>

Hardiness and psychological resources of family members of SMO participants

G.V. Moskalenko¹, V.D. Dotdaeva¹✉, A.A. Fomina¹, A.I. Zhaldak¹

¹ Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russian Federation

✉ st107345@student.spbu.ru

Abstract

Context and relevance. Family members of SMO participants find themselves in a difficult situation, placing increased demands on their resilience. **Objective:** to study the parameters of resilience, the resources used, and the coping strategies of family members of SMO participants. **Hypothesis.** Low levels of resilience and its individual components are characteristic of relatives of SMO participants who died or who lost contact, while high levels of resilience and its individual components are characteristic of relatives of SMO participants located in the SMO zone. **Methods and materials.** Fifty-four relatives of SMO participants participated in the study. 44,4% of respondents are spouses/partners of a SMO participant, children make up 18,5%, parents — 14,8%, brothers/sisters — 5,6%, and distant relatives — 16,7%. Hardiness, losses and gains, stress coping strategies, and dominant state were assessed using a battery of questionnaires: the Maddi Hardiness Test, the Personal Resource Losses and Gains Questionnaire, the Stress Coping Strategies Indicator Questionnaire, the Dominant State Test Questionnaire, and the authors' questionnaire. **Results.** The average value of the hardiness indicator for the sample was $M = 71,5 \pm 18,5$. The average values of the involvement indicators were $M = 30,6 \pm 9$, control — $M = 26,8 \pm 6,14$, and risk acceptance — $M = 14,1 \pm 4,55$. According to the results of the comparative analysis (Student's t-test), no statistically significant differences were found between the group of respondents whose relatives are in the SMO zone and the group of respondents whose relatives died during service in the SMO, in terms of hardiness, losses and gains, dominant state, and predominant coping strategy. **Conclusion.** The relationships between resilience and its components and the severity

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

of coping strategies, the relationship between resilience and emotional stability, and the resources most characteristic of the sample were identified. Further identification of the factors that influence resilience and the dominant state of the close participants in the SMO is required.

Keywords: hardiness, resources, family, special military operation, SMO participants

Acknowledgements. The authors are grateful for assistance in data collection D.V. Korchagin and the SMO family support project “Creating Care”.

For citation: Moskalenko, G.V., Dotdaeva, V.D., Fomina, A.A., Zhaldak, A.I. (2026). Hardiness and psychological resources of family members of SMO participants. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 87—105. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030305>

Введение

Члены семей участников специальной военной операции (СВО) находятся в трудной ситуации, предъявляющей повышенные требования к их жизнестойкости: ожидание новостей от родных, переживания за их жизнь и здоровье, тоска, вызванная разлукой, необходимость продолжать выполнять повседневные функции, несмотря на свои страхи и тревоги. По сути, члены семей участников СВО находятся в состоянии хронического стресса. Жизнестойкие убеждения являются той опорой, которая помогает человеку действовать в сложных ситуациях неопределенности.

Жизнестойкость — это система убеждений о себе, о мире и об отношениях с ним. Высокий уровень жизнестойкости способствует совладанию со стрессовыми событиями, помогает воспринимать их как менее значимые, что приводит к снижению внутреннего напряжения. Жизнестойкость состоит из трех компонентов: вовлеченность, контроль и принятие риска. Вовлеченность позволяет находить что-то важное и интересное в происходящем, получать удовольствие от собственной деятельности. Контроль — это убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, и человек сам выбирает свой путь. Принятие риска — это восприятие любого опыта как развивающего и полезного. Если человек рассматривает жизнь как способ приобретения опыта, ему становится легче действовать в ситуациях неопределенности (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Теоретический обзор жизнестойкости семей участников СВО показывает ограниченную представленность данной темы в научной литературе. Наиболее близким по теме является исследование, в котором изучались особенности жизнестойкости и совладающего поведения жен участников СВО с разным статусом мужа (вернулся здоровым, находится на лечении, находится в зоне конфликта, погиб / пропал без вести). Согласно результатам исследования, у большей части респондентов отмечается высокий и средний уровень жизнестойкости, преобладание стратегии «разрешение проблем». При этом статистически значимых различий по уровню жизнестойкости у жен с разным статусом мужа выявлено не было (Герасимова, Курикалова, 2023).

Некоторые исследования направлены на изучение особенностей психоэмоционального состояния и адаптации жен участников СВО. Они показывают, что супруги мобилизованных

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

и добровольцев испытывают более выраженное состояние тревожности и эмоционального дискомфорта, чем жены профессиональных военных. У них возникают ощущения отсутствия понимания и поддержки, «жизни на паузе», внутреннего запрета на радость, апатии, бессилия. Среди ключевых целей психологического сопровождения семей, находящихся в ситуации ожидания участника СВО, отмечается важность развития навыков психической саморегуляции, использование активных видов стратегий совладания (Дейнека, 2025; Шелиспанская, Дьяконова, 2025).

В отечественной научной литературе также есть исследования, которые изучают эффективность методов помощи данной категории граждан (Дувалина, 2024). Также в исследованиях отмечается важность психологического сопровождения и комплексной работы с семьями участников СВО (Ульянина, Дмитриева, Прокопишин, 2023). Копинг-поведение, эмоциональные состояния в ситуации неопределенности, тревожность изучаются в работах студентов, аспирантов и молодых ученых (Красноперова, Горбатова, 2024; Игнатенко, 2024). В качестве респондентов чаще всего выступают жены участников СВО, реже — матери и другие родственники.

Среди зарубежных исследований выделяются смежные темы: изучение посттравматического роста и его предикторов (Fisher et al., 2020; Moore et al., 2022), качественные исследования с описанием индивидуального опыта вдов (Doherty, Scannell-Desch, 2022; Mir, Jahan, Ahmad, 2022). Интерес в этой области также может представлять статья об уточнении влияния жизнестойкости на посттравматический рост (ПТР) и психологическое благополучие тяжелораненых военнослужащих и их супругов. Исследователи выяснили, что жизнестойкость достоверно предсказывала ПТР и благополучие. Авторы указывают, что программы, направленные на развитие установок жизнестойкости, могут способствовать здоровой адаптации после сложного жизненного события (Bartone, Bowles, 2021).

Психологические ресурсы остаются слепой зоной в исследованиях семей участников СВО. Учитывая то, что данная группа населения находится в сложной жизненной ситуации, ресурсы в данном исследовании будут рассматриваться как адаптационные возможности человека согласно ресурсной концепции Хобфолла. Эта концепция позволяет рассмотреть ресурсы семей участников СВО со стороны наличия или отсутствия этих адаптационных возможностей в данной группе населения, понять, какие ресурсы приобретаются, а какие утрачиваются в ходе стрессовой ситуации нахождения близкого в зоне СВО (Водопьянова, 2009).

Учитывая вышеизложенное и тот факт, что специальная военная операция длится с 2022 года, представляет интерес изучение компонентов жизнестойкости и ресурсов адаптации к стрессогенным ситуациям членов семей участников СВО. Исследование может помочь выявить специфические особенности жизнестойкости и ресурсов членов семей в трех жизненных ситуациях: ситуации ожидания бойца, ситуации потери связи с бойцом и ситуации гибели бойца, что в дальнейшем может быть полезно для составления адресных программ психологической помощи.

Целью данного исследования является изучение параметров жизнестойкости, используемых ресурсов и копинг-стратегий у членов семей участников СВО.

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Были выдвинуты следующие **главные гипотезы**: 1) низкий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов характерен для родственников погибших и переставших выходить на связь участников СВО; 2) высокий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов характерен для родственников участников СВО, находящихся в зоне СВО.

А также дополнительные гипотезы: 1) преобладание копинг-стратегии разрешения проблем связано с высоким уровнем жизнестойкости и отдельных ее компонентов; 2) преобладание копинг-стратегии поиска социальной поддержки связано с высоким уровнем жизнестойкости и отдельных ее компонентов; 3) преобладание копинг-стратегии избегания связано с низким уровнем жизнестойкости; 4) высокий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов связан с высокой устойчивостью эмоционального тона.

Материалы и методы

Описание выборки: требования, которые были предъявлены к респондентам: возраст от 18 лет, является родственником или партнером участника СВО.

В исследовании приняли участие 54 человека, из них 40 женщин (74%) и 14 мужчин (26%) в возрасте от 18 до 66 лет ($M = 34 \pm 14,7$). 24 человека (44,4%) являются супругами/партнерами участника СВО, дети — 10 чел. (18,5%), родители — 8 чел. (14,8%), братья/сестры — 3 чел. (5,6%), дальние родственники (дяди и тети) — 9 чел. (16,7%). У 35 человек близкий находится в зоне СВО (64,8%), 17 человек пережили потерю близкого (31,5%), у 2 человек участник СВО не выходит на связь (3,7%).

Одной из задач исследования является выделение 3 групп респондентов по статусу участника СВО. По причине малочисленности в выборке группы людей, у которых близкий — участник СВО не выходит на связь, были выделены только две группы: группа респондентов, родственники которых находятся в зоне СВО, и группа респондентов, родственники которых погибли в ходе службы. В первую группу вошло: 26 женщин (74,3%) и 9 мужчин (25,7%) от 18 до 63 лет, из них 57% являются супругами/партнерами, 20% — детьми, 8,6% — родителями, 8,6% — дальними родственниками, 5,8% — братьями/сестрами. Во вторую группу вошло 13 женщин (76,5%) и 4 мужчин (23,5%) от 18 до 63 лет, из них 17,6% являются супругами/партнерами, 29,4% — родителями, 11,8% — детьми, 5,9% — братьями/сестрами, 35,3% — дальними родственниками.

Процедура исследования. Исследование проводится добровольно с использованием онлайн-опроса на платформе Yandex, где респонденты заполняют составленную авторами анкету и методики. Информированное согласие и инструкция к прохождению исследования представлены на первой странице онлайн-опроса.

Методы и методики. Для проведения исследования используется авторская анкета, состоящая из вопросов о демографических данных респондентов, актуальном статусе их родственников — участников СВО и переживаниях, связанных с участием близкого в СВО. Также участники исследования заполняют следующие психодиагностические методики:

1. Тест жизнестойкости Мадди (PVS III-R, адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой) для выявления уровня жизнестойкости и выраженности ее компонентов (вовлеченность, контроль, принятие риска), которые помогают снижать внутреннее

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

напряжение, преодолевать стрессовые ситуации и воспринимать их как менее значимые (Леонтьев, Рассказова, 2006);

2. Опросник «Индикатор стратегий преодоления стресса» (CSI, адаптация Н.А. Сироты, В.М. Ялтонского, 1994), позволяющий определить преобладающие в совладающем поведении человека базисные копинг-стратегии (разрешение проблемы, поиск социальной поддержки, избегание) (Вассерман, Щелкова, 2004);
3. Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» Н.Е. Водопьяновой, М.В. Штейн, направленный на выявление утраченных и приобретенных участниками ресурсов. Данный опросник основывается на ресурсной концепции психологического стресса Хобфолла, который называет ресурсами то, что представляет ценность для человека и помогает адаптироваться к стрессовым ситуациям или преодолевать стрессы (Водопьянова, 2009);
4. Тест-опросник «Доминирующее состояние» (ДС-6) для изучения преобладающего фона настроения респондентов и соответствующих ему мыслей, чувств и переживаний. Доминирующее состояние обуславливается не только актуальной ситуацией, но и личностными, социально-психологическими факторами (Куликов, 2005).

Статистические методы обработки данных:

1. Для описания выборки по степени выраженности различных признаков использовались описательные статистики (средние значения, стандартные отклонения, минимальные и максимальные значения).
2. Для оценки нормальности распределения использовался критерий Шапиро-Уилка.
3. Для выявления связей между компонентами жизнестойкости, преобладающими копинг-стратегиями, доминирующим состоянием, показателями потерь и приобретений использовался метод корреляционного анализа по критерию Пирсона.
4. Для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню количественно измеренного признака использовался t-критерий Стьюдента.
5. Качественный анализ «Опросника потерь и приобретений» применялся для выявления наиболее характерных для выборки приобретенных и утраченных ресурсов.

Обработка данных производилась с помощью программ Excel и Jamovi.

Результаты

Среднее значение показателя жизнестойкости по выборке ($M = 71,5 \pm 18,5$) на 9,22 балла ниже нормативного среднего значения ($M = 80,72 \pm 18,53$). Средние значения показателей вовлеченности ($M = 30,6 \pm 9$) и контроля ($M = 26,8 \pm 6,14$) также ниже нормативных средних значений ($M = 37,64 \pm 8,08$ и $M = 29,17 \pm 8,43$ соответственно). Среднее значение показателя принятия риска ($M = 14,1 \pm 4,55$) соответствует нормативному среднему значению ($M = 13,91 \pm 4,39$) (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Среднее значение показателя стратегии избегания по выборке соответствует низкому уровню выраженности данной стратегии преодоления стресса ($M = 19,8 \pm 3,6$). Средние значения выраженности двух других стратегий соответствуют среднему уровню их выраженности: $M = 22,0 \pm 4,6$ для стратегии разрешения проблем, $M = 19,6 \pm 3,98$ для стратегии поиска социальной поддержки (Вассерман, Щелкова, 2003).

Средние значения показателей всех шкал доминирующего состояния соответствуют среднему уровню выраженности (Вассерман, Щелкова, 2003).

Ненормальное распределение выявилось в следующих шкалах методик по всей выборке: вовлеченность ($p = 0,048$), сумма потерь ($p = 0,04$), сумма приобретений ($p = 0,049$), индекс ресурсности ($p < 0,001$), разрешение проблем ($p < 0,001$), социальная поддержка ($p = 0,046$). Остальные шкалы по всей выборке показывают нормальное распределение по критерию Шапиро-Уилка. При делении выборки на 2 группы по актуальному статусу: группы респондентов, родственники которых находятся в зоне СВО, и группы респондентов, родственники которых погибли в ходе службы, — большинство шкал методик имеют нормальное распределение, кроме двух показателей в первой группе: индекс ресурсности ($p = 0,002$), разрешение проблем ($p \leq 0,001$).

По результатам сравнительного анализа (по t-критерию Стьюдента) не выявлено статистически достоверных различий между группой респондентов, близкие которых находятся в зоне СВО, и группой респондентов, близкие которых погибли в ходе службы на СВО, по показателям жизнестойкости (вовлеченность $t = 0,1638$, $p = 0,871$; контроль $t = 0,38$, $p = 0,706$; принятие риска $t = 0,3629$, $p = 0,718$; жизнестойкость $t = 0,3042$, $p = 0,762$), потерь и приобретений (сумма потерь $t = 0,7071$, $p = 0,483$; сумма приобретений $t = -0,1023$, $p = 0,919$; индекс ресурсности $t = -0,7817$, $p = 0,438$), доминирующего состояния (активное/пассивное отношение $t = 0,2272$, $p = 0,821$; тонус высокий/низкий $t = 0,2284$, $p = 0,82$; спокойствие/тревога $t = 0,4118$, $p = 0,682$; устойчивость эмоционального тона $t = -0,1685$, $p = 0,867$; удовлетворенность жизнью $t = 0,1628$, $p = 0,871$; положительный образ себя $t = 0,9698$, $p = 0,337$) и преобладающей стратегии совладания (разрешение проблем $t = -0,542$, $p = 0,59$; социальная поддержка $t = -1,4101$, $p = 0,165$; избегание $t = -0,0624$, $p = 0,951$). Родственники участников СВО, переставших выходить на связь, были исключены из сравнительного анализа в связи с малым количеством респондентов (2 чел.).

Для обеих выделенных групп характерен сниженный уровень жизнестойкости и средний уровень устойчивости эмоционального тона. Все стратегии преодоления стресса в обеих группах выражены примерно одинаково, преобладающую и наиболее характерную для группы стратегию выявить не удалось.

По результатам корреляционного анализа (по критерию Пирсона) выявляется значимая положительная связь копинг-стратегии разрешения проблем с жизнестойкостью, и, в частности, значимая связь с отдельным ее компонентом — вовлеченностью. Копинг-стратегия поиска социальной поддержки значимо положительно коррелирует с жизнестойкостью, а также двумя ее компонентами: вовлеченностью и принятием риска. Копинг-стратегия избегания имеет значимую отрицательную связь с жизнестойкостью и со всеми ее подшкалами (табл. 1).

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Таблица 1 / Table 1

**Связь между показателями жизнестойкости и копинг-стратегий у членов семей
участников СВО (N = 54)**

**Relationship between the indicators of hardiness and coping strategies in family members of
SMO participants (N = 54)**

Параметры / Parameters	Вовлеченность / Commitment	Контроль / Control	Принятие риска / Challenge	Жизнестойкость / Hardiness
Разрешение проблем / Problem solving	0,31*	—	—	0,27*
Поиск социальной поддержки / Seeking social support	0,37**	—	0,32*	0,35*
Избегание / Avoidance	-0,47***	-0,3*	-0,36**	-0,44***

Примечание: «» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.*

Note: «» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.*

Обнаружена значимая связь жизнестойкости и всех ее подшкал с устойчивостью эмоционального тона (см. рис.).

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

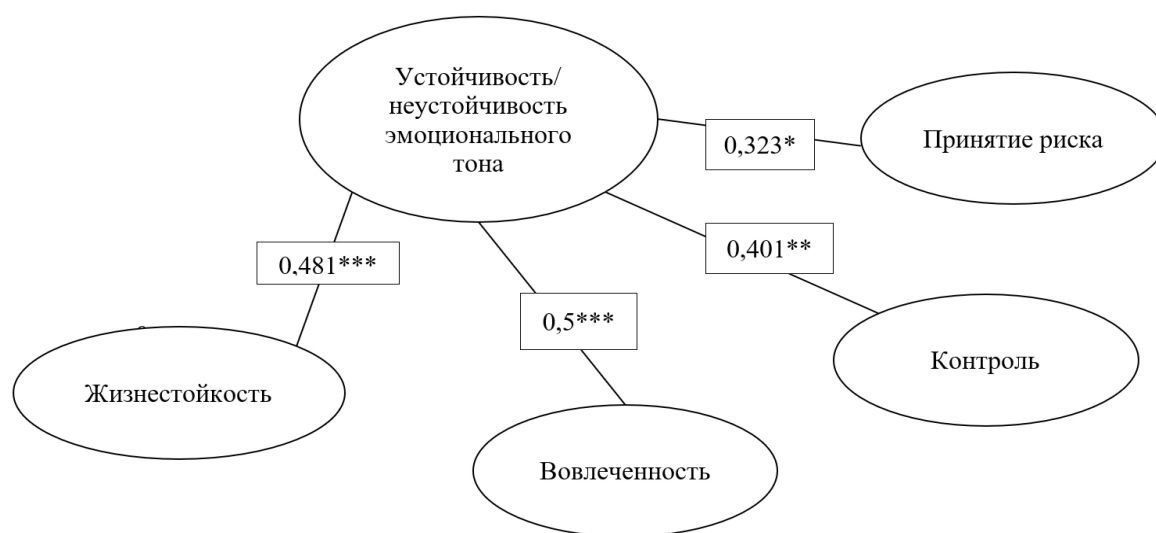


Рис. Анализ связей между устойчивостью/неустойчивостью эмоционального тона, жизнестойкостью, вовлеченностью, контролем и принятием риска: «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.

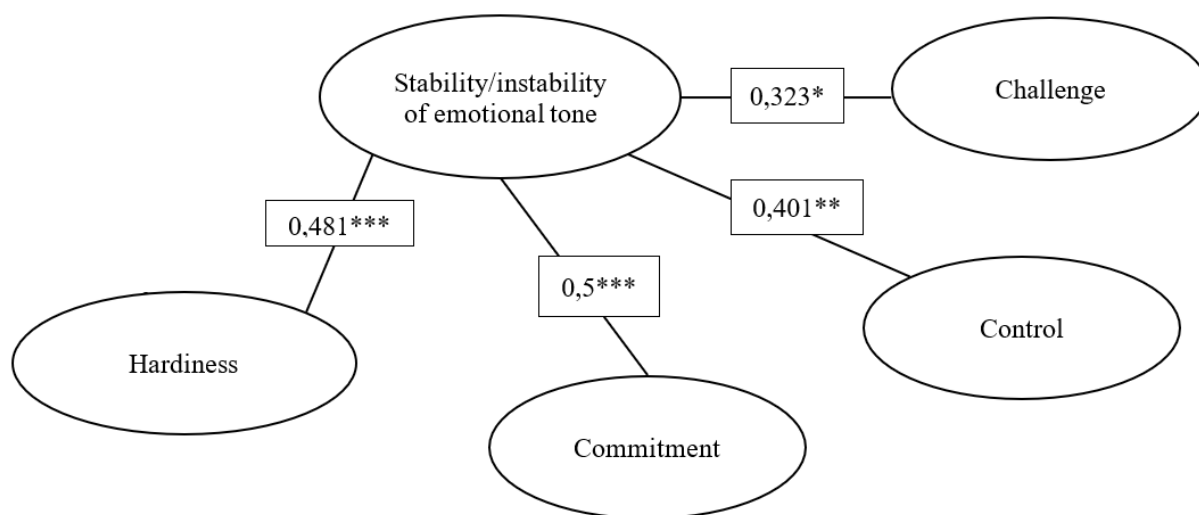


Fig. Analysis of the relationships between stability/instability of emotional tone, hardiness, commitment, control and challenge: «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.

По результатам качественного анализа «Опросника потерь и приобретений» наиболее характерными потерями для выборки являются: стабильность в семье ($n = 38$), уверенность в достижении целей ($n = 35$) и в том, что будущее человека зависит от него ($n = 38$), собственное

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

здоровье (n = 41), чувство оптимизма (n = 37), ощущение контроля над своей жизнью (n = 42), смысл жизни (n = 38). Среди наиболее частых приобретений респонденты выделяли: ощущение нужности другим людям (n = 39), хорошие отношения с близкими родственниками (n = 42) и признание ими достижений респондентов (n = 36), дружбу (n = 37), людей, на которых можно положиться (n = 39), возможности получения медицинской помощи (n = 37) и образования (n = 35), принадлежность к организациям, где есть люди со схожими интересами (n = 35).

Обнаружена значимая положительная связь индекса ресурсности и суммы приобретений с жизнестойкостью, а также значимая отрицательная связь жизнестойкости с суммой потерь. Практически все шкалы опросника «Доминирующее состояние» (ДС-6), положительно связаны с индексом ресурсности и отрицательно — с суммой потерь (табл. 2).

Таблица 2 / Table 2

Связь между показателями потерь и приобретений, жизнестойкости и компонентами доминирующего состояния у членов семей участников СВО (N = 54)

Relationship between the indicators of losses and gains, hardiness and components of the dominant state in family members of SMO participants (N = 54)

Параметры / Parameters	Сумма потерь / Amount of losses	Сумма приобретений / Amount of gains	Индекс ресурсности / Resource index
Жизнестойкость / Hardiness	-0,501***	0,350**	0,576***
Активное/пассивное отношение к жизни / Active/passive attitude towards life	-0,387**	—	0,457***
Тонус высокий/низкий / High/low tone	-0,638***	—	0,473***
Спокойствие/тревога / Calmness/anxiety	-0,338*	—	—
Устойчивость/неустойчивость эмоционального тона / Stability/instability of emotional tone	-0,543***	—	0,370**

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Параметры / Parameters	Сумма потерь / Amount of losses	Сумма приобретений / Amount of gains	Индекс ресурсности / Resource index
Удовлетворенность/ неудовлетворенностью жизнью / Satisfaction/dissatisfaction with life	-0,477***	—	0,273*
Положительный/ отрицательный образ себя / Positive/ negative self-image	-0,613***	—	0,362**

Примечание: «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.

Note: «*» — $p < 0,05$; «**» — $p < 0,01$; «***» — $p < 0,001$.

Обсуждение результатов

Результаты, полученные после сравнения двух выделенных групп (респондентов, близкие которых находятся в зоне СВО, и респондентов, близкие которых погибли в ходе службы в зоне СВО), говорят об отсутствии различий между группами по всем исследуемым показателям. Возможно, отсутствие различий между группами обусловлено ограниченной численностью выборки и тем, что группа респондентов, чей близкий погиб в ходе службы в зоне СВО, была меньше другой группы по численности. Переживания и состояния респондентов обеих выделенных групп в действительности могут не иметь сильных различий по той причине, что нахождение близкого человека в зоне СВО может вызывать настолько же субъективно интенсивные и сложные переживания, как и потеря близкого в ходе службы в зоне СВО. Отсутствие различий по индексу ресурсности и суммам потерь и приобретений может говорить о том, что нахождение близкого человека в зоне СВО также может ощущаться как некая «потеря» близкого, потому что человеку приходится учиться самостоятельно справляться с большей частью обязанностей и трудностей, привыкать к отсутствию рядом любимого человека, переживать невозможность связаться и проводить время совместно. В похожем исследовании также не были обнаружены статистически значимые различия уровня жизнестойкости в группах жен с разным статусом мужа (вернулся здоровым по истечении контракта, находится на лечении/реабилитации, находится в зоне конфликта, погиб / без вести пропал) (Герасимова, Курикалова, 2023).

Полученные результаты подтверждают, что копинг-стратегии разрешения проблем, поиска социальной поддержки и избегания связаны с жизнестойкостью. Более высокий уровень жизнестойкости значимо связан с преобладанием стратегий разрешения проблем и поиска социальной поддержки. В свою очередь, более низкий уровень жизнестойкости значимо связан с преобладанием стратегии избегания. Это позволяет предположить, что принявшие участие в исследовании члены семей участников СВО с различными уровнями жизнестойкости используют разные стратегии совладания — активные и пассивные. Именно

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

активные стратегии совладания, направленные на разрешение проблем и поиск социальной поддержки, чаще используются респондентами с более высоким уровнем жизнестойкости, так как жизнестойкие убеждения способствуют осуществлению активных действий, направленных на преодоление трудностей, и формированию уверенности в том, что они могут влиять на сложившуюся ситуацию. Пассивная стратегия избегания, напротив, присуща респондентам с более низкой жизнестойкостью, что отражает слабость их убежденности в возможности изменить ситуацию и повлиять на свое состояние собственными действиями.

При рассмотрении отдельных компонентов жизнестойкости обнаруживается, что вовлеченность значимо связана со всеми копинг-стратегиями. Возможно, именно вовлеченность, как одна из подшкал жизнестойкости, стимулирует человека справляться со стрессовыми ситуациями, искать в них нечто новое и положительное, воспринимать жизненные вызовы как преодолимые и менее травматичные. Одной из самых сильных корреляций является отрицательная связь между вовлеченностью и копинг-стратегией избегания, что может также говорить о том, что высокая вовлеченность в события и переживания препятствует уходу от проблем, а низкая вовлеченность, наоборот, вызывает ощущение пребывания «вне» жизни, стремление избежать неприятных мыслей и чувств (Леонтьев, Рассказова, 2006).

Результаты показали, что более высокий уровень жизнестойкости и отдельных ее компонентов связан с более высокой устойчивостью эмоционального тона. Это позволяет предположить, что респондентам с более высоким уровнем жизнестойкости присущ более ровный положительный эмоциональный фон и способность сохранять эффективность психической саморегуляции даже в ситуации аффективного возбуждения.

Анализ всей выборки показал более низкий средний показатель жизнестойкости по сравнению со средним нормативным значением. Все стратегии совладания со стрессовыми ситуациями по выборке выражены примерно одинаково, доминирующая стратегия отсутствует, что говорит о склонности респондентов использовать разные стратегии совладания со стрессовыми ситуациями. В то же время в похожем исследовании у подавляющего числа жен участников СВО отмечается высокий и средний уровень жизнестойкости, средний уровень выраженности стратегии «разрешение проблем» и низкий уровень стратегии «избегание», что, по мнению авторов, указывает на умение находить возможные варианты выхода из трудных жизненных ситуаций (Герасимова, Курикалова, 2023).

В результате анализа наиболее характерными потерями для выборки являются: стабильность в семье, уверенность в достижении целей и в том, что будущее человека зависит от него, собственное здоровье, чувство оптимизма, ощущение контроля над своей жизнью, смысл жизни. Действительно, респонденты, близкие которых находятся в зоне СВО или погибли в ходе участия в СВО, находятся в ситуации неопределенности, невозможности повлиять на сложившуюся ситуацию, вследствие чего у них нарушается ощущение безопасности и стабильности, что приводит к ухудшению физического и эмоционального состояния.

Среди приобретенных ресурсов отмечаются: ощущение нужности другим людям, хорошие отношения с близкими родственниками и признание ими достижений респондентов, дружба,

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

люди, на которых можно положиться, возможности получения медицинской помощи и образования, принадлежность к организациям, в которых есть люди со схожими интересами. Респонденты укрепляют существующие отношения и создают новые, общаются с людьми, находящимися в такой же ситуации, получая от них поддержку и оказывая ее в ответ, что помогает справляться с чувством одиночества, которое часто возникает у людей, проживающих сложную жизненную ситуацию. Н.В. Дейнека также отмечает: «обмен опытом и эмоциями с другими женщинами в аналогичной ситуации может облегчить психологическое состояние» (Дейнека, 2025, с. 275). Также в числе важных приобретений следует назвать возможности в сфере медицины и образования, что является следствием государственных мер поддержки.

Более высокий уровень жизнестойкости и более позитивное, устойчивое доминирующее состояние также оказываются связаны с преобладанием приобретенных ресурсов над утраченными. Это может говорить о том, что наличие социальной поддержки от близких и друзей, нахождение и общение с людьми, сталкивающимися со схожей ситуацией, связаны с более устойчивым эмоциональным состоянием, формированием убежденности в том, что на ситуацию можно повлиять, и готовностью справляться с жизненными трудностями.

Заключение

В ходе данной работы были исследованы показатели жизнестойкости, доминирующего состояния, копинг-стратегий, потерь и приобретений у членов семей участников СВО.

По результатам эмпирического исследования были выделены 2 группы респондентов: родственники, ожидающие возвращения участников СВО, и родственники погибших участников СВО. Характерные для групп уровни жизнестойкости, предпочитаемые копинг-стратегии, устойчивость эмоционального тона не обнаружены. Вся выборка характеризуется сниженным уровнем жизнестойкости и средним уровнем устойчивости эмоционального тона. Таким образом, главные гипотезы исследования не подтвердились.

Выявлены связи жизнестойкости и ее компонентов с выраженностью копинг-стратегий, жизнестойкости и устойчивости эмоционального тона, что подтверждает выдвинутые дополнительные гипотезы.

Выделены наиболее характерные для респондентов приобретенные и потерянные ресурсы. Среди утраченных ресурсов отмечаются: ощущение стабильности, уверенность в себе и будущем, смысл жизни, здоровье. Среди приобретенных ресурсов выделяются: социальная поддержка, построение новых социальных связей и укрепление старых, ощущение нужности другим людям, а также возможность получения медицинской помощи и образования.

Таким образом, все поставленные задачи исследования были выполнены. Полученные данные демонстрируют значимость социальной поддержки, психоэмоциональной устойчивости, жизнестойкости и активности человека для преодоления сложных жизненных обстоятельств.

Полученные данные важны в сфере оказания поддержки семьям участников СВО, так как представление о том, какие ресурсы помогают людям справляться с возникающими переживаниями, может помочь в более прицельной стабилизации их эмоционального

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

состояния в процессе адаптации к ситуации участия близкого в специальной военной операции. Результаты проведенного исследования могут быть полезны при изучении посттравматического роста семей участников СВО, а также для дальнейшего изучения жизнестойкости и ресурсов членов семей участников специальной военной операции.

В перспективе возможны дальнейшие попытки выделения факторов, которые оказывают влияние на жизнестойкость и доминирующее состояние близких участников СВО. Нахождение таких факторов может помочь в оказании более качественной и эффективной поддержки.

Ограничения. Из основных ограничений исследования важно выделить небольшую численность выборки и преобладание женщин среди респондентов. В исследовании также не учитывались: экономическое и социальное положение респондентов, влияние региона проживания и его близости к зоне проведения СВО, степень родства и близости респондента с участником СВО, все обстоятельства попадания человека на СВО, возможные события, связанные с его/ее службой, и время, прошедшее с момента начала службы близкого в зоне СВО.

В данном исследовании группы родственников малы и неоднородны. Для проведения сравнения показателей людей с разными степенями родства необходима большая выборка с более однородными группами родственников. В перспективе могли бы оказаться полезными подробные исследования по изучению жизнестойкости у групп с разными степенями родства.

Также стоит отметить относительно долгое прохождение онлайн-формы (около 40—50 минут) и риск получения социально желательных ответов.

Limitations. The main limitations of the study include the small sample size and predominance of women among the respondents. The study also did not take into account respondents' economic and social status, influence of their region of residence and proximity to the SMO zone, respondent's degree of kinship and closeness to the SMO participant, all circumstances of the individual's placement in the SMO, all possible events related to their service, and time elapsed since the start of their relative's service in the SMO zone.

The groups of relatives in this study were small and heterogeneous. To compare the indicators of people with different degrees of kinship, a larger sample with more homogeneous groups of relatives is needed. In the future, detailed studies examining resilience in groups with different degrees of kinship could be useful.

It is also worth noting the relatively lengthy online form (approximately 40—50 minutes) and the risk of receiving socially-desirable responses.

Список источников / References

1. Вассерман, Л.И., Щелкова О.Ю. (2003). *Медицинская психодиагностика: Теория, практика, обучение*. СПб.: Филологический факультет СПбГУ; М.: Изд. Центр «Академия».
Wasserman, L.I., Shchelkova O.Yu. (2003). *Medical psychodiagnostics: Theory, practice, training*. St. Petersburg: Philological faculty of St. Petersburg State University; Moscow: Publishing Center "Academy". (In Russ.).

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

2. Водопьянова, Н.Е. (2009). *Психодиагностика стресса*. СПб.: Питер.
Vodopyanova, N.E. (2009). *Psychodiagnostics of stress*. St. Petersburg: Piter.
3. Герасимова, И.В., Курикалова, А.А. (2023). Жизнестойкость и совладающее поведение жен военнослужащих — участников специальной военной операции. *Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке*, 20(4), 50—55.
Gerasimova, I.V., Kurikalova, A.A. (2023). Hardiness and coping behavior of the wives of military personnel participating in a special military operation. *Social and Humanitarian Sciences in the Far East*, 20(4), 50—55. (In Russ.).
4. Дейнека, Н.В. (2025). Эмоциональное состояние и особенности адаптации жен участников СВО. *Учебные записки университета имени П.Ф. Лесгафта*, 5, 269—275.
<https://doi.org/10.5930/1994-4683-2025-269-275>
Deyneka, N.V. (2025). The emotional state and adaptation features of the wives of participants in the Special Military Operation *Educational notes of P.F. Lesgaft University*, 5, 269—275. (In Russ.). <https://doi.org/10.5930/1994-4683-2025-269-275>
5. Дувалина, О.Н. (2024). Психологическая помощь женщинам, родственники которых являются участниками военных действий. *Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал*, 9. URL <https://scipress.ru/pedagogy/articles/psikhologicheskaya-pomoshh-zhenshhinam-rodstvenniki-kotorykh-yavlyayutsya-uchastnikami-voennykh-dejstvij.html> (дата обращения: 21.11.2025).
Duvalina, O.N. (2024). Psychological assistance to women, whose relatives are participants in military operations. *The World of Pedagogy and Psychology: International Scientific and Practical Journal*, 9. (In Russ.). URL: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/psikhologicheskaya-pomoshh-zhenshhinam-rodstvenniki-kotorykh-yavlyayutsya-uchastnikami-voennykh-dejstvij.html> (viewed: 21.11.2025).
6. Игнатенко, С.Р. (2024). Копинг-стратегии в ситуации неопределенности у близких родственников участников СВО. В: *Молодежная наука и современность: Материалы 89-й Международной научной конференции студентов и молодых ученых, посвященной 89-летию КГМУ* (с. 239). Курск: Курский государственный медицинский университет.
Ignatenko, S.R. (2024). Coping strategies in a situation of uncertainty among close relatives of participants of the SMO. In: *Youth science and modernity: Materials of the 89th International scientific conference of students and young scientists dedicated to the 89th anniversary of KSMU* (p. 239). Kursk: Kursk State Medical University. (In Russ.).
7. Красноперова, А.П., Горбатова, М.М. (2024). Взаимосвязь совладающего поведения и тревожности у жен участников специальной военной операции. В: *Актуальные проблемы социальных и психологических наук: теория, методология, практика: Материалы симпозиума XIX (LI) Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых* (с. 64—68). Кемерово: Кемеровский государственный университет.
Krasnoperova, A.P., Gorbatoва, M.M. (2024). The relationship between coping behavior and

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

anxiety in the wives of participants in a special military operation. In: *Actual problems of social and psychological sciences: theory, methodology, practice: Proceedings of the symposium of the XIX (LI) International scientific conference of students, graduate students, and young scientists* (pp. 64—68). Kemerovo: Kemerovo State University. (In Russ.).

8. Куликов, Л.В. (2005). Диагностика доминирующего настроения. Занятие 11. В: Г.С. Никифоров (ред.), *Практикум по психологии здоровья* (с. 44—60). СПб.: Питер.
Kulikov, L.V. (2005). Diagnostics of the dominant mood. Lesson 11. In: G.S. Nikiforov (ed.), *Practical training in health psychology* (pp. 44—60). St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
9. Леонтьев, Д.А., Рассказова, Е.И. (2006). *Тест жизнестойкости*. М.: Смысл.
Leontiev, D.A., Rasskazova, E.I. (2006). *Vitality test*. Moscow: Smysl. (In Russ.).
10. Ульянина, О.А., Дмитриева, Н.Н., Прокопишин Р.А. (2023). Организация системы межведомственного адресного сопровождения участников специальной военной операции и членов их семей. В: *Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: Материалы V Всероссийской научно-практической конференции* (с. 76—84). Екатеринбург: Издательство Уральского университета.
Ulyanina, O.A., Dmitrieva, N.N., Prokopishin R.A. (2023). Organization of a system of interdepartmental targeted support for participants in a special military operation and their family members. In: *Actual problems of extreme and crisis psychology: Proceedings of the V All-Russian scientific and practical conference* (pp. 76—84). Yekaterinburg: Ural University Publishing House. (In Russ.).
11. Шелиспанская, Э.В., Дьяконова, Ю.Ю. (2025). Особенности психоэмоционального состояния женщин, члены семей которых находятся в экстремальной ситуации участия в специальной военной операции. В: *Психолого-педагогическое сопровождение общего, специального и инклюзивного образования детей и взрослых: Материалы V Международной научно-практической конференции* (с. 25—26). Чебоксары: ИД «Среда»
Shelispanskaya, E.V., Dyakonova, Yu.Yu. (2025). Features of the psychoemotional state of women whose family members are in an extreme situation of participation in a special military operation. In: *Psychological and pedagogical support for general, special, and inclusive education of children and adults: Proceedings of the V International Scientific and Practical Conference* (pp. 25—26). Cheboksary: Publishing House “Sreda”. (In Russ.).
12. Bartone, P.T., Bowles, S.V. (2021). Hardiness Predicts Post-Traumatic Growth and Well-Being in Severely Wounded Servicemen and Their Spouses. *Military Medicine*, 186(5-6), 500—504.
<https://doi.org/10.1093/milmed/usaa250>
13. Doherty, M.E., Scannell-Desch, E. (2022). Posttraumatic growth in women who have experienced the loss of their spouse or partner. *Nurs Forum*, 57(1), 78—86.
<https://doi.org/10.1111/nuf.12657>
14. Fisher, J.E., Zhou, J., Zuleta, R.F., Fullerton, C.S., Ursano, R.J., Cozza, S.J. (2020). Coping Strategies and Considering the Possibility of Death in Those Bereaved by Sudden and Violent

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Deaths: Grief Severity, Depression, and Posttraumatic Growth. *Frontiers in psychiatry*, 11, Article 749. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00749>

15. Mir, A.A, Jahan, Z., Ahmad, R. (2022). Lived Experiences of Widows of Armed Conflict in Kashmir: A Qualitative Study. *Omega*, 87(3), 977—998. <https://doi.org/10.1177/00302228211072965>

16. Moore, M., Palmer, J.K., Cerel, J., Ruocco, K. (2022). Growth and Hope after loss: How TAPS facilitates posttraumatic growth in those grieving military deaths. *Frontiers in psychology*, 13, Article 996041. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.996041>

Информация об авторах

Галина Владимировна Москаленко, старший преподаватель кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1482-6228>, e-mail: g.moskalenko@spbu.ru

Влада Дмитриевна Дотдаева, студентка кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3531-0394>, e-mail: st107345@student.spbu.ru

Арина Александровна Фомина, студентка кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0730-8361>, e-mail: fomina_arina@bk.ru

Анастасия Игоревна Жалдак, студентка кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-1884-9573>, e-mail: st107179@student.spbu.ru

Information about the authors

Galina V. Moskalenko, Senior Lecturer, Department of Psychology of Crisis and Extreme Situations, Faculty of Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russian Federation, <https://orcid.org/0000-0003-1482-6228>, e-mail: g.moskalenko@spbu.ru

Vlada D. Dotdaeva, Student, Department of Psychology of Crisis and Extreme Situations, Faculty of Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3531-0394>, e-mail: st107345@student.spbu.ru

Arina A. Fomina, Student, Department of Psychology of Crisis and Extreme Situations, Faculty of Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0730-8361>, e-mail: fomina_arina@bk.ru

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Anastasia I. Zhaldak, Student, Department of Psychology of Crisis and Extreme Situations situations, Faculty of Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-1884-9573>, e-mail: st107179@student.spbu.ru

Вклад авторов

Москаленко Г.В. — научное руководство; контроль за проведением исследования; составление анкеты для сбора социодемографических данных; представление дизайна исследования на заседании Этического комитета.

Дотдаева В.Д. — идеи исследования; применение статистических, математических и других методов для анализа данных; сбор данных; поиск методических материалов; анализ публикаций по теме исследования.

Фомина А.А. — идеи исследования; аннотирование, написание и оформление рукописи; сбор и анализ данных; поиск методических материалов; анализ публикаций по теме исследования.

Жалдак А.И. — идея исследования; визуализация результатов исследования; поиск методических материалов; планирование исследования; представление дизайна исследования на заседании Этического комитета.

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

Contribution of the authors

Galina V. Moskalenko — scientific supervision; control over the research; developing a questionnaire to collect socio-demographic data; search for methodological materials; analysis of publications on the research topic; presentation of the study design at the Ethics Committee meeting.

Vlada D. Dotdaeva — ideas; application of statistical, mathematical and other methods for data analysis; data collection; search for methodological materials; analysis of publications on the research topic.

Arina A. Fomina — ideas; annotation, writing and design of the manuscript; data collection and analysis; search for methodological materials; analysis of publications on the research topic.

Anastasia I. Zhaldak — ideas; visualization of research results; search for methodological materials; planning of the research; presentation of the study design at the Ethics Committee meeting.

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.

Москаленко Г.В., Дотдаева В.Д., Фомина А.А.,
Жалдак А.И. (2026)
Жизнестойкость и психологические ресурсы членов
семей участников СВО
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 87—105.

Moskalenko G.V., Dotdaeva V.D., Fomina A.A.,
Zhaldak A.I. (2026)
Hardiness and psychological resources of family
members of SMO participants
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 87—105.

Декларация об этике

Исследование было рассмотрено и одобрено Этическим комитетом Санкт-Петербургского психологического общества (СПБПО) (протокол № 40 от 20.11.2025).

Ethics statement

The study was reviewed and approved by the Ethics Committee of Saint Petersburg Psychological Society (report No. 40, 2025/11/20).

Поступила в редакцию 22.05.2026
Поступила после рецензирования 28.08.2026
Принята к публикации 04.09.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.05.22
Revised 2026.08.28
Accepted 2026.09.04
Published 2026.09.30

СОЦИАЛЬНАЯ И ПОЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ | SOCIAL AND POLITICAL PSYCHOLOGY OF SECURITY

Научная статья | Original paper

Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion

Laggoune Salah¹✉

¹University of Constantine 2 – Abdelhamid Mehri, Department of Psychology and Education Sciences, Algeria.

✉ salahlaggoune3@gmail.com

Abstract

Context and relevance. Toxic leadership significantly fosters counterproductive work behavior (CWB), yet the organizational buffers mitigating this impact remain under-researched in public sectors. **Objective.** To examine the relationship between toxic leadership and CWB, and to evaluate the independent and joint moderating roles of psychological safety and team cohesion. **Hypothesis.** Toxic leadership correlates positively with CWB, whereas psychological safety and team cohesion mitigate this link. **Methods and materials.** Utilizing a quantitative, cross-sectional design, survey data were collected from 200 full-time public-sector employees. Data were analyzed using correlation analysis, hierarchical regression, and structural equation modeling (SEM) via AMOS. **Results.** Toxic leadership exhibited a significant positive relationship with CWB ($\beta = .52, p < .001$). Both psychological safety ($\beta = -.21, p = .007$) and team cohesion ($\beta = -.18, p = .012$) significantly and independently attenuated this toxic effect. Crucially, a significant three-way interaction effect emerged ($\beta = -.15, p = .035$) demonstrating a synergistic dual-buffering mechanism where high psychological safety combined with strong team cohesion produced the maximum reduction in CWB under toxic leadership. The structural model demonstrated robust fit, ($\chi^2_{df} = 2.74, CFI = .96, TLI = .95, RMSEA = .061$), enriching Conservation of Resources (COR) theory. **Conclusions.** Psychological safety and team cohesion act as critical protective psychosocial resources, providing actionable strategies to enhance public-sector organizational resilience against supervisory toxicity.

Keywords: toxic leadership, counterproductive work behavior, psychological safety, team cohesion, organizational behavior

Funding. The study was self-funded; the author received no specific grants from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Acknowledgements. The author is grateful to all cooperative employees who participated in the study and expresses special thanks to managers for their valuable assistance in the data collection process. The author thanks all participants and organizational managers for their support in data collection.

Supplemental data. Datasets available from the corresponding author upon reasonable request.

For citation: Laggoune Salah. (2026). Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion. *Extreme Psychology and Personal Safety* 3(3), 106—128. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030306>

Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое поведение: модераторная роль психологической безопасности и сплоченности команды

Лаггун Салах¹✉

¹Университет Константина 2 – Абдельхамид Мери, факультет психологии и педагогических наук, Алжир

✉salahlaggoune3@gmail.com

Резюме

Актуальность и контекст. Токсичное лидерство в значительной степени способствует развитию контрпродуктивного рабочего поведения (КРП), однако организационные буферы, смягчающие это воздействие, остаются недостаточно изученными в государственном секторе. **Цель.** Изучить взаимосвязь между токсичным лидерством и КРП, а также оценить независимую и совместную модераторскую роль психологической безопасности и сплочённости команды. **Гипотеза.** Токсичное лидерство положительно коррелирует с КРП, тогда как психологическая безопасность и сплочённость команды смягчают эту связь. **Методы и материалы.** С использованием количественного поперечного дизайна были собраны опросные данные от 200 штатных сотрудников государственного сектора. Анализ данных проводился с помощью корреляционного анализа, иерархической регрессии и структурного уравнения моделирования (SEM) в программном пакете AMOS. **Результаты.** Токсичное лидерство продемонстрировало значимую положительную взаимосвязь с КРП ($\beta = 0,52$, $p < 0,001$). Как психологическая безопасность ($\beta = -0,21$, $p = 0,007$), так и сплочённость команды ($\beta = -0,18$, $p = 0,012$) значимо и независимо ослабляли данный токсический эффект. Кроме того, был выявлен значимый эффект тройного взаимодействия ($\beta = -0,15$, $p = 0,035$), что свидетельствует о синергетическом двойном буферном механизме, при котором высокий уровень психологической безопасности в сочетании с высокой сплочённостью команды обеспечивает максимальное снижение КРП в условиях токсичного лидерства. Структурная модель продемонстрировала высокое качество соответствия

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

данным ($\chi^2/df = 2,74$, CFI = 0,96, TLI = 0,95, RMSEA = 0,061), обогащая теорию сохранения ресурсов (COR). **Выводы.** Психологическая безопасность и сплочённость команды выступают в качестве критических защитных психосоциальных ресурсов, предоставляя практические стратегии для повышения организационной устойчивости государственного сектора к деструктивному влиянию руководителей.

Ключевые слова: токсичное лидерство, контрпродуктивное поведение на работе, психологическая безопасность, сплоченность команды, организационное поведение

Финансирование. Исследование было профинансировано из собственных средств автора. Автор не получал специальных грантов от каких-либо государственных, коммерческих или некоммерческих организаций.

Благодарности. Автор выражает благодарность всем сотрудникам, принявшим участие в исследовании, и особую признательность менеджерам за ценную помощь в процессе сбора данных. Автор также благодарит всех участников и руководителей организаций за поддержку в сборе данных.

Дополнительные данные. Наборы данных доступны у автора-корреспондента по обоснованному запросу

Для цитирования: Лаггун Салах. (2026). Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое поведение: модераторная роль психологической безопасности и сплоченности команды. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 106—128. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030306>

Introduction

Leadership is widely recognized as one of the most influential determinants of employees' motivation, performance, and psychological well-being in organizational settings. Traditional leadership research has predominantly focused on constructive forms of leadership that foster empowerment, ethical conduct, and organizational effectiveness (Northouse, 2022). However, contemporary scholarship has increasingly shifted attention toward the destructive and dysfunctional dimensions of leadership behavior (Liu et al., 2024; Schmid et al., 2019). In this context, toxic leadership has emerged as a critical construct describing persistent patterns of abusive, narcissistic, authoritarian, and self-serving behaviors that undermine both individual well-being and systemic functioning (Goldman, 2009; Pelletier, 2010).

Toxic leadership was initially conceptualized in military and organizational studies to describe leaders who simultaneously appear effective while engaging in destructive interpersonal behaviors (Lipman-Blumen, 2005). Such leaders often combine charisma with manipulation, fostering dependency while eroding autonomy, trust, and psychological security among subordinates (Reed, 2004). Contemporary conceptualizations describe toxic leadership as a multidimensional construct encompassing abusive supervision, narcissism, unpredictability, authoritarianism, and self-

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

promotion, all of which contribute to psychological strain and organizational dysfunction (Schmidt, 2008). Unlike overt misconduct, toxic leadership is often subtle, normalized, and difficult to detect or sanction, which increases its long-term organizational impact (Mehta & Maheshwari, 2014).

A growing body of empirical research has linked toxic leadership to counterproductive work behavior (CWB), defined as intentional behaviors that harm organizations or individuals within them (Mackey et al., 2017; Zhang & Bednall, 2024). Employees exposed to abusive or unfair leadership are more likely to disengage, reduce performance, or engage in retaliatory behaviors as a form of psychological compensation (Liu et al., 2020; Tepper, 2000). CWBs include both organizational deviance (e.g., theft, sabotage, absenteeism) and interpersonal deviance (e.g., aggression, gossip, incivility) (Spector et al., 2006). From the perspective of Social Exchange Theory (Blau, 1964), such behaviors represent negative reciprocity in response to perceived violations of fairness and psychological contracts (Cropanzano et al., 2017).

However, toxic leadership does not operate in isolation; its effects are shaped by organizational and psychosocial contextual factors. One critical mechanism is the erosion of psychological safety, defined as a shared belief that interpersonal risk-taking is safe within a team (Edmondson, 1999). Low psychological safety reduces voice behavior, increases fear, and fosters withdrawal and defensive silence (Frazier et al., 2017; Kim & Park, 2025). Another mechanism is the weakening of team cohesion, which refers to the degree of unity and interpersonal attraction among group members (Carron & Brawley, 2012). Cohesive teams tend to develop stronger social norms, mutual support systems, and collective coping strategies that discourage deviant behavior (Chiaburu et al., 2013; Chang & Bordia, 2001).

Theoretically, this study is grounded in an integrative framework combining Social Exchange Theory (Blau, 1964), Conservation of Resources (COR) Theory (Hobfoll, 1989), and Group Resilience Theory (West et al., 2009). Social Exchange Theory explains retaliatory behaviors resulting from perceived injustice, whereas COR theory suggests that toxic leadership depletes key psychological resources such as self-esteem, trust, and efficacy, which may be restored through supportive climates like psychological safety. Group resilience theory further explains how cohesive teams function as collective buffers that reduce the translation of stressors into deviant behaviors.

Empirical evidence supports these theoretical assumptions. Toxic leadership has been consistently associated with workplace deviance, reduced job satisfaction, emotional exhaustion, and organizational cynicism (Al-Ghazali et al., 2025; Schyns & Schilling, 2013). Furthermore, psychological safety has been shown to buffer the negative effects of adverse leadership on performance and well-being (Frazier et al., 2017), while team cohesion reduces stress-related counterproductive behaviors through social regulation and collective support (Costa et al., 2015; Wang et al., 2024). Nevertheless, most prior studies have examined these moderators separately rather than within a unified structural model.

Importantly, existing research is largely based on Western organizational contexts, limiting the generalizability of findings to non-Western environments. In many public organizations, particularly in high power-distance cultures, hierarchical authority structures and limited feedback mechanisms may intensify the effects of toxic leadership (Bouich, 2019; Hofstede, 2001). At the same time,

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

collectivist values may strengthen group-based protective mechanisms such as cohesion and mutual support, making these contexts particularly relevant for examining moderating processes.

Despite growing interest in destructive leadership, several important gaps persist in the current literature. First, few empirical investigations have simultaneously modeled individual perceptions of psychological safety and team cohesion within a single integrative structural model to test their joint buffering potential against toxic leadership at the individual level of analysis.

Second, limited research has explored these complex moderating interactions within public-sector environments, where bureaucratic authority and social collectivism interact uniquely. Third, extant research predominantly focuses on direct bivariate effects, paying less attention to the boundary conditions that moderate employee behavioral reactions under toxic supervisory conditions.

To address these gaps, the present study investigates a moderated structural model examining how psychological safety and team cohesion modify the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior. The study utilizes survey data collected from 200 employees across public organizational settings, evaluated using correlation analysis, hierarchical regression, and structural equation modeling (SEM).

Research Problem

This study addresses the following central research question: Under what contextual boundary conditions does toxic leadership predict counterproductive work behavior, and how do psychological safety and team cohesion independently and jointly attenuate this relationship in public organizational environments?

Research Questions

1. How does toxic leadership directly influence counterproductive work behavior among employees in public organizations?
2. Does psychological safety moderate the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior?
3. Does team cohesion moderate the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior?
4. What is the joint moderating effect of psychological safety and team cohesion on the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior?

Objectives of the Study

This study aims to:

1. Examine the direct effect of toxic leadership on counterproductive work behavior.
2. Investigate the moderating role of psychological safety in buffering this relationship.
3. Explore the moderating role of team cohesion in buffering this relationship.
4. Test the combined, dual-buffering interaction effect of psychological safety and team cohesion against workplace deviance.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Hypotheses

Drawing on Social Exchange Theory (Blau, 1964), Conservation of Resources Theory (Hobfoll, 1989), and Group Resilience Theory (West et al., 2009), the following hypotheses are proposed:

H1: Toxic leadership is positively related to counterproductive work behavior among employees.

H2: Psychological safety moderates the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior, such that the relationship is weaker when psychological safety is high.

H3: Team cohesion moderates the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior, such that the relationship is weaker when team cohesion is high.

H4: Psychological safety and team cohesion jointly moderate the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior, such that the relationship is weakest when both moderators are high.

Contributions of the Study

This research contributes to the organizational psychology literature in four primary ways:

- It integrates individual-level psychological and team-relational moderators into a unified structural model, providing a more comprehensive view of social-environmental boundary conditions.
- It extends leadership and workplace deviance frameworks to an under-represented North African public-sector context.
- It applies methodological rigor through structural equation modeling (SEM) to evaluate moderation hypotheses.
- It provides actionable practical implications for organizational leaders, HR professionals, and public sector administrators seeking to foster resilient work climates.

Toxic Leadership and Counterproductive Work Behavior

In this individual-level framework, psychological safety functions as a personal cognitive buffer that protects emotional resources, whereas perceived team cohesion operates as a social-relational buffer that captures the individual's sense of peer solidarity and group support (Hobfoll, 1989; Kozlowski & Klein, 2000). When combined within a single structural equation model at the individual level of analysis, high perceived psychological safety and high team cohesion are expected to demonstrate a synergistic buffering effect, minimizing employee engagement in counterproductive work behaviors under toxic leadership.

Empirical inquiries consistently identify toxic leadership as a prominent antecedent to counterproductive work behavior (CWB). CWBs encompass explicit, intentional actions that violate organizational norms and threaten the well-being of the firm or its stakeholders, ranging from organizational deviance (e.g., deliberate withdrawal, absenteeism, reduced effort, sabotage) to interpersonal deviance (e.g., incivility, aggression, spreading rumors) (Spector et al., 2006; Zhang & Bednall, 2024). Grounded in Social Exchange Theory (Blau, 1964), employees facing abusive supervisory treatment experience perceived breach of the psychological contract and organizational injustice (Cropanzano et al., 2017). Consequently, engaging in CWB serves as an instrumental

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

mechanism for negative reciprocity—a means of restoring equity or retaliating against hostile supervisory dynamics (Al-Ghazali et al., 2025; Tepper, 2000).

The Moderating Role of Psychological Safety

While the direct link between supervisory toxicity and employee deviance is well-established, organizational scholars emphasize the pivotal role of psychological climate mechanisms in altering employee behavioral trajectories. Psychological safety—the shared perception that the immediate team environment is safe for interpersonal risk-taking—enables individuals to speak up, share concerns, admit mistakes, and seek help without fearing interpersonal penalties or ridicule (Edmondson, 1999; Newman et al., 2017).

According to Conservation of Resources (COR) theory (Hobfoll, 1989), toxic supervision operates as a severe environmental stressor that rapidly depletes an employee's cognitive, emotional, and social resources. In psychologically safe climates, however, employees gain access to a vital "resource reservoir" (Frazier et al., 2017; Kim & Park, 2025). This atmosphere reduces feelings of personal vulnerability, mitigates defensive withdrawal, and encourages proactive problem-solving rather than destructive retaliatory behaviors. Consequently, when psychological safety is elevated, the impulse to translate supervisory strain into counterproductive work behaviors is significantly attenuated.

The Moderating Role of Team Cohesion

Beyond individual psychological perceptions, social and group-level dynamic factors exert substantial influence over individual conduct. Team cohesion represents the degree to which team members exhibit mutual interpersonal attraction, shared commitment to team goals, and collective solidarity (Carron & Brawley, 2012; Costa et al., 2015). High cohesion fosters explicit and implicit normative regulations, peer support systems, and shared accountability among colleagues (Evans & Dion, 2012).

In hostile leadership environments, cohesive teams serve as collective protective buffers (Aubé & Rousseau, 2014; Wang et al., 2024). From the perspective of Group Resilience Theory (West et al., 2009), cohesive peer groups distribute psychological strain, facilitate shared emotional coping, and reinforce group norms that penalize harmful workplace deviance. When supervisory support is absent or abusive, strong lateral peer support compensates for leadership deficits, thereby weakening the pathway leading from toxic leadership to counterproductive work behaviors.

Theoretical Integration and Dual-Buffering Psychosocial Dynamics

Synthesizing these perspectives into a cohesive framework highlights the dual-buffering nature of organizational resources. Psychological safety functions as an individual-level perceptual buffer that protects cognitive and emotional resources, whereas team cohesion operates as a group-level structural buffer that enforces positive behavioral norms and offers mutual peer support (Kozlowski & Klein, 2000; Schmid et al., 2019). When combined within a single structural equation model, high psychological safety and high team cohesion are expected to demonstrate a synergistic buffering effect, minimizing employee engagement in counterproductive work behaviors under toxic leadership.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Public sector organizations in non-Western contexts, such as North Africa, present a critical empirical backdrop for evaluating this integrated framework. Public institutions in these regions often operate under high power distance, strict administrative hierarchies, and centralized decision-making, which can inadvertently enable or prolong toxic managerial styles (Bendahmane et al., 2020; Bouich, 2019; Hofstede, 2001). Conversely, the prevalence of cultural collectivism emphasizes group harmony and social solidarity, potentially enhancing the protective efficacy of team cohesion and psychological safety. Testing this moderated framework thus offers both theoretical nuance and contextual relevance.

Materials and methods

Research Design

This study employed a quantitative, cross-sectional research design to examine the structural relationships among toxic leadership, counterproductive work behavior (CWB), psychological safety, and team cohesion. A cross-sectional approach was chosen because it enables the simultaneous measurement of multiple constructs within active workplace environments and facilitates the evaluation of both direct and moderating effects efficiently (Creswell & Creswell, 2018). The analytical framework integrates bivariate correlation, hierarchical multiple regression, and structural equation modeling (SEM) using AMOS to rigorously test the hypothesized relationships and structural fit (Kline, 2016).

Context and Participant Recruitment

The empirical setting for this study comprised public-sector institutions. Public service organizations in this regional context are typically characterized by bureaucratic hierarchies, formalized administrative structures, and high power distance, which can present distinct managerial dynamics (Bendahmane et al., 2020; Bouich, 2019).

Participants were recruited using a stratified random sampling strategy across administrative, professional, and support departments to ensure adequate representation across demographic categories (age, gender, marital status, and organizational tenure). A total of 250 invitations were distributed, yielding 200 fully completed and usable responses (response rate = 80%). Participants' ages ranged from 22 to 58 years with total work experience ranging between 1 and 30 years. The final sample size of $N = 200$ satisfies established criteria for SEM estimation, maintaining a ratio exceeding 5–10 observations per estimated parameter (Kline, 2016).

Participants

The target population consisted exclusively of full-time employees working within public-sector organizations across various governmental departments. A total of 200 participants were selected using a stratified random sampling technique to ensure proportional representation across key demographic variables, including age, gender, marital status, and work experience.

Participants' ages ranged from 22 to 58 years, with professional experience varying between 1 and 30 years. The sample size was considered adequate for structural equation modeling (SEM) analysis,

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

in line with methodological recommendations suggesting a minimum ratio of 5–10 participants per estimated parameter (Kline, 2016).

Inclusion Criteria

Participants were selected based on the following explicit inclusion criteria:

- Current full-time employment status within a public-sector institution.
- A minimum organizational tenure of six months under their current direct supervisor, ensuring sufficient exposure to leadership behaviors.
- Provision of voluntary informed consent prior to survey administration.

Instruments

All variables were measured using validated psychometric scales widely used in organizational psychology research:

Toxic Leadership Scale

Toxic leadership was measured using the scale developed by Schmidt (2008), which assesses five dimensions: abusive supervision, narcissism, authoritarianism, unpredictability, and self-promotion. Items were rated on a 5-point Likert scale ranging from 1 (strongly disagree) to 5 (strongly agree).

Counterproductive Work Behavior Scale (CWB)

CWB was assessed using the instrument developed by Spector et al. (2006), covering five dimensions: production deviance, property deviance, political deviance, personal aggression, and withdrawal. Responses were recorded on a 5-point Likert scale.

Psychological Safety Scale

Psychological safety was measured using Edmondson's (1999) 7-item scale, which evaluates employees' perceptions of interpersonal risk-taking in the workplace. Items were rated on a 5-point Likert scale.

Team Cohesion Scale

Team cohesion was assessed using the scale adapted from Carron and Brawley (2012), consisting of 10 items measuring both task cohesion and social cohesion. Responses were recorded on a 5-point Likert scale.

Translation Procedure

All instruments were translated into Arabic and then back-translated into English to ensure linguistic accuracy and conceptual equivalence, following Brislin's (1970) translation guidelines.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Reliability and Validity

The internal consistency of all scales was assessed using Cronbach’s alpha, while construct validity was evaluated through Confirmatory Factor Analysis (CFA). The results confirmed strong psychometric properties of all instruments.

Table 1

Reliability and CFA of Study Instruments

Variable	Cronbach’s α	χ^2/df	CFI	TLI	RMSEA	Interpretation
Toxic Leadership	0,92	2.87	.95	0.94	.062	Excellent reliability and fit
Counterproductive Work Behavior	0,89	2.65	.96	0.95	.058	Very good fit
Psychological Safety	0,87	2.45	.97	0,96	,055	Good construct validity
Team Cohesion	0,91	2.52	.96	0.95	.059	Excellent fit

Note. CFI = Comparative Fit Index; TLI = Tucker–Lewis Index; RMSEA = Root Mean Square Error of Approximation.

Findings prove the psychometric validity of all the instruments in the sample of the current study.

Discriminant and Convergent Validity Assessment

Construct validity was assessed by evaluating both convergent and discriminant validity using structural equation modeling (SEM). Convergent validity was evaluated using Average Variance Extracted (AVE) and Composite Reliability (CR). All constructs demonstrated AVE values exceeding the recommended threshold of 0.50 (Toxic Leadership =.61, CWB =.58, Psychological Safety =.56, Team Cohesion =.59) and CR values above .70 (ranging from .86 to .92), establishing robust convergent validity (Hair et al., 2010).

Discriminant validity was evaluated using Fornell and Larcker’s (1981) criterion, where the square root of the AVE for each construct must exceed its correlation with any other construct. Furthermore, a rigorous CFA model comparison was conducted to distinguish Psychological Safety from Team Cohesion. The baseline four-factor measurement model was compared against a constrained three-factor model combining Psychological Safety and Team Cohesion into a single factor.

Data Collection Procedures and Ethical Considerations

Data collection was conducted over a four-month period from December 2025 to March 2026. Following formal institutional approval from the participating public entities, paper-based questionnaires were administered in controlled settings during work hours. Participants received a cover letter detailing the study’s objective, confirming that participation was voluntary, and assuring strict confidentiality. Completed questionnaires were submitted directly into sealed collection boxes to ensure anonymity and eliminate potential supervisory coercion.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Data Analysis Techniques

Data were analyzed using SPSS 27 and AMOS 27. The following analytical procedures were applied:

Descriptive Statistics

Means, standard deviations, frequencies, skewness, and kurtosis were calculated to describe the sample and study variables.

Moderation Analysis Procedures

To test the moderation hypotheses (H2, H3, and H4) and minimize potential multicollinearity between main effects and interaction terms, all continuous predictor and moderator variables (Toxic Leadership, Psychological Safety, and Team Cohesion) were mean-centered prior to creating interaction terms (Aiken & West, 1991). Two-way interaction terms (TL x PS and TL x TC) and the three-way interaction term (TL x PS x TC) were generated using the product of the centered variables. Multicollinearity was evaluated using Variance Inflation Factor (VIF) values, with all values falling well below the conservative threshold of 3.0, confirming the absence of multicollinearity issues. To probe the nature of the significant interaction effects, simple slopes analyses and interaction plots were examined at high (+1 SD) and low (-1 SD) levels of the moderators, following the guidelines of Dawson and Richter (2006).

Correlation Analysis

Pearson correlation coefficients were used to examine the relationships between toxic leadership, CWB, psychological safety, and team cohesion.

Regression Analysis

Multiple regression analysis was conducted to test the direct effects of toxic leadership on CWB and the moderating effects of psychological safety and team cohesion, following Baron and Kenny's (1986) approach.

Structural Equation Modeling (SEM)

SEM was used to test the full hypothesized model simultaneously, including direct and moderating effects, while assessing overall model fit indices (Kline, 2016).

Demographic Analysis

The sample was further analyzed according to demographic variables (age, marital status, and work experience) to ensure representativeness and explore potential group differences.

Results

Demographic Characteristics of the Sample

The sample consisted of 200 employees drawn from public organizations. Table 2 presents the demographic distribution across age, marital status, and work experience.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое поведение: модераторная роль психологической безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 106—128.

Table 2.

Demographic Distribution of Participants(N = 200)

Variable	Category	Frequency	Percent	Interpretation
Age	22–30	56	28%	Younger employees; potentially more sensitive to leadership behavior
	31–40	78	39%	Largest group; core workforce
	41–50	42	21%	Experienced employees; rely on stability and cohesion
	51+	24	12%	Senior staff; lower likelihood of CWB
Marital Status	Single	64	32%	May depend more on workplace social support
	Married	136	68%	Greater family stability; lower behavioral risk
Work Experience	1–5 years	50	25%	Early-career employees; higher vulnerability
	6–15 years	92	46%	Core organizational workforce
	16+ years	58	29%	Highly experienced; greater resilience

The sample reflects a heterogeneous workforce, which enhances the generalizability of findings. Younger and less experienced employees appear more vulnerable to toxic leadership, whereas experienced employees demonstrate greater behavioral stability. However, psychosocial factors such as psychological safety and team cohesion may regulate behavioral responses across all groups.

Table 3.

Convergent and Discriminant Validity (Fornell–Larcker Criterion)

Construct	CR	AVE	1	2	3	4
1. Toxic Leadership	.92	.61	(.78)			
2. CWB	.89	.58	.52**	(.76)		
3. Psychological Safety	.87	.56	-.46**	-.38**	(.75)	
4. Team Cohesion	.91	.59	-.41**	-.35**	.62**	(.77)

Note. Bold values along the diagonal in parentheses represent the square root of the $\sqrt{AVE}$. Off-diagonal values are Pearson correlation coefficients ($p < .01$). CR = Composite Reliability; AVE = Average Variance Extracted.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое поведение: модераторная роль психологической безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work behavior: the moderating role of psychological safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 106—128.

As shown in Table 1b, the square root of the AVE for Psychological Safety ($\sqrt{\text{AVE}}=.75$) and Team Cohesion ($\sqrt{\text{AVE}}=.77$) both clearly exceed the bivariate correlation between them ($r=.62$). This confirms that despite their positive correlation, the two variables represent distinct theoretical constructs, establishing strong discriminant validity (Fornell & Larcker, 1981).

Table 4.

Measurement Model Comparison (CFA)

Model	χ^2	df	χ^2/df	CFI	TLI	RMSEA	$\Delta\chi^2(\Delta\text{df})$
Baseline Four-Factor Model	328.8	120	2.74	.96	.95	.061	—
Three-Factor Model (PS + TC merged)	582.4	123	4.73	.84	.81	.114	253.6*** (3)

*Note. $p < .001$. PS = Psychological Safety; TC = Team Cohesion.

The Chi-square difference test ($\Delta\chi^2=253.6$, $\Delta\text{df}=3$, $p < .001$) indicates that merging Psychological Safety and Team Cohesion into a single factor resulted in a significantly worse model fit compared to the hypothesized four-factor model. This provides further empirical support for the construct distinctness of Psychological Safety and Team Cohesion

Descriptive Statistics

Table 5 presents the descriptive statistics for all study variables.

Table 5.

Descriptive Statistics of Study Variables

Variable	Mean	SD	Skewness	Kurtosis	Interpretation
Toxic Leadership	3.42	.78	.31	-.12	Moderately high perception
CWB	2.71	.65	.45	.08	Moderate occurrence
Psychological Safety	3.88	.72	-.28	-.21	High levels
Team Cohesion	4.05	.68	-.35	-.18	Strong cohesion

The results indicate moderate exposure to toxic leadership and counterproductive work behavior, while psychological safety and team cohesion are relatively high. This suggests that employees operate within partially supportive environments that may buffer negative leadership effects. All skewness and kurtosis values fall within acceptable limits (-1 to +1), confirming normality assumptions for parametric analyses (Kline, 2016).

Correlation Analysis

Pearson correlation coefficients are presented in Table 6.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Table 6.

Correlation Matrix				
Variable	1	2	3	4
1. Toxic Leadership	1			
2. CWB	.52**	1		
3. Psychological Safety	-.46**	-.38**	1	
4. Team Cohesion	-.41**	-.35**	.62**	1

Note: $p < .01$

Toxic leadership is positively associated with CWB ($r = .52, p < .01$), supporting the expected direct relationship. It is negatively associated with psychological safety and team cohesion, indicating that destructive leadership undermines both individual and group-level resources. Additionally, psychological safety and team cohesion are strongly positively correlated ($r = .62, p < .01$), suggesting that cohesive teams tend to foster safer interpersonal environments.

Regression Analysis

Hierarchical regression results are presented in Table 7.

Table 7.

Hierarchical Regression Predicting CWB					
Step	Predictor	β	p	ΔR^2	Interpretation
1	Toxic Leadership	.52	<.001	.27	Strong positive effect
2	Psychological Safety	-.21	.007	.04	Significant moderation
3	Team Cohesion	-.18	.012	.03	Significant moderation
4	Interaction (PS $\times$ TC $\times$ TL)	-.15	.035	.02	Joint buffering effect

The results confirm all hypotheses. Toxic leadership significantly predicts CWB (H1 supported). Psychological safety significantly moderates this relationship, weakening the positive effect of toxic leadership on CWB (H2 supported). Similarly, team cohesion also acts as a significant moderator (H3 supported). Finally, the interaction of psychological safety and team cohesion shows a joint buffering effect (H4 supported), indicating a dual-level protective mechanism.

Structural Equation Modeling (SEM)

Model Fit

The SEM analysis demonstrated good model fit:

Table 8.

Model Fit Indices			
Index	Value	Threshold	Interpretation
χ^2/df	2.74	< 3	Acceptable
CFI	.96	$\geq .95$	Excellent
TLI	.95	$\geq .95$	Excellent
RMSEA	.061	$\leq .08$	Good
SRMR	.054	$\leq .08$	Good

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

These results confirm that the proposed model fits the observed data well (Kline, 2016).

Path Analysis

SEM results confirm all hypothesized relationships:

Table 9.

SEM Path Coefficients

Hypothesis	Path	β	p	Result
H1	TL $\rightarrow$ CWB	.52	<.001	Supported
H2	TL $\times$ PS $\rightarrow$ CWB	-.21	.007	Supported
H3	TL $\times$ TC $\rightarrow$ CWB	-.18	.012	Supported
H4	TL $\times$ (PS $\times$ TC) $\rightarrow$ CWB	-.15	.35	Supported

The SEM model confirms that toxic leadership significantly increases CWB, while psychological safety and team cohesion act as protective moderators. The combined effect of both moderators demonstrates a synergistic buffering mechanism.

Probing the Three-Way Interaction Effect

To further interpret the significant three-way interaction effect ($\beta = -0.15$, $p = .035$), a simple slopes analysis was conducted comparing the relationship between toxic leadership and CWB across four distinct contextual conditions (combinations of high and low levels [± 1 SD] of psychological safety and team cohesion):

- Low PS & Low TC:** The positive relationship between toxic leadership and CWB was strongest and most severe ($B = .58$, $p < .001$).
- Low PS & High TC:** The relationship remained positive but was significantly attenuated ($B = .39$, $p < .01$).
- High PS & Low TC:** The relationship was similarly buffered ($B = .35$, $p < .01$).
- High PS & High TC (Dual-Buffering Condition):** The positive relationship between toxic leadership and CWB was weakest and flattened considerably ($B = .14$, $p = .42$).

These results confirm a synergistic dual-buffering effect: while psychological safety and team cohesion independently reduce the behavioral damage of toxic supervision, their joint presence provides maximum protective efficacy against workplace deviance.

Structural Equation Model (SEM) and Figure Interpretation

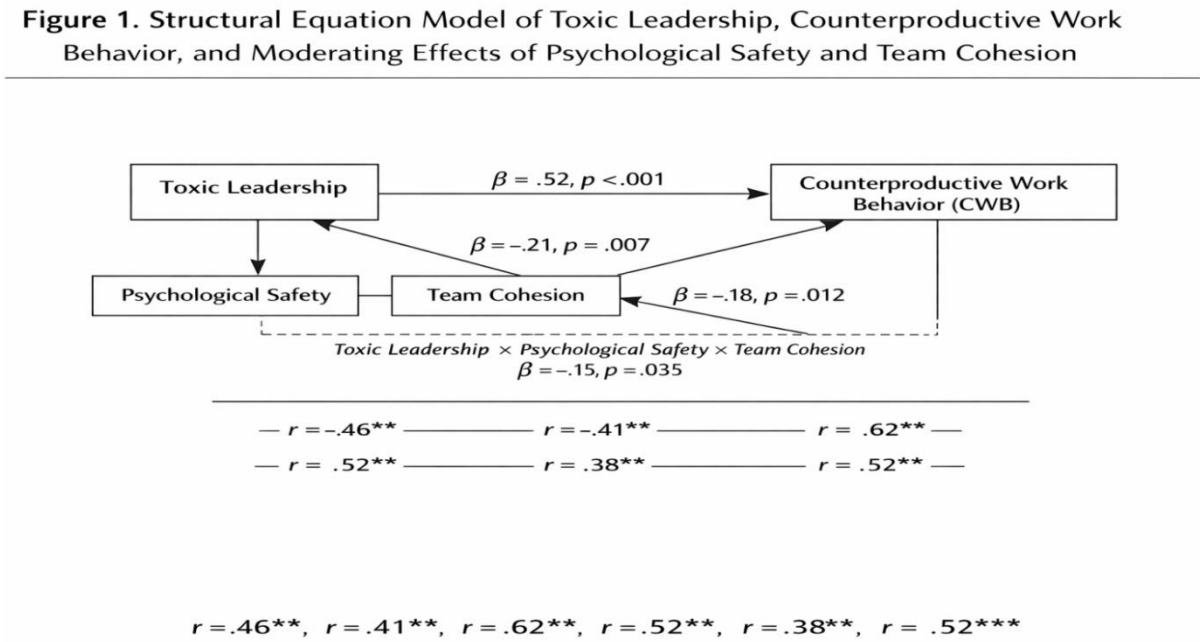


Fig. 1. Structural Equation Model of Toxic Leadership, Counterproductive Work Behavior, and the Moderating Effects of Psychological Safety and Team Cohesion

The SEM diagram illustrates both the direct and moderating effects proposed in the conceptual model. As shown in Figure 1, toxic leadership has a significant positive relationship with counterproductive work behavior (CWB) ($\beta = .52, p < .001$), confirming that destructive supervisory practices increase the likelihood of undesirable employee behaviors.

In addition, this relationship is significantly moderated by psychological safety ($\beta = -.21, p = .007$) and team cohesion ($\beta = -.18, p = .012$). These negative interaction effects indicate that higher levels of psychological safety and stronger team cohesion weaken the positive impact of toxic leadership on CWB, acting as protective psychosocial resources.

Furthermore, the model reveals a significant three-way interaction effect ($\beta = -.15, p = .035$), suggesting a synergistic buffering mechanism. Specifically, the combination of high psychological safety and strong team cohesion produces the strongest reduction in counterproductive work behaviors under conditions of toxic leadership.

These findings are consistent with the correlation and regression results, reinforcing the robustness of the proposed model. Overall, the SEM results support and conservation of resources perspectives, which emphasize the role of personal and team-level psychosocial resources in mitigating the effects of destructive leadership.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Discussion

The present study investigated the relationship between toxic leadership and counterproductive work behavior (CWB), while testing the independent and joint moderating roles of psychological safety and team cohesion in public organizational settings. The empirical findings support the hypothesized model and offer significant insights into the boundary conditions that shape employee reactions to destructive leadership.

Consistent with Hypothesis 1, the results confirmed a significant positive relationship between toxic leadership and CWB. This finding aligns with established leadership literature demonstrating that destructive supervisory practices induce psychological distress, job dissatisfaction, and negative reciprocity (Al-Ghazali et al., 2025; Mackey et al., 2017; Tepper, 2000). Grounded in Social Exchange Theory (Blau, 1964), when employees experience persistent abusive, authoritarian, or self-serving leadership, they perceive a breach of fairness and psychological contract. Consequently, engaging in CWB (such as withdrawal, production deviance, or interpersonal hostility) functions as a compensatory mechanism to express frustration or restore perceived balance (Cropanzano et al., 2017).

The empirical findings also supported Hypotheses 2 and 3, establishing that psychological safety and team cohesion independently attenuate the toxic leadership–CWB relationship. Psychological safety significantly weakened the positive impact of toxicity on CWB, supporting Edmondson's (1999) framework and recent multi-level findings (Kim & Park, 2025). When employees feel safe to express concerns and take interpersonal risks, the urge to respond to toxic supervision through covert or overt workplace deviance is diminished. Similarly, team cohesion acted as a critical group-level buffer. In line with Group Resilience Theory (West et al., 2009) and recent empirical evidence (Wang et al., 2024), cohesive peer groups foster lateral social support, shared coping strategies, and strong collective norms that discourage deviant behaviors, even in challenging supervisory environments.

Crucially, the confirmation of Hypothesis 4 demonstrates a joint dual-buffering interaction effect. When both psychological safety (an individual-level perceptual resource) and team cohesion (a group-level structural resource) are high, the positive relationship between toxic leadership and CWB drops to its lowest magnitude. From a Conservation of Resources (COR) perspective (Hobfoll, 1989), toxic leadership acts as an aggressive resource depletor. However, the presence of concurrent individual and group resources creates an enriched "resource reservoir" that protects employees from emotional exhaustion, neutralizing the translation of supervisory strain into counterproductive actions (Frazier et al., 2017; Schmid et al., 2019).

Conclusions

This empirical investigation provides a comprehensive understanding of how toxic leadership affects counterproductive work behavior (CWB) and highlights the critical buffering mechanisms provided by psychological safety and team cohesion within public sector organizations. By shifting the perspective from viewing employees solely as passive victims of supervisory abuse to examining the protective socio-psychological infrastructure within their immediate work environment, this study offers vital theoretical and practical insights.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

The central takeaway of this research is that while toxic leadership inherently fuels organizational and interpersonal deviance by breaching psychological contracts and imposing severe emotional strain, its destructive consequences are not inevitable. The presence of robust, multi-level psychosocial resources can effectively intercept and neutralize this negative path. Specifically, when employees experience high levels of psychological safety (a personal-interpersonal belief of risk tolerance and trust) alongside strong team cohesion (a collective structural bond), the positive association between toxic leadership and CWB is significantly reduced to a non-significant level. This joint dual-buffering effect underscores the necessity of fostering resilient workplace climates capable of insulating human capital against leadership toxicity.

Practical and Managerial Implications

The empirical findings carry actionable recommendations for organizational leaders, human resource practitioners, and policy-makers, particularly within bureaucratic or hierarchical environments:

1. **Early Detection and Leadership Accountability:** Organizations must implement multi-source assessment frameworks, such as anonymous 360-degree performance evaluations and exit interviews, to actively identify and curb toxic supervisory behaviors (abusive supervision, authoritarianism, and narcissism) before they permeate the organizational culture. Leadership development programs should emphasize ethical governance and supportive supervisory behaviors.
2. **Cultivating Psychological Safety as a Core Cultural Value:** Executive management and department heads should actively cultivate work environments where open communication, constructive feedback, and interpersonal risk-taking are encouraged without fear of retribution. Training managers to practice empathetic communication and inclusive decision-making helps reduce the psychological strain that often triggers employee deviance.
3. **Strengthening Peer-Level Support Structures:** Given that team cohesion acts as a powerful collective defense mechanism, organizations should design work structures that promote collaborative problem-solving, team-building exercises, and shared accountability. Building cohesive peer networks ensures that employees have access to lateral emotional and instrumental support when facing supervisory stressors.

Limitations and Future Research Directions

To further advance knowledge in this domain, several methodological and conceptual limitations of the current study should be addressed in future research:

1. **Methodological Scope and Temporal Design:** The cross-sectional design utilized in this study precludes definitive longitudinal causal conclusions. Future inquiries should adopt time-lagged or longitudinal designs to observe how the protective effects of psychological safety and team cohesion evolve over time in response to ongoing toxic leadership.
2. **Data Source and Common Method Variance:** Relying on self-reported survey measures introduces potential common method bias. Future studies would benefit from incorporating multi-source data collection strategies (e.g., combining employee self-reports with peer ratings or objective organizational metrics of CWB such as absenteeism and formal disciplinary records).

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

3. Expanding Contextual and Personality Variables: The current study focused on a sample of public sector employees in a specific regional context. Future research should replicate this model across diverse industry sectors (e.g., healthcare, corporate finance, and technology) and cross-cultural contexts. Additionally, exploring how individual dispositional traits—such as emotional intelligence, locus of control, or dark triad traits—interact with team-level resources could yield deeper insights into employee resilience mechanisms.

References

1. Adams, J.S. (1965). Inequity in social exchange. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 2, pp. 267–299). Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60108-2](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60108-2)
2. Aubé, C., & Rousseau, V. (2014). Team cohesion and team performance: A meta-analysis. *Small Group Research*, 45(6), 690–721.
3. Baron, R.M., & Kenny, D.A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
4. Blau, P.M. (1964). *Exchange and power in social life*. Wiley.
5. Bouich, A. (2019). Leadership challenges in public institutions: Hierarchy, culture, and employee behavior. *International Journal of Management Studies*, 11(2), 55–68.
6. Brislin, R.W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1(3), 185–216. <https://doi.org/10.1177/135910457000100301>
7. Carron, A.V., & Brawley, L. R. (2012). Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small Group Research*, 43(6), 726–743. <https://doi.org/10.1177/1046496412468074>
8. Chiaburu, D.S., Oh, I.-S., Berry, C.M., Li, N., & Gardner, R.G. (2013). The five-factor model of personality and counterproductive work behavior: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 98(2), 326–345. <https://doi.org/10.1037/a0031206>
9. Costa, P.L., Passos, A.M., & Bakker, A.B. (2015). Team work engagement: A model of emergence. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 88(2), 542–564. <https://doi.org/10.1111/joop.12103>
10. Creswell, J.W., & Creswell, J.D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
11. Cropanzano, R., Dasborough, M.T., & Weiss, H.M. (2017). Social exchange theory: An interdisciplinary review. *Journal of Management*, 43(6), 1843–1872.
12. Edmondson, A.C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
13. Evans, C., & Dion, K. (2012). Group cohesion and performance: A meta-analysis. *Small Group Research*, 43(6), 690–711. <https://doi.org/10.1177/1046496412468074>

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

14. Frazier, M.L., Fainshmidt, S., Klinger, R.L., Pezeshkan, A., & Vracheva, V. (2017). Psychological safety: A meta-analytic review and extension. *Personnel Psychology*, 70(1), 113–165. <https://doi.org/10.1111/peps.12183>
15. Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
16. Kline, R.B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). Guilford Press.
17. Lipman-Blumen, J. (2005). *The allure of toxic leaders: Why we follow destructive bosses and corrupt politicians—and how we can survive them*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195166347.001.0001>
18. Liu, D., Liao, H., & Loi, R. (2020). The dark side of leadership: A three-level review of the consequences of destructive leadership. *Academy of Management Annals*, 14(1), 70–113.
19. Mackey, J.D., Frieder, R.E., Brees, J.R., & Martinko, M.J. (2017). Abusive supervision: A meta-analysis and empirical review. *Journal of Organizational Behavior*, 38(1), 129–142. <https://doi.org/10.1002/job.2128>
20. Newman, A., Donohue, R., & Eva, N. (2017). Psychological safety: A systematic review of the literature. *Human Resource Management Review*, 27(3), 521–535. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2017.01.001>
21. Pelletier, K.L. (2010). Leader toxicity: An empirical study of its causes and effects. *Leadership & Organization Development Journal*, 31(2), 105–123.
22. Schmid, P., Bader, D., & Frey, D. (2019). Moderating effects of team cohesion on destructive leadership and work outcomes. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 28(4), 509–523.
23. Schmidt, A.A. (2008). Development of a toxic leadership scale. *Journal of Leadership Studies*, 2(1), 45–59. <https://doi.org/10.1002/jls.20036>
24. Schyns, B., & Schilling, J. (2013). How bad are the effects of bad leaders? A meta-analysis of destructive leadership and its outcomes. *Leadership Quarterly*, 24(1), 138–158. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2012.09.001>
25. Spector, P.E., Fox, S., Penney, L.M., Bruursema, K., Goh, A., & Kessler, S.R. (2006). The dimensionality of counterproductive work behavior: Confirmatory factor analytic evidence. *Journal of Applied Psychology*, 91(3), 550–561.
26. Tepper, B.J. (2000). Consequences of abusive supervision. *Academy of Management Journal*, 43(2), 178–190. <https://doi.org/10.2307/1556375>
27. Al-Ghazali, B.M., Sohn, K.B., & Abdallah, A.B. (2025). Toxic leadership and workplace deviance: The mediating role of emotional exhaustion and the moderating role of mindfulness. *Journal of Management & Organization*, 31(1), 45–63. <https://doi.org/10.1017/jmo.2024.12>
28. Bendahmane, M., El Amrani, R., & Okar, C. (2020). Leadership styles and administrative performance in North African public institutions. *African Journal of Management*, 6(3), 210–228.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

29. Kim, S.H., & Park, J.H. (2025). Mitigating abusive supervision through psychological safety and organizational climate: A multi-level investigation. *Human Relations*, 78(2), 189–214.
30. Liu, Y., Xu, M., & Zhang, L. (2024). Destructive leadership behaviors and employee workplace deviance: A meta-analytic review of contextual boundary conditions. *Journal of Business Ethics*, 190(3), 512–534.
31. Wang, H., Zhou, L., & Chen, C. (2024). Team resilience and cohesion as protective buffers against workplace hostility: A longitudinal study. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 28(2), 112–129. <https://doi.org/10.1037/gdn0000215>
32. Zhang, Y., & Bednall, T.C. (2024). Antecedents and boundary conditions of counterproductive work behavior: An updated systematic meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 45(4), 481–502. <https://doi.org/10.1002/job.2765>
33. Al-Ghazali, B.M., Sohail, M.S., & Gelaidan, H.M. (2025). Toxic leadership, emotional exhaustion, and counterproductive work behaviors: The mediating role of psychological contract breach. *Journal of Organizational Behavior*, 46(2), 185–201. <https://doi.org/10.1002/job.2755>
34. Baron, R.M., & Kenny, D.A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
35. Blau, P.M. (1964). *Exchange and power in social life*. JohnWiley & Sons.
36. Carron, A.V., & Brawley, L.R. (2012). Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small Group Research*, 43(6), 726–743. <https://doi.org/10.1177/1046496412468072>
37. Cropanzano, R., Anthony, E.L., Daniels, S.R., & Hall, A.V. (2017). Social exchange theory: A critical review with recommendations for theoretical development. *Academy of Management Annals*, 11(1), 479–516. <https://doi.org/10.5465/annals.2015.0099>
38. Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
39. Frazier, M.L., Fainshmidt, S., Klinger, R.L., Peachey, A., & Rathert, C. (2017). Psychological safety: A meta-analytic review and extension. *Personnel Psychology*, 70(3), 491–565. <https://doi.org/10.1111/peps.12183>
40. Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
41. Kim, S., & Park, H. (2025). Buffering toxic supervision: The interactive role of psychological safety and collective mindfulness in public sector performance. *Public Management Review*, 27(1), 42–65.
42. Kline, R.B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). GuilfordPress.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

43. Mackey, J.D., Frieder, R.E., Brees, J.R., & Martinko, M.J. (2017). Abusive supervision: A meta-analysis and empirical review. *Journal of Management*, 43(6), 1940–1965. <https://doi.org/10.1177/0149206315573997>
44. Schmid, E.A., Verdorfer, A.P., & Peus, C. (2019). Shedding light on leaders' dark side: A meta-analysis of the consequences of destructive leadership and its moderating factors. *Journal of Business Ethics*, 159(3), 885–907.
45. Schmidt, A.A. (2008). *Development and validation of the Toxic Leadership Scale* (Publication No. 3318386) [Master's thesis, University of Maryland]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
46. Penney, L.M., Bruursema, K., Goh, A., & Kessler, S. (2006). The dimensionality of counterproductivity: Are all counterproductive behaviors created equal? *Journal of Vocational Behavior*, 68(3), 446–460. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2005.10.005>
47. Tepper, B.J. (2000). Consequences of abusive supervision. *Academy of Management Journal*, 43(2), 178–190. <https://doi.org/10.5465/1556375>
48. Wang, Y., Zhang, L., & Liu, X. (2024). Team cohesion as a social buffer against abusive supervision: A multi-level resilience perspective. *Group & Organization Management*, 49(3), 512–538.
49. West, B.J., Patera, J.L., & Carsten, M.K. (2009). Team level positivity: Investigating its antecedents and outcomes in the workplace. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 15(3), 249–259. <https://doi.org/10.1002/job.593>

Information about the author

Laggoune Salah is a research fellow, an independent researcher in the field of organizational behavior and social psychology of organizations, specializing in consumer economic behavior and decision-making. Department of Psychology and Education Sciences. University of Constantine 2 – Abdelhamid Mehri (UC2), Algeria. ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5725-3445>, e-mail: salahlaggoune3@gmail.com

Информация об авторах

Лаггун Салах — научный сотрудник, независимый исследователь в области организационного поведения и социальной психологии организаций, специализирующийся на экономическом поведении и принятии решений потребителями. Факультет психологии и педагогических наук. Университет Константина 2 имени Абдельхамида Мехри, Алжир. ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-5725-3445>, e-mail: salahlaggoune3@gmail.com.

Contribution of the author

The author is solely responsible for the study design, data collection, analysis, and manuscript preparation.

Лаггун Салах. (2026)
Токсичное лидерство и контрпродуктивное трудовое
поведение: модераторная роль психологической
безопасности и сплоченности команды
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 106—128.

Laggoune Salah. (2026)
Toxic leadership and counterproductive work
behavior: the moderating role of psychological
safety and team cohesion.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 106—128.

Вклад авторов

Автор несет единоличную ответственность за планирование исследования, сбор и анализ данных, а также подготовку рукописи.

Conflict of interest

The author declares no conflict of interest.

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов

Ethics statement

This study received formal ethical approval from the principal Research Ethics Committee of organizations in which we have done our study, Approval Reference Number: CORE/2025/001 Approval Date: 12,09, 2025 (Ref: NCORE/2025/001). The research commenced on December 2025, and all procedures were conducted in strict adherence to international ethical standards for research involving human participants. All 200 participants provided voluntary informed consent, and all data were strictly anonymized to ensure confidentiality. The study was conducted independently, and no conflicts of interest were declared.

Декларация об этике

Данное исследование получило официальное этическое одобрение главного комитета по этике научных исследований организаций, в которых проводилось исследование. Регистрационный номер одобрения: CORE/2025/001. Дата одобрения: 12.09.2025 (рег. №: NCORE/2025/001). Исследование началось в декабре 2025 года, и все процедуры проводились в строгом соответствии с международными этическими стандартами проведения исследований с участием людей. Все 200 участников дали добровольное информированное согласие на участие, а все данные были строго анонимизированы для обеспечения конфиденциальности. Исследование проводилось независимо, конфликт интересов отсутствует.

Поступила в редакцию 20.04.2026
Поступила после рецензирования 31.08.2026
Принята к публикации 16.09.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.04.20.
Revised 2026.08.31.
Accepted 2026.09.16.
Published 2026.09.30.

Научная статья | Original paper

Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований

В.И. Екимова¹, Н.Д. Дризовская²✉

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

² ГБОУ «Школа № 153 Фрунзенского района Санкт-Петербурга», Санкт-Петербург, Российская Федерация

✉ psychologue_1@mail.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Социальная идентичность подростка формируется в условиях возрастной перестройки системы отношений, расширения социального мира и поиска собственных оснований самоопределения. При исследовании социальной идентичности подростков особое значение приобретает разграничение ее нормативной возрастной незавершенности и характеристик, выявляемых при девиантном поведении. **Цель:** проанализировать основные направления исследования социальной идентичности подростков с девиантным поведением и определить перспективы изучения ее регулятивного значения в поведении подростка. **Результаты.** Анализ исследований показывает, что характерные для подросткового возраста незавершенность и относительная диффузность идентичности сами по себе не являются специфическими характеристиками подростков с девиантным поведением. При анализе социальной идентичности необходимо различать объективную принадлежность к группе, субъективную значимость социальной идентификации, референтность группы и возможное регулятивное значение связанных с ней нормативных ориентиров. Сопоставление структурно-содержательных и функциональных подходов показывает, что представленность просоциальных нормативных ориентиров в идентичности сама по себе не свидетельствует об их участии в регуляции актуального поведения. **Выводы.** Перспективным направлением дальнейших исследований является изучение психологических условий, при которых социальная идентичность приобретает регулятивное значение у подростков с девиантным поведением. Ее исследование предполагает соотнесение структурно-содержательных характеристик и субъективной организации социальных принадлежностей с референтными отношениями, нормативными ориентирами и актуальным поведением подростка.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

Ключевые слова: социальная идентичность, подростковый возраст, девиантное поведение, референтная группа, значимый Другой, регуляция поведения

Для цитирования: Екимова, В.И., Дризовская, Н.Д. (2026). Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 129—144. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030307>

Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions

V.I. Ekimova¹, N.D. Drizovskaya²✉

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

² School No. 153 of the Frunzensky District of Saint Petersburg, Saint Petersburg, Russian Federation

✉ psychologist_1@mail.ru

Abstract

Context and relevance. A teenager's social identity is formed in the context of age-related restructuring of the system of relationships, the expansion of their social world, and the search for their own foundations for self-determination. When studying the social identity of teenagers, it is particularly important to distinguish between its normative age-related incompleteness and the characteristics revealed in deviant behavior. **Objective:** to analyze the main research directions concerning the social identity of adolescents with deviant behavior and to identify prospects for studying its regulatory significance in adolescent behavior. **Results.** The analysis indicates that the incompleteness and relative diffusion of identity characteristic of adolescence are not, in themselves, specific features of adolescents with deviant behavior. The analysis of social identity requires a distinction between objective group membership, the subjective significance of social identification, group referentiality, and the potential regulatory significance of the associated normative orientations. A comparison of structural-content and functional approaches shows that the presence of prosocial normative orientations in identity does not in itself indicate their involvement in the regulation of actual behavior. **Conclusions.** A promising direction for further research is to examine the psychological conditions under which social identity acquires regulatory significance in adolescents with deviant behavior. Such research requires relating the structural and content characteristics and subjective organization of social group memberships to referential relationships, normative orientations, and adolescents' actual behavior.

Keywords: social identity, adolescence, deviant behavior, reference group, significant Other, behavior regulation

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

For citation: Ekimova, V.I., Drizovskaya, N.D. (2026). Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 129—144 (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030307>

Введение

Исследование социальной идентичности имеет длительную историю и к настоящему времени объединяет широкий спектр теоретических подходов к пониманию ее структуры, становления и динамики, сохраняя устойчивое теоретическое и прикладное значение. На протяжении последних десятилетий актуализация данной проблематики связывалась с общественными трансформациями, изменением привычных социальных структур и усложнением оснований социального самоопределения личности (Иванова, 2003). Для подросткового возраста это особенно существенно, поскольку изменение социальной среды накладывается на нормативную перестройку отношений с семьей и сверстниками, расширение социального мира и поиск собственных оснований самоопределения (Богдановская, Иконникова, Королева, 2015).

Социальная идентичность не сводится к объективному членству в группе. В теории социальной идентичности Х. Тэшфела и Дж. Тернера групповая принадлежность приобретает психологическое значение, когда осознается субъектом и получает эмоционально-ценностную значимость (Tajfel, Turner, 1979). В концепции Е.А. Петраш социальная идентичность рассматривается как осознание и переживание групповой принадлежности, проявляющееся в принятии социальных норм и идентификации себя в устойчивых социально-психологических качествах своего Я (Петраш, 2017). Такое понимание позволяет различать формальную принадлежность подростка к группе и ее субъективную значимость. Вместе с тем для анализа регулятивного значения социальной идентичности существенна и референтность соответствующих групп и лиц.

При анализе девиантного поведения исследования указывают на особенности социальных самоопределений, соотношения актуального и желаемого Я и системы отношений подростков. Возрастные различия выявляются и в характере проявлений социально-девиантного поведения подростков (Smith, 2024). Вместе с тем сам подростковый возраст характеризуется нормативной незавершенностью и перестройкой идентичности (Панцырь, 2012; Ясная, 2013). Это требует отличать возрастные особенности ее становления от характеристик, выявляемых у подростков с девиантным поведением.

Цель настоящей работы — проанализировать основные направления исследования социальной идентичности подростков с девиантным поведением и определить перспективы изучения ее регулятивного значения в поведении подростка.

Социальная идентичность в подростковом возрасте: нормативная динамика и значимые отношения

Возрастной контекст принципиален для интерпретации характеристик социальной идентичности. Е.А. Петраш на нормативной выборке подростков 12—15 лет выявила меньшую интегрированность и большую неоднородность ее структуры, преобладание

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

диффузного статуса и моратория. В генетической модели автора это рассматривается как возрастная особенность становления идентичности, а не как нарушение (Петраш, 2017). Следовательно, диффузность или незавершенность идентичности сами по себе не могут рассматриваться как специфические показатели девиантности в подростковом возрасте.

А.В. Микляева и П.В. Румянцева отмечают особую интенсивность процессов социальной идентификации в подростковом возрасте, когда характеристики социальной идентичности наиболее широко представлены в свободных самоописаниях, а ее структура отличается высокой динамичностью (Микляева, Румянцева, 2008). М.Ю. Григорьева выявила неравномерность возрастной динамики различных видов идентичности и наиболее выраженные изменения в сфере социальной идентичности. В формирующей части исследования участие подростков в совместной социально значимой волонтерской деятельности сопровождалось статистически значимыми изменениями ряда показателей идентичности, различавшимися в возрастных группах 13—15 и 16—18 лет (Григорьева, 2019). Полученные результаты позволяют рассматривать динамику идентичности не только в возрастном аспекте, но и в связи с включенностью подростка в совместную групповую деятельность.

И.Л. Гринфельд выявила нелинейность возрастной динамики сформированности социокультурной идентичности: более высокие показатели у учащихся 9-х классов по сравнению с 7-ми сменялись их снижением к окончанию школы (Гринфельд, 2004).

В экспериментальном исследовании И.Ю. Суворовой более высокая удовлетворенность потребности в автономии была связана с более сложной структурой социальной идентичности и большим субъективным контролем актуальной социальной ситуации (Суворова, 2016). Следовательно, сам факт принадлежности к группе недостаточен для характеристики субъективного отношения подростка к ней, особенно в условиях сочетания потребности в принадлежности со становлением собственной позиции.

Степень сформированности социальной идентичности необходимо рассматривать наряду с содержанием и организацией социальных принадлежностей, а также характером значимых отношений, в которых осуществляется самоопределение подростка.

Социальная идентичность подростков с девиантным поведением

В исследовании В.А. Ясной показано, что у подростков с отклоняющимся поведением при дефицитности актуальной идентичности сохраняются представления о нормативном и социально одобряемом будущем Я (Ясная, 2013). Эти результаты указывают на возможное рассогласование между представленностью просоциальных нормативных ориентиров в сознании подростка и их реализацией в актуальном поведении.

Дополнительные данные, позволяющие поставить вопрос о таком рассогласовании, получены В.П. Велевым. При сопоставлении социально-психологических паспортов с результатами теста-самоотчета «Кто Я?» подростки с девиантным поведением значительно реже отражали в самоописаниях реально совершаемые нарушения социальных норм. При этом, по данным автора, они знали нормативную сторону социальных ожиданий, но могли сохранять позиции самооправдания и отстаивания ценностей аморализма (Велев, 2012).

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

У подростков с девиантным поведением С.Н. Панцырь выявил более низкие по сравнению с подростками относительной нормы показатели самоопределения по методике «Кто Я?», интерпретируемые автором как недостаточная развитость самоидентичности и трудности формирования образа Я (Панцырь, 2012). А.В. Микляева и П.В. Румянцева установили, что у «уличных» подростков 16—18 лет в свободных самоописаниях, как правило, фиксировалась не более чем одна социальная роль, тогда как у нормативных сверстников — две-три; набор социальных категорий также был уже (Микляева, Румянцева, 2008). Однако малое число названных социальных ролей само по себе не позволяет судить ни о сформированности социальной идентичности в целом, ни о субъективной значимости соответствующих принадлежностей. Современные исследования также не позволяют связывать девиантное поведение исключительно с недостаточной сформированностью социальной идентичности. В исследовании Л.Н. Антиловой, Д.Н. Церфус и Т.В. Ивановой социальная идентичность была представлена в самоописаниях большинства обследованных подростков с девиантным поведением (Антилова, Церфус, Иванова, 2024). И.А. Горьковая, А.В. Микляева и О.М. Самойлов не выявили значимых различий в выраженности гражданской идентичности и ее компонентов у подростков с устойчивым девиантным поведением и условно нормативных сверстников, однако обнаружили различия в ценностных характеристиках и их связях с гражданской идентичностью (Горьковая, Микляева, Самойлов, 2024).

И.А. Семикашева при сопоставлении подростков разного возраста и с различным стажем участия в территориальных группировках выявила неодинаковый характер различий. У 13-летних подростков со стажем участия не более полугода, как и у сверстников контрольной группы, был установлен соответствующий возрастной норме статус предкритической диффузной идентичности, хотя различия обнаруживались в ряде личностных характеристик и особенностях социального сравнения. Среди подростков 15—16 лет, находившихся в группировке не менее двух лет, статус диффузной идентичности был выявлен у 61,5% участников и 27,2% их сверстников, не входивших в нее, а статус моратория — соответственно у 9,1% и 40,2% (Семикашева, 2003). Автор интерпретирует результаты как деформацию становления идентичности, выражающуюся в задержке вступления в кризис идентичности и формировании диффузного статуса.

В объяснении выявленных различий Семикашева существенное место отводит социальному сравнению: у участников группировки его ведущим типом выступала идентификация, а предпочитаемым эталоном — большая недифференцированная группа. Для 13-летних подростков автор рассматривает группировку как среду, позволяющую противостоять негативным отраженным оценкам окружающих и удовлетворять потребность «быть как все»; у подростков 15—16 лет длительное пребывание в ней сочеталось с чрезмерной идентификацией с большой недифференцированной группой, что, по интерпретации автора, затрудняло индивидуализацию (Семикашева, 2003). Эти результаты обращают внимание не только на статус идентичности, но и на социальные ориентиры, относительно которых осуществляется самоопределение подростка.

Сопоставление рассмотренных исследований не дает оснований считать какую-либо единичную характеристику социальной идентичности специфическим показателем девиантного поведения подростка. Выявляемое рассогласование между содержанием

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

идентичности, нормативными ориентирами и актуальным поведением, а также особенности социальных ориентиров и идентификационных процессов переводят анализ от вопроса об организации социальной идентичности к вопросу о ее регулятивном значении.

Регулятивная функция социальной идентичности в поведении подростка

Регулятивное значение социальной идентичности А.В. Микляева и П.В. Румянцева рассматривают в связи с динамичностью ее структуры. Изменения социальной ситуации могут актуализировать отдельные компоненты социальной идентичности; по заключению авторов, именно они играют наиболее существенную роль в регуляции социального поведения, тогда как участие связанных с другими компонентами норм и ценностей сокращается (Микляева, Румянцева, 2008). Позднее А.В. Микляева и О.М. Самойлов выявили связь гражданской идентичности подростков с социальными верованиями и основаниями морального выбора (Микляева, Самойлов, 2024).

В субъектно-бытийном подходе Ф.Г. Ловпаче социальная идентичность наряду с личностной идентичностью, самооценкой, образом будущего и жизненными ценностями относится к личностным регулятивным образованиям (Ловпаче, 2009). При этом автор сознательно избегает понятия «психологический механизм», подчеркивая более строгие требования к его теоретическому и эмпирическому обоснованию.

Ю.А. Пучкова в структурно-функциональном анализе личности подростков рассматривает социабельность — принадлежность к группе — как внешнее условие саморегуляции поведения. У подростков-делинквентов, в отличие от социально адаптированных сверстников, регуляция поведения в большей степени ориентирована на внешние требования и связана с эмоциональной зависимостью от значимого Другого (Пучкова, 2006).

К.В. Злоказов рассматривает взаимосвязь идентичности и поведения с обратной стороны, трактуя деструктивную активность как один из способов становления и преобразования идентичности и выделяя асоциальные и просоциальные эффекты ее реструктурирования (Злоказов, 2014). Для анализа социальной идентичности существенно положение о том, что включение субъекта в новый социальный контекст, в том числе в референтную социальную общность, может актуализировать идентичность и создавать условия для ее перестройки. Это позволяет рассматривать связь идентичности и поведения не как однонаправленное влияние, а как потенциально взаимный процесс. Современные лонгитюдные данные дополняют эту линию анализа. В трехволновом исследовании С. Hong и W. Lee девиантная самоидентичность опосредовала связь между неформальным социальным обозначением подростка как девиантного и последующим девиантным поведением (Hong, Lee, 2026).

Представленность просоциальных нормативных ориентиров в идентичности сама по себе не свидетельствует об их регулятивном значении для актуального поведения (Велев, 2012; Ясная, 2013). В.П. Велев также связывает затрудненность социально приемлемой реализации притязаний на признание с возможностью их компенсаторной реализации в асоциальной группе сверстников (Велев, 2012). Это ставит вопрос о том, какие социальные принадлежности и отношения приобретают для подростка субъективную значимость в конкретной ситуации.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

Т.А. Митина относит к основным социально-психологическим факторам беспризорности семью и референтную группу сверстников, значимую для подростка, связывая воздействие девиантной среды с формированием сходных поведенческих реакций (Митина, 2008). У несовершеннолетних с девиантным поведением, воспитывающихся в специальных учебно-воспитательных учреждениях, Е.Э. Бойкина и соавторы отмечают интегрированность в сообщество СУВУ, внутригрупповую сплоченность и становление внутригрупповой идентичности (Бойкина и др., 2024). Е.Г. Дозорцева и Е.В. Логинова при сопоставлении групповых и индивидуальных правонарушений несовершеннолетних выявили особенности групповых противоправных деяний, связанные с мотивацией, характеристиками группы, распределением ролей и взаимовлиянием участников (Дозорцева, Логинова, 2007). Однако эти данные не отвечают на вопрос, при каких условиях конкретная групповая принадлежность приобретает для подростка субъективную значимость и включается в регуляцию поведения.

Отдельное направление исследований социальной идентичности связано с проблемой радикализации. В теории неопределенности-идентичности М. Хогга переживание неопределенности, затрагивающей Я, повышает привлекательность групп, предлагающих ясный и однозначный прототип «Мы». Ригидная, эксклюзивная и высоко предписывающая идентичность способна задавать человеку, что думать, чувствовать и как действовать (Hogg, 2007).

В русле этого направления Н.В. Дворянчиков и соавторы разработали модель оценки риска радикализации подростково-молодежной среды. В ее логике потенциальным ресурсом выступают множественные позитивные и совместимые идентичности, а предметом анализа становятся также группы ближайшего окружения и характер желаемой групповой принадлежности (Дворянчиков и др., 2023). Эмпирическая проверка модели дала важный возрастно-специфический результат: основное предположение о различии предпочитаемых групп у лиц с множественной и «недостаточной» социальной идентичностью получило поддержку у студентов, но не подтвердилось у школьников. Авторы связывают дальнейшую проверку модели с необходимостью выявить специфику социальных идентичностей школьников и особенности групп, с которыми они себя идентифицируют (Дворянчиков и др., 2023).

В работе В.И. Екимовой, Е.П. Зиминой и Е.А. Орловой представлены результаты исследования подростков в условиях миграции (Екимова, Зиминая, Орлова, 2025). При отсутствии значимых межгрупповых различий по общему уровню сформированности социальной идентичности были выявлены различия в системе ее взаимосвязей с показателями социально-психологической адаптации. Авторы интерпретируют эти взаимосвязи в терминах регуляторной функции социальной идентичности, отмечая ее более слабое проявление у подростков из семей мигрантов. Эти данные не могут непосредственно переноситься на подростков с девиантным поведением и не устанавливают причинного влияния социальной идентичности на поведение, однако показывают, что сходный статус идентичности может сочетаться с различиями в характере ее связей с другими психологическими характеристиками.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

Методические подходы и перспективы исследования

Постановка вопроса о регулятивном значении социальной идентичности требует обращения к возможностям ее эмпирического исследования. Существующие методы позволяют изучать содержание социальных самоидентификаций, статус и степень сформированности идентичности, множественность социальных принадлежностей и особенности их организации.

Методика свободного самоописания «Кто Я?» позволяет анализировать представленность социальных категорий в самоописании и сопоставлять широту и содержание социальных самоидентификаций, в том числе у подростков с девиантным поведением (Микляева, Румянцева, 2008; Панцырь, 2012). Вместе с тем количество названных социальных принадлежностей само по себе не позволяет установить их субъективную значимость и регулятивное значение для поведения.

Для оценки статуса социальной идентичности используется методика изучения социальной идентичности (МИСИ) Л.Б. Шнейдер и В.В. Хрусталева, позволяющая дифференцировать различные ее статусы (Шнейдер, Хрусталева, 2014). В исследовании В.И. Екимовой, Е.П. Зиминой и Е.А. Орловой применение МИСИ не выявило значимых межгрупповых различий по общему уровню сформированности социальной идентичности, тогда как различия обнаруживались в ее взаимосвязях с показателями социально-психологической адаптации (Екимова, Зиминова, Орлова, 2025). Следовательно, оценка степени сформированности социальной идентичности не исчерпывает анализа особенностей ее психологического функционирования.

Возможности и ограничения методов анализа социальной идентичности систематизированы И.Б. Бовиной и Б.Г. Бовиным, рассматривающими ассоциативные и шкальные методы, а также картографирование социальной идентичности (Бовина, Бовин, 2024). Последнее позволяет представить систему множественных социальных принадлежностей и анализировать характеристики их субъективной организации (Cruwys et al., 2016). Онлайн-версия метода расширяет возможности его применения на больших выборках (Bentley et al., 2020), однако, как отмечают И.Б. Бовина и Б.Г. Бовин, она является англоязычной, а ее адаптация и использование в отечественном контексте остаются перспективной задачей (Бовина, Бовин, 2024).

Н.В. Дворянчиков и соавторы рассматривают картографирование социальной идентичности как перспективный подход к дальнейшему изучению специфики социальных идентичностей школьников и особенностей групп, с которыми они себя идентифицируют (Дворянчиков и др., 2023). Однако этот метод сам по себе не позволяет сделать вывод о регулятивном значении конкретной социальной идентификации для актуального поведения подростка.

Обсуждение результатов

Сопоставление рассмотренных исследований показывает, что особенности социальной идентичности подростков с девиантным поведением не могут быть сведены к ее недостаточной сформированности или диффузности: подобные характеристики

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

обнаруживаются и в нормативном развитии, отражая незавершенность становления идентичности в подростковом возрасте (Гринфельд, 2004; Петраш, 2017). Поэтому различия целесообразно искать не только в степени сформированности идентичности, но и в содержании и организации социальных самоидентификаций, характере социальных ориентиров и системе значимых отношений.

Сопоставление данных В.П. Велева и В.А. Ясной позволяет выделить другое существенное различие: представленность нормативного содержания в идентичности не тождественна его реальному участию в регуляции поведения (Велев, 2012; Ясная, 2013). Поэтому при анализе регулятивного значения социальной идентичности необходимо учитывать не только содержание нормативных ориентиров, но и их соотношение с актуальным поведенческим выбором подростка.

Функциональный анализ требует различать объективную принадлежность подростка к группе, субъективную значимость данной принадлежности и референтность группы. Само членство еще не означает, что ее оценки, нормы и образцы становятся для подростка значимыми ориентирами. Рассмотренные исследования показывают значение социального окружения, группового взаимодействия и идентификационных процессов, однако преимущественно раскрывают отдельные стороны этой системы. Остается недостаточно выясненным, при каких условиях конкретная социальная принадлежность приобретает субъективную значимость и включается в регуляцию поведения подростка.

Связь идентичности и поведения не обязательно имеет однонаправленный характер: если актуализированная социальная идентичность может участвовать в регуляции поведения, то деятельность и включение в новый социальный контекст способны создавать условия для перестройки идентичности (Злоказов, 2014). Это требует осторожности при постановке вопроса о причинных отношениях и делает более обоснованным изучение психологических условий взаимосвязи социальной идентичности и поведения.

Существующие методические подходы позволяют исследовать содержание самоидентификаций, статус идентичности, множественность социальных принадлежностей и их субъективную организацию, однако ни одна из этих характеристик, рассматриваемая изолированно, не позволяет установить регулятивное значение конкретной социальной идентификации. Поэтому структурно-содержательные характеристики и субъективную организацию социальной идентичности необходимо соотносить с референтными отношениями, нормативными ориентирами и актуальным поведением подростка.

Применительно к подросткам с девиантным поведением остается недостаточно раскрытым вопрос о том, при каких психологических условиях социальная идентичность приобретает регулятивное значение и как ее содержание, субъективно значимые социальные принадлежности и референтные отношения соотносятся с нормативными ориентирами и актуальным поведенческим выбором подростка.

Заключение

Проведенный теоретико-аналитический обзор показывает, что при исследовании социальной идентичности подростков с девиантным поведением необходимо учитывать

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

нормативную возрастную динамику ее становления. Незавершенность и относительная диффузность идентичности сами по себе не позволяют рассматривать их как специфические характеристики девиантного поведения. Представленность нормативных ориентиров в идентичности также не свидетельствует об их участии в регуляции актуального поведения подростка.

Таким образом, перспективным направлением дальнейших исследований представляется изучение психологических условий, при которых социальная идентичность приобретает регулятивное значение у подростков с девиантным поведением. Такая постановка проблемы предполагает рассмотрение ее структурно-содержательных и функциональных характеристик во взаимосвязи с субъективно значимыми социальными принадлежностями, референтными отношениями, нормативными ориентирами и актуальным поведением подростка.

Ограничения. Ограничения проведенного обзора связаны с неоднородностью теоретических оснований, исследовательских выборок и методических подходов, использованных в рассмотренных исследованиях. Ряд работ посвящен не непосредственно социальной идентичности подростков с девиантным поведением, а отдельным аспектам идентичности, группового взаимодействия и регуляции поведения, что ограничивает возможности прямого сопоставления полученных результатов.

Кроме того, данные, полученные на выборках подростков в иных социальных контекстах и на выборках других возрастных групп, не могут непосредственно переноситься на подростков с девиантным поведением. Характер и дизайн рассмотренных исследований также не позволяют на основании имеющихся данных сделать общий вывод о причинной направленности связи социальной идентичности и поведения.

Limitations. The limitations of the review are related to the heterogeneity of the theoretical foundations, research samples, and methodological approaches used in the studies reviewed. A number of studies are not directly focused on the social identity of adolescents with deviant behavior, but rather on specific aspects of identity, group interaction, and behavior regulation, which limits the possibility of directly comparing the obtained results.

Furthermore, data obtained from samples of adolescents in different social contexts and from samples of other age groups cannot be directly applied to adolescents with deviant behavior. The nature and design of the studies examined also do not allow a general conclusion to be drawn about the causal direction of the relationship between social identity and behavior based on the available data.

Список источников / References

1. Антилогова, Л.Н., Церфус, Д.Н., Иванова, Т.В. (2024). Особенности самосознания подростков, склонных к девиантному поведению. *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 29(4), 427—432. <https://doi.org/10.24412/1999-6241-2024-499-427-432>
Antilogova, L.N., Tserfus, D.N., Ivanova, T.V. (2024). Peculiarities of self-consciousness of juveniles prone to deviant behaviour. *Psychopedagogy in Law Enforcement*, 29(4), 427—432. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/1999-6241-2024-499-427-432>

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

2. Бовина, И.Б., Бовин, Б.Г. (2024). Обзор методов анализа социальной идентичности: проблемы и перспективы их разрешения. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, 21(2), 633—656. <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2024-21-2-633-656>
Bovina, I.B., Bovin, B.G. (2024). Methods of Social Identity Analysis: Problems and Prospects for Their Resolution (Brief Review). *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 21(2), 633—656. (In Russ.) <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2024-21-2-633-656>
3. Богдановская, И.М., Иконникова, Г.Ю., Королева, Н.Н. (2015). Роль современной информационно-коммуникативной среды в формировании идентичности и образа мира современных подростков. *Психолого-педагогические исследования*, 7(1), 1—11. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2015070101>
Bogdanovskaya, I.M., Ikonnikova, G.Yu., Korolyova, N.N. (2015). The Role of Modern Information and Communication Environment in Shaping the Identity and Image of the World of Modern Teenagers. *Psychological-Educational Studies*, 7(1), 1—11. (In Russ.) <https://doi.org/10.17759/psyedu.2015070101>
4. Бойкина, Е.Э., Гурина, О.Д., Куприянова, Е.А., Радчиков, А.С., Шпагина, Е.М., Чиркина, Р.В. (2024). Психологические предикторы девиантного поведения несовершеннолетних. Часть 1. Портрет воспитанника СУВУ. *Психология и право*, 14(4), 1—14. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140401>
Boykina, E.E., Gurina, O.D., Kupriyanova, E.A., Radchikov, A.S., Shpagina, E.M., Chirkina, R.V. (2024). Psychological Predictors of Deviant Behavior of Minors. Part 1. Portrait of a Special Educational Institution's Student. *Psychology and Law*, 14(4), 1—14. (In Russ.) <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140401>
5. Велев, В.П. (2012). *Особенности самосознания и поведения девиантных подростков: Дис. ... канд. психол. наук*. Московский педагогический государственный университет. Москва.
Velev, V.P. (2012). Features of self-consciousness and behavior of deviant adolescents: *Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Moscow Pedagogical State University. Moscow. (In Russ.).
6. Горьковая, И.А., Микляева, А.В., Самойлов, О.М. (2024). Ценностные предикторы гражданской идентичности у подростков с девиантным поведением. *Психология и право*, 14(3), 69—83. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140306>
Gorkovaya, I.A., Miklyaeva, A.V., Samoilov, O.M. (2024). Value Predictors of Civic Identity in Adolescents with Deviant Behavior. *Psychology and Law*, 14(3), 69—83. (In Russ.) <https://doi.org/10.17759/psylaw.2024140306>
7. Григорьева, М.Ю. (2019). *Динамика идентичности как фактор социализации подростков: Дис. ... канд. психол. наук*. Московский государственный областной университет. Мытищи.
Grigorieva, M.Yu. (2019). *Identity dynamics as a factor in adolescent socialization: Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Moscow Region State University. Mytishchi. (In Russ.).
8. Гринфельд, И.Л. (2004). *Динамика процесса формирования социокультурной идентичности в подростковом возрасте: Автореф. дис. ... канд. психол. наук*. Психологический институт Российской академии образования. М.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

- Grinfeld, I.L. (2004). *Dynamics of the formation of sociocultural identity in adolescence: Extended abstr. Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Psychological Institute of the Russian Academy of Education. Moscow. (In Russ.).
9. Дворянчиков, Н.В., Бовин, Б.Г., Мельникова, Д.В., Белова, Е.Д., Бовина, И.Б. (2023). Оценка риска радикализации в подростково-молодежной среде: некоторые эмпирические факты. *Психология и право*, 13(3), 93—107. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2023130307>
Dvoryanchikov, N.V., Bovin, B.G., Melnikova, D.V., Belova, E.D., Bovina, I.B. (2023). Assessing the Risk of Radicalisation in Adolescents and Young Adults: Some Empirical Evidence. *Psychology and Law*, 13(3), 93—107. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psylaw.2023130307>
10. Дозорцева, Е.Г., Логинова, Е.В. (2007). Психологические особенности групповых правонарушений подростков. *Психологическая наука и образование*, 12(5), 289—294. URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2007_n5/Dozortseva_Loginova (дата обращения: 04.09.2026).
Dozortseva, E.G., Loginova, E.V. (2007). Psychological Characteristics of Adolescent Gang Offences. *Psychological Science and Education*, 12(5), 289—294. (In Russ.). URL: https://psyjournals.ru/en/journals/pse/archive/2007_n5/Dozortseva_Loginova (viewed: 04.09.2026).
11. Екимова, В.И., Зими́на, Е.П., Орлова, Е.А. (2025). Этническая и социальная идентичность подростков в условиях миграции. *Социальная психология и общество*, 16(2), 116—135. <https://doi.org/10.17759/sps.2025160208>
Ekimova, V.I., Zimina, E.P., Orlova, E.A. (2025). Ethnic and Social Identity of Adolescents in the Context of Migration. *Social Psychology and Society*, 16(2), 116—135. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2025160208>
12. Злоказов, К.В. (2014). Деструктивность и идентичность личности. *Научный ежегодник Института философии и права Уральского отделения Российской академии наук*, 14(1), 61—73. URL: https://www.ifp.uran.ru/publ/publ_1426.html (дата обращения: 04.09.2026).
Zlokazov, K.V. (2014). Destructiveness and Identity of a Personality. *Scientific Yearbook of the Institute of Philosophy and Law of the Ural Branch of the Russian Academy of Sciences*, 14(1), 61—73. (In Russ.). URL: https://www.ifp.uran.ru/publ/publ_1426.html (viewed: 04.09.2026).
13. Иванова, Н.Л. (2003). *Психологическая структура социальной идентичности: Дис. ... д-ра психол. наук*. Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского. Ярославль.
Ivanova, N.L. (2003). *Psychological structure of social identity: Diss. Dr. Sci. (Psychol.)*. Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinsky. Yaroslavl. (In Russ.).
14. Ловпаче, Ф.Г. (2009). Субъектно-бытийный подход в проблеме девиантного поведения: обращение к регулятивным образованиям личности. *Вестник Майкопского государственного технологического университета*, 3, 127—130. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektno-bytiynnyy-podhod-v-probleme-deviantnogo-povedeniya-obraschenie-k-regulyativnym-obrazovaniyam-lichnosti> (дата обращения: 04.09.2026).
Lovpache, F.G. (2009). Subject-Existential Approach to the Problem of Deviant Behavior: An

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

- Appeal to the Regulatory Entities of Personality. *Bulletin of the Maikop State Technological University*, 3, 127—130. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektno-bytiynyy-podhod-v-probleme-deviantnogo-povedeniya-obraschenie-k-regulyativnym-obrazovaniyam-lichnosti> (viewed: 04.09.2026).
15. Микляева, А.В., Румянцева, П.В. (2008). *Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования*. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена.
Miklyaeva, A.V., Rumyantseva, P.V. (2008). *Social identity of personality: Content, structure, mechanisms of formation*. Saint Petersburg: RGPU im. A.I. Gertsena Publ. (In Russ.).
 16. Микляева, А.В., Самойлов, О.М. (2024). Социальные верования и основания морального выбора как предикторы гражданской идентичности подростков. *Социальная психология и общество*, 15(4), 154—171. <https://doi.org/10.17759/sps.2024150411>
Miklyaeva, A.V., Samoilov, O.M. (2024). Social Beliefs and Foundations for Moral Choice as Predictors of Civic Identity in Adolescence. *Social Psychology and Society*, 15(4), 154—171. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2024150411>
 17. Митина, Т.А. (2008). *Социально-психологические факторы девиантного поведения беспризорных подростков: Автореф. дис. ... канд. психол. наук*. Российский государственный социальный университет. М.
Mitina, T.A. (2008). *Socio-psychological factors of deviant behavior of homeless adolescents: Extended abstr. Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Russian State Social University. Moscow. (In Russ.).
 18. Панцырь, С.Н. (2012). *Внутриличностные конфликты подростков с девиантным поведением: Дис. ... канд. психол. наук*. Московский государственный психолого-педагогический университет. М.
Pantsyr, S.N. (2012). *Intrapersonal conflicts of adolescents with deviant behavior: Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Moscow State University of Psychology and Education. Moscow. (In Russ.).
 19. Петраш, Е.А. (2017). *Социальная идентичность в норме и при нарушении: Дис. ... д-ра психол. наук*. Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова. Курск.
Petrash, E.A. (2017). *Social identity in normality and disorder: Diss. Dr. Sci. (Psychol.)*. P.G. Demidov Yaroslavl State University. Kursk. (In Russ.).
 20. Пучкова, Ю.А. (2006). *Характеристики личности подростков-делинквентов: Автореф. дис. ... канд. психол. наук*. Институт психологии Российской академии наук. М.
Puchkova, Yu.A. (2006). *Personality characteristics of delinquent adolescents: Extended abstr. Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences. Moscow. (In Russ.).
 21. Семикашева, И.А. (2003). *Социально-психологическая идентичность подростков — участников территориальных группировок: Дис. ... канд. психол. наук*. Ульяновский государственный университет. Ульяновск.
Semikashева, I.A. (2003). *Socio-psychological identity of adolescents participating in territorial groups: Diss. Cand. Sci. (Psychol.)*. Ulyanovsk State University. Ulyanovsk. (In Russ.).

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
 Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
 Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

22. Суворова, И.Ю. (2016). Нарушение структуры социальной идентичности в результате социальной эксклюзии. *Социальная психология и общество*, 7(4), 34—55. <https://doi.org/10.17759/sps.2016070403>
 Suvorova, I.Yu. (2016). The Distortion of Social Identity Structure as a Result of Social Exclusion. *Social Psychology and Society*, 7(4), 34—55. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2016070403>
23. Шнейдер, Л.Б., Хрусталева, В.В. (2014). Ассоциативный тест как основа конструирования методики изучения социальной идентичности. *Вестник Российской международной академии туризма*, 3, 83—96. URL: https://www.rmat.ru/wyswyg/file/about/vestnik/2014/3_2014.pdf (дата обращения: 04.09.2026).
 Shnejder, L.B., Khrustaleva, V.V. (2014). Associative test as a basis for constructing a method for studying social identity. *Bulletin of the Russian International Academy of Tourism*, 3, 83—96. (In Russ.). URL: https://www.rmat.ru/wyswyg/file/about/vestnik/2014/3_2014.pdf (viewed: 04.09.2026).
24. Ясная, В.А. (2013). Искажения идентичности у подростков с отклоняющимся поведением. *Психология и право*, 3(4), статья 12. URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2013_n4/66212 (дата обращения: 04.09.2026).
 Yasnaya, V.A. (2013). Distortion of Identity in Adolescents with Deviant Behavior. *Psychology and Law*, 3(4), Article 12. (In Russ.). URL: https://psyjournals.ru/en/journals/psylaw/archive/2013_n4/66212 (viewed: 04.09.2026).
25. Bentley, S.V., Greenaway, K.H., Haslam, S.A., Cruwys, T., Steffens, N.K., Haslam, C., Cull, B. (2020). Social identity mapping online. *Journal of Personality and Social Psychology*, 118(2), 213—241. <https://doi.org/10.1037/pspa0000174>
26. Cruwys, T., Steffens, N.K., Haslam, S.A., Haslam, C., Jetten, J., Dingle, G.A. (2016). Social identity mapping: A procedure for visual representation and assessment of subjective multiple group memberships. *British Journal of Social Psychology*, 55(4), 613—642. <https://doi.org/10.1111/bjso.12155>
27. Hogg, M.A. (2007). Uncertainty-identity theory. In: M.P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 39, pp. 69—126). San Diego, CA: Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)39002-8](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)39002-8)
28. Hong, C., Lee, W. (2026). Does self-identity matter? The mediating role of deviant self-identity between informal labeling and adolescent deviance. *Psychology, Crime & Law. Advance online publication*. <https://doi.org/10.1080/1068316X.2026.2667197>
29. Smith, R.B. (2024). Patterned Adolescent Socially Deviant Behavior. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 41, 209—222. <https://doi.org/10.1007/s10560-022-00859-z>
30. Tajfel, H., Turner, J.C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In: W.G. Austin, S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations* (pp. 33—47). Monterey, CA: Brooks/Cole.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным поведением: теоретические подходы и направления исследований
Экстремальная психология и безопасность личности, 3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior: theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety, 3(3), 129—144.

Информация об авторах

Валентина Ивановна Екимова, доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой научных основ экстремальной психологии, факультет «Экстремальная психология», Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: ekimovavi@mgppu.ru

Наталья Дмитриевна Дризовская, магистр психологии, учитель, ГБОУ «Школа № 153 Фрунзенского района Санкт-Петербурга», Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2274-5738>, e-mail: psychologue_1@mail.ru

Information about the authors

Valentina I. Ekimova, Doctor of Science (Psychology), Professor, Head of Chair of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Department of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: ekimovavi@mgppu.ru

Natalia D. Drizovskaya, Master of Psychology, Teacher, School No. 153 of the Frunzensky District of Saint Petersburg, Saint Petersburg, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2274-5738>, e-mail: psychologue_1@mail.ru

Вклад авторов

Екимова В.И. — идеи исследования; концептуализация исследования; критический анализ и редактирование рукописи; участие в доработке теоретической части.

Дризовская Н.Д. — идеи исследования; поиск, отбор, анализ и систематизация научной литературы; написание и оформление рукописи.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

V.I. Ekimova — research ideas; conceptualization of the research; critical analysis and editing of the manuscript; participation in the revision of the theoretical part.

N.D. Drizovskaya — research ideas; search, selection, analysis and systematization of scientific literature; writing and formatting of the manuscript.

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

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Екимова В.И., Дризовская Н.Д. (2026)
Социальная идентичность подростков с девиантным
поведением: теоретические подходы и направления
исследований
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 129—144.

Ekimova V.I., Drizovskaya N.D. (2026)
Social identity of adolescents with deviant behavior:
theoretical approaches and research directions.
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 129—144.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

Поступила в редакцию 08.09.2026
Поступила после рецензирования 17.09.2026
Принята к публикации 30.09.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.09.08
Revised 2026.09.17
Accepted 2026.09.30
Published 2026.09.30

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ | PSYCHOLOGICAL SAFETY OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Научная статья | Original paper

Интегративная теоретическая модель исследования психологической безопасности преподавателей вуза

А.В. Тимохин¹✉, Г.В. Гнездилов¹

¹ Государственный университет просвещения, Москва, Российская Федерация

✉ kavabota@yandex.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Современное состояние российского высшего образования характеризуется перманентными реформами, ужесточением наукометрических требований и внедрением эффективных контрактов, что сопровождается ростом когнитивного и эмоционального напряжения профессорско-преподавательского состава. В этих условиях особую значимость приобретает феномен психологической безопасности образовательной среды, однако классические западные концепции не в полной мере учитывают культурную и институциональную специфику российской академической среды. **Цель:** разработка и теоретическое обоснование интегративной модели исследования психологической безопасности преподавателей вузов, синтезирующей ресурсный, средовой, индивидуально-личностный, экопсихологический, акмеологический и энергоинформационный подходы. **Гипотеза.** Предполагается, что интеграция перечисленных подходов позволяет преодолеть ограниченность моноподходного анализа и дает многомерное объяснение механизмов связи между психологической безопасностью образовательной среды и профессиональным выгоранием преподавателей с учетом культурно-специфических факторов. **Методы и материалы:** теоретический анализ и качественный синтез научной литературы по проблеме психологической безопасности и профессионального выгорания; методы обобщения, систематизации и моделирования. **Результаты.** В работе предложена интегративная теоретическая модель, в которой психологическая безопасность рассматривается как интегральный результат взаимодействия шести подходов: ресурсный подход определяет потерю ресурсов как механизм выгорания; средовой — фиксирует объективные параметры образовательной среды; экопсихологический — вводит типологию взаимодействия в системе «человек — среда»; акмеологический — задает вектор профессионального развития; энергоинформационный — учитывает психофизиологическую цену

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

адаптации; индивидуально-личностный — акцентирует роль профессиональной готовности и личностных качеств педагога. Раскрыто понятие межличностного риска применительно к преподавателям и введено понятие толерантности к межличностному риску как динамического состояния, детерминированного совокупностью факторов, соответствующих шести подходам. Выявлены культурно-специфические механизмы: коллективный проактивный копинг, парадокс безопасности, экзистенциальные угрозы. **Выводы.** Предложенная модель позволяет преодолеть как западноцентричный уклон, так и сугубо личностную трактовку выгорания, обосновывает необходимость культурной адаптации диагностического инструментария и открывает перспективы для эмпирической верификации и кросс-культурных исследований.

Ключевые слова: психологическая безопасность, профессиональное выгорание, преподаватели вуза, межличностный риск, интегративная модель, образовательная среда

Благодарности. Авторы выражают благодарность рецензентам за ценные замечания, способствовавшие улучшению текста рукописи.

Для цитирования: Тимохин, А.В., Гнездилов, Г.В. (2026). Интегративная теоретическая модель исследования психологической безопасности преподавателей вуза. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 145—159. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030308>

Integrative theoretical model of psychological safety research among university teachers

A.V. Timokhin¹✉, G.V. Gnezdilov¹

¹ State University of Education, Moscow, Russian Federation

✉ kavabota@yandex.ru

Abstract

Context and relevance. The current state of Russian higher education is characterized by ongoing reforms, stricter scientometric requirements, and the introduction of performance-based contracts, which are accompanied by increased cognitive and emotional strain on academic staff. In this context, the phenomenon of psychological safety of the educational environment gains particular importance; however, classical Western concepts do not fully account for the cultural and institutional specificity of the Russian academic environment. **Objective:** to develop and theoretically justify an integrative model for studying the psychological safety of university teachers that synthesizes resource-based, environmental, individual-personal, ecopsychological, acmeological, and energy-informational approaches. **Hypothesis.** It is assumed that the integration of these approaches overcomes the limitations of single-approach analysis and provides a multidimensional explanation of the mechanisms linking the psychological safety of the educational environment with professional burnout among teachers, taking into account culturally specific factors. **Methods and materials.**

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

Theoretical analysis and qualitative synthesis of scientific literature on the problem of psychological safety and professional burnout; methods of generalization, systematization, and modeling. **Results.** The paper proposes an integrative theoretical model in which psychological safety is viewed as an integral result of the interaction of six approaches: the resource approach defines resource loss as a mechanism of burnout; the environmental approach captures the objective parameters of the educational environment; the ecopsychological approach introduces a typology of interaction in the “person—environment” system; the acmeological approach sets the vector of professional development; the energy-informational approach accounts for the psychophysiological cost of adaptation; the individual-personal approach emphasizes the role of professional readiness and personal qualities of the teacher. The concept of interpersonal risk in relation to teachers is elaborated, and the concept of tolerance to interpersonal risk is introduced as a dynamic state determined by a set of factors corresponding to the six approaches. Culturally specific mechanisms are identified: collective proactive coping, the safety paradox, and existential threats. **Conclusions.** The proposed model overcomes both the Western-centric bias and the purely personalistic interpretation of burnout, substantiates the need for cultural adaptation of diagnostic tools, and opens prospects for empirical verification and cross-cultural research.

Keywords: psychological safety, professional burnout, university teachers, interpersonal risk, integrative model, educational environment

Acknowledgements. The authors are grateful for reviewers for their valuable comments, which helped improve the manuscript.

For citation: Timokhin, A.V., Gnezdilov, G.V. (2026). Integrative theoretical model of psychological safety research among university teachers. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 145—159. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030308>

Введение

Современное состояние российского высшего образования характеризуется интенсивными перманентными реформами, ужесточением наукометрических требований, внедрением эффективных контрактов и ключевых показателей результативности (КРП). Эти изменения сопровождаются ростом когнитивного и эмоционального напряжения профессорско-преподавательского состава (Ерзылева, Мамаева, 2024), что закономерно приводит к увеличению рисков профессионального выгорания (Водопьянова, 2008). В этой связи особую значимость приобретает феномен психологической безопасности образовательной среды, который, согласно классическому определению Эдмондсон (Edmondson, 1999), трактуется как разделяемое членами группы убеждение в том, что среда безопасна для межличностного риска — то есть допускает высказывание идей, признание ошибок, задавание вопросов и выражение несогласия без страха негативных последствий для статуса или карьеры.

Российская академическая среда представляет собой гибридную модель, в которой сохранившееся с советских времен восприятие иерархии как строгой вертикали, где слово руководителя не подлежит обсуждению, сочетается с активно внедряемыми западными

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

управленческими практиками: эффективными контрактами, наукометрической отчетностью, конкурсными процедурами (Семенов, 2019). Такое сочетание создает двойственное давление на преподавателя: от него ожидают инициативности и самостоятельности, но одновременно требуют соблюдения строгой субординации и осторожности в публичных высказываниях. В этих условиях открытое оспаривание мнения руководителя и признание ошибок могут восприниматься как проявление слабости или нелояльности, что существенно трансформирует содержание межличностного риска и условия его приемлемости (Гнездилов и др., 2024).

Таким образом, классическое понимание психологической безопасности требует теоретической контекстуализации с учетом культурной и институциональной специфики. Цель настоящей статьи — представить интегративную теоретическую модель, объединяющую ресурсный, средовой, индивидуально-личностный, экопсихологический, акмеологический и энергоинформационный подходы, и обосновать ее эвристическую ценность для изучения влияния психологической безопасности на механизмы поведения педагогов российских вузов и их связь с выгоранием (Литвинова, Новикова, 2026).

Ограниченность моноподходного анализа

Каждый из существующих подходов вносит важный, но частичный вклад в понимание проблемы. Ресурсный подход (Hobfoll, 1989; Водопьянова, 2008; Stang-Rabrig et al., 2022) концептуализирует выгорание как результат прогрессирующей потери ресурсов, а психологическую безопасность — как один из ключевых средовых и личностных ресурсов. Однако он не объясняет, почему в культурах с коллективистскими ценностями и сильными неформальными связями восприятие доступности ресурсов устроено иначе: ресурс — это не только то, чем обладает индивид, но и возможность обратиться за помощью без опасения «потерять лицо» (Хасан, Тюменева, 2012).

Средовой подход (Ясвин, 2001; Баева, 2002) фокусируется на объективных параметрах образовательной среды — ее широте, интенсивности, модальности, когерентности и защищенности от психологического насилия. Он дает инструментарий для измерения этих характеристик, однако оставляет открытым вопрос о том, какой именно тип взаимодействия преподавателя с данной средой является дисфункциональным: пассивное подчинение требованиям среды, одностороннее активное воздействие на нее или, напротив, равноправный диалог. Ответ на этот вопрос требует выхода за рамки средового подхода и обращения к типологии взаимодействия в системе «человек — среда».

Экопсихологический подход (Панов, 2004) заполняет этот пробел, вводя типологию взаимодействия в системе «человек — среда» — от объект-объектного (пассивное приспособление) до субъект-порождающего (совместное создание новых смыслов). Выгорание в этой логике рассматривается как результат доминирования объектных типов взаимодействия, при которых преподаватель выступает пассивным исполнителем внешних требований.

Акмеологический подход (Деркач, 2004; Кузьмина, 1990) задает гуманистический вектор: психологическая безопасность рассматривается не как самоцель, а как условие достижения

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

профессионального «акме» — вершины мастерства и творческой самореализации. Выгорание в этой парадигме — антипод акме, сигнал о том, что среда блокирует развитие (Бодалев, 2003).

Энергоинформационный подход (Ананьев, 1996) напоминает о психофизиологической цене выгорания: хронически небезопасная среда нарушает энергоинформационный обмен, заставляя преподавателя расходовать ресурсы на гиперкомпенсаторную защиту. Это измерение особенно важно в условиях тотальной интенсификации академического труда.

Индивидуально-личностный подход (Березина, 2019) доказывает, что высокий уровень профессиональной подготовки и психологической готовности педагога к выполнению задач учебной, методической, научной и воспитательной деятельности в вузе позволяет ему снизить угрозы психологически опасного поведения по вертикали, горизонтали, а также во взаимодействии со студенческими группами и отдельными студентами, что является превенцией профессионального выгорания и ангедонии.

Таким образом, каждый из подходов отвечает на свой ключевой вопрос, но ни один не дает целостного объяснения. Только их синтез позволяет построить стереоскопическую картину исследуемого феномена.

Интегративная теоретическая рамка: синтез шести подходов

Предлагаемая рамка не является механической суммой. Каждый подход вносит свой необходимый элемент в объяснительную модель.

Ресурсный подход (Hobfoll, 1989; Водопьянова, 2008; Stang-Rabrig et al., 2022) выявляет, какие именно ресурсы (время, энергия, поддержка, признание) теряются при выгорании и как психологическая безопасность выступает ключевым средовым ресурсом. В интерактивном ключе он демонстрирует, что ресурсы пополняются или истощаются в процессе ежедневного общения с руководством, коллегами и студентами.

Средовой подход (Ясвин, 2001; Баева, 2002) определяет, какая среда (по интенсивности, модальности, защищенности) способствует или препятствует сохранению ресурсов преподавателя. Интегративность здесь проявляется в том, что среда не является внешним фоном — она воспринимается и достраивается преподавателем через его поведение и интерпретации.

Экопсихологический подход (Панов, 2014) показывает, какой тип взаимодействия со средой ведет к истощению. Преобладание объектного типа (пассивное исполнение) повышает межличностный риск и снижает безопасность; субъект-субъектный или субъект-порождающий тип (диалог, сотворчество), напротив, снижает риск и повышает безопасность.

Акмеологический подход (Деркач, 2004; Кузьмина, 1990) устанавливает иной идеал, нежели просто «не болеть». Бороться с выгоранием как с болезнью недостаточно: необходимо создавать среду, в которой человек может не только избежать истощения, но и процветать. При этом сам подход не гарантирует, что на пути к акме не возникнет выгорания; он указывает на то, что устойчивое подлинное акме и хроническое выгорание несовместимы в длительной перспективе. Образовательная среда должна быть спроектирована так, чтобы движение к вершинам профессионализма поддерживалось и не истощало человека (Бодалев, 2003).

Энергоинформационный подход (Ананьев, 1996) фиксирует субъективную физиологическую цену адаптации через шкалу бодрости-утомления, которая в небезопасной

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

среде закономерно снижается, сигнализируя об энергетическом истощении, вызванном необходимостью постоянной самозащиты (Леонова, 2007).

Индивидуально-личностный подход (Березина, 2019; Гнездилов и др., 2024) позволяет внедрить профессиональный психологический отбор претендентов на вакантные должности (помимо конкурсных процедур), реализовать профессионально-психологическое сопровождение динамики адаптации, становления и развития личности педагога вуза, предупреждать возникновение эмоциональной отстраненности, раздражительности, вспышек гнева, конфликтности, а в случае появления признаков выгорания — осуществлять интеграцию травматического опыта путем реализации реконструктивной, нарративной и экзистенциальной психологической помощи (Березина, 2019).

Все представленные подходы работают одновременно и взаимосвязано в каждом эпизоде профессиональной деятельности. Например, объективные параметры среды (средовой подход) влияют на доступность ресурсов (ресурсный подход), которые определяют тип взаимодействия (экопсихологический), а итоговая оценка дается через приближение к акме (акмеологический) и через цену энергозатрат (энергоинформационный). Это стереоскопическое видение позволяет не только измерить, но и содержательно объяснить культурно-специфические механизмы (Hascher, Beltman, Mansfield, 2021).

Межличностный риск и толерантность к нему как ключевые конструкты модели

В рамках нашей модели межличностный риск понимается как базовая психологическая реальность, определяющая границы допустимого поведения в профессиональной коммуникации. Для преподавателя это — мера социальной уязвимости. Межличностный риск возникает внутри образовательной среды при каждом акте рабочего взаимодействия с руководством кафедры и факультета, с коллегами внутри факультета и студентами, когда проявление инициативы, уязвимости или нестандартной позиции может обернуться административными, статусными или репутационными издержками (Edmondson, 1999; Gong, Li, 2025).

Конкретные проявления межличностного риска для профессорско-преподавательского состава включают: признание педагогической или научной ошибки перед студентами или коллегами (воспринимается как удар по компетентности); открытое оспаривание решений заведующего кафедрой или декана (риск конфликта и непродления контракта); запрос на помощь или коллегиальную поддержку (опасение быть воспринятым как слабый специалист); выражение несогласия с внедряемыми менеджерскими нововведениями (страх ярлыка «нелояльного» члена коллектива). В российском академическом контексте эти риски усиливаются гибридность культуры: внешние западные практики (KPI, эффективные контракты) накладываются на традиционную иерархичность, делая цену «неправильного» шага особенно высокой (Семенов, 2019).

Толерантность преподавателя к межличностному риску — это психологическая готовность профессорско-преподавательского состава сознательно идти на профессионально-коммуникативные действия, сопряженные с возможной негативной оценкой со стороны участников образовательной среды, ради эффективного достижения учебных, научных или

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
 Интегративная теоретическая модель исследования
 психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
 Integrative theoretical model of psychological
 safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 145—159.

творческих целей. Это не просто отсутствие страха, а интегральное динамическое состояние, которое позволяет преподавателю надежно и эффективно действовать в экстремальных условиях, преодолевая воздействие психогенных факторов (Гнездилов и др., 2024).

Толерантность к межличностному риску не является статичной чертой, а динамически детерминирована совокупностью факторов, соответствующих шести подходам. Ресурсный аспект (Hobfoll, 1989) предполагает, что наличие внутренних (самоэффективность, профессиональный опыт) и внешних (поддержка коллег, доверие на кафедре) ресурсов повышает готовность рисковать, а их дефицит — снижает. Средовой аспект (Баева, 2002; Ясвин, 2001) указывает, что характеристики среды (защищенность от насилия, когерентность, модальность) напрямую влияют на восприятие риска как допустимого. Экопсихологический аспект (Панов, 2014) определяет, что готовность принимать межличностный риск проявляется только в субъект-субъектных и субъект-порождающих типах взаимодействия, тогда как при объектных типах она подавляется. Акмеологический аспект (Деркач, 2004) связывает готовность к риску с ориентацией на профессиональное развитие: установка на сохранение статуса заставляет минимизировать риски и повышает уязвимость к выгоранию. Энергоинформационный аспект (Ананьев, 1996; Леонова, 2007) показывает, что готовность к риску требует дополнительных психоэнергетических затрат; в небезопасной среде эти затраты становятся непомерными, и преподаватель переходит к защитному поведению. Индивидуально-личностный аспект (Березина, 2019; Гнездилов и др., 2024) акцентирует наличие таких качеств, как креативность, эмоциональная устойчивость, эмпатия и склонность к оправданному риску.

Таким образом, готовность преподавателя принимать межличностный риск выступает как адаптивный ресурс. В психологически безопасной среде этот ресурс мобилизуется, что снижает риск выгорания. В небезопасной среде готовность к риску истощается, уступая место защитному поведению (умалчивание проблем, избегание инициативы, формальное исполнение обязанностей), что ускоряет развитие эмоционального истощения и деперсонализации (Bakker, Demerouti, 2024).

Научные показатели и их связь с психологической безопасностью

В нашей модели каждый из шести подходов предоставляет свой набор операционализируемых переменных, которые могут быть измерены с помощью валидных психодиагностических методик и подвергнуты статистическому анализу. В таблице представлены эти показатели и соответствующие диагностические инструменты.

Таблица/Table

Научные показатели модели в разрезе научных подходов Scientometric indicators of the model in the context of scientific approaches

Научный подход / Scientific approach	Научные показатели (измеряемые конструкты) / Scientometric indicators (measurable constructs)
Ресурсный/Resource-based	Шкалы психологической безопасности

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

	(адаптированный опросник Эдмондсон (Edmondson, 1999)); индексы ресурсности (личной и средовой); показатели потери ресурсов (методика Хобфолла, 1989; Водопьянова, 2008) / Scales of psychological safety (adapted Edmondson questionnaire (Edmondson, 1999)); resourcefulness indices (personal and environmental); resource loss indicators (Hobfoll, 1989; Vodopyanova, 2008)
Средовой/Environmental	Параметры образовательной среды: широта, интенсивность, модальность, когерентность, защищенность от психологического насилия (методики Ясвина, 2001; Бaeвой, 2002) / Parameters of the educational environment: breadth, intensity, modality, coherence, protection from psychological violence (methods by Yasvin, 2001; Baeva, 2002)
Экопсихологический/Ecopsychological	Тип взаимодействия преподавателя со средой (объект-объектный, субъект-объектный, субъект-субъектный, субъект-порождающий) — диагностируется через опросные и проективные методы (Панов, 2014) / Type of teacher—environment interaction (object—object, subject—object, subject—subject, subject-generating) — diagnosed via questionnaires and projective methods (Panov, 2014)
Акмеологический/Acmeological	Критерии профессиональной успешности (публикационная активность, педагогическое мастерство, участие в грантах); уровень творческой самореализации (Деркач, 2004; Кузьмина, 1990) / Criteria of professional success (publication activity, pedagogical mastery, grant participation); level of creative self-realization (Derkach, 2004; Kuzmina, 1990)
Энергоинформационный/Energy-informational	Субъективная энергетическая тонусность; показатели хронической усталости, психофизиологического напряжения (шкалы

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
 Интегративная теоретическая модель исследования
 психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
 3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
 Integrative theoretical model of psychological
 safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
 3(3), 145—159.

	жизнестойкости, опросник выгорания Маслач и др. (Maslach, Schaufeli, Leiter, 2001; Леонова, 2007)) / Subjective energy tone; indicators of chronic fatigue, psychophysiological tension (hardiness scales, Maslach Burnout Inventory, etc. (Maslach, Schaufeli, Leiter, 2001; Leonova, 2007))
Индивидуально-личностный/Individual-personal	Критерии развития креативности, психологической устойчивости, эмпатии, коммуникативных и организаторских способностей, склонности и готовности к риску, мотивации к передаче знаний (Березина, 2019; Гнездилов и др., 2024) / Criteria of creativity development, psychological stability, empathy, communication and organizational abilities, propensity and readiness for risk, motivation to transfer knowledge (Berezina, 2019; Gnezdilov et al., 2024)

Примечание. В таблице перечислены основные измеряемые конструкты и соответствующие им диагностические инструменты (или теоретические основания) с указанием авторства согласно принятой в статье системе ссылок. Полные библиографические описания приведены в списке литературы.

Note. The table lists the main measurable constructs and the corresponding diagnostic tools (or theoretical foundations) with authorship references according to the citation system adopted in the article. Complete bibliographic descriptions are provided in the reference list.

Связь этих показателей с психологической безопасностью и межличностным риском строится следующим образом. Психологическая безопасность выступает как интегральный результат высоких значений по этим показателям: защищенная среда, достаток ресурсов, субъект-субъектное взаимодействие, ориентация на развитие и оптимальный энергообмен. Межличностный риск выступает психологическим механизмом, опосредующим влияние среды на выгорание. Когда среда характеризуется дефицитом безопасности — что выражается в рассогласованности управленческих требований и реальных ценностей (низкая когерентность), доминировании объектного типа взаимодействия и высокой психоэнергетической цене адаптации, — субъективно воспринимаемый риск открытых действий (высказать несогласие, признать ошибку, попросить о помощи) резко возрастает (Edmondson, 1999; Detert, Burris, 2007). Преподаватель перестает понимать, какое поведение будет поддержано, а какое — наказано, и потому выбирает избегание инициативы и формальную осторожность. Именно это хроническое переживание угрозы и невозможности прогнозировать реакцию среды запускает процессы эмоционального истощения и

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

деперсонализации. Дополнительно мы выделяем культурно-специфические индикаторы, не охватываемые западными шкалами, — страх непродления контракта, профессиональное обесценивание, административный произвол, — которые требуют разработки новых валидных инструментов, ориентированных именно на преподавателей российских вузов (Семенов, 2019).

Культурно-специфические механизмы, вытекающие из модели

Интегративная модель позволяет теоретически выявить несколько феноменов, не описанных в западной литературе, но значимых для российского академического контекста.

Коллективный проактивный копинг. В российской культуре с высоким коллективизмом и сильными неформальными связями (Hofstede, 2001; House et al., 2004) стратегия совладания с выгоранием и небезопасностью часто реализуется не через индивидуальную ассертивность, а через обращение за поддержкой к коллегам, без опасения осуждения. Этот механизм опосредует связь между психологической безопасностью и истощением, выступая важным ресурсом, который, однако, может быть заблокирован в условиях конкуренции и недоверия (Хасан, Тюменева, 2012).

Парадокс безопасности. Для преподавателей с жестко регламентированной деятельностью (например, строгое следование учебным планам и методическим указаниям) высокая предсказуемость и бесконфликтность могут обернуться монотонией, снижением вовлеченности и цинизмом (Maslach, Schaufeli, Leiter, 2001). Это ставит вопрос о необходимости дополнить конструкт психологической безопасности аспектом «интеллектуального вызова»: безопасность не должна означать застой (Edmondson, 1999).

Экзистенциальные угрозы. Качественный анализ рисков, с которыми сталкиваются преподаватели (страх непродления контракта, профессиональное обесценивание, административный произвол, организационные трудности в процессах подготовки и защиты диссертаций), указывает на существование угроз, не улавливаемых стандартными западными шкалами. Эти угрозы имеют экзистенциальный характер, затрагивая базовые потребности в стабильности, признании и контроле над собственной профессиональной судьбой, и часто провоцируют процессы профессионального выгорания (Березина, 2019; Гнездилов и др., 2024).

Заключение

Предложенная интегративная теоретическая модель, объединяющая ресурсный (Hobfoll, 1989; Водопьянова, 2008), средовой (Ясвин, 2001; Баева, 2002), индивидуально-личностный (Березина, 2019), экопсихологический (Панов, 2014), акмеологический (Деркач, 2004; Кузьмина, 1990) и энергоинформационный (Ананьев, 1996; Леонова, 2007) подходы, позволяет преодолеть как западноцентричный уклон, так и сугубо личностную трактовку выгорания. Она обосновывает необходимость культурной адаптации определения и диагностического инструментария психологической безопасности, а также открывает перспективы для кросс-культурных сравнительных исследований (Кочетков, и др., 2023).

В модели введены и операционализированы ключевые конструкты — межличностный риск и толерантность к нему, которые выступают психологическим механизмом, опосредующим

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

влияние характеристик образовательной среды на профессиональное выгорание. Выявлены культурно-специфические механизмы (коллективный проактивный копинг, парадокс безопасности, экзистенциальные угрозы), требующие дальнейшего эмпирического изучения.

Эмпирическая проверка модели на выборке российских преподавателей ($n \geq 60$) без деления на подгруппы станет следующим этапом работы и позволит оценить объяснительный потенциал предложенного синтеза. Полученные результаты могут быть использованы для разработки программ профилактики выгорания и повышения психологической безопасности в системе высшего образования. Перспективным направлением также является разработка и валидизация нового диагностического инструментария, учитывающего культурную специфику российского академического контекста.

Ограничения. Данное исследование носит теоретический характер, поэтому эмпирическая верификация модели не проводилась. Предложенные конструкты требуют дальнейшей операционализации и разработки методик измерения. Также модель разработана применительно к профессорско-преподавательскому составу и не учитывает специфику административных работников вузов, что ограничивает возможность обобщения результатов на другие категории персонала.

Limitations. This study is theoretical in nature; therefore, empirical verification of the model was not conducted. The proposed constructs require further operationalization and the development of measurement instruments. Furthermore, the model was developed specifically for the teaching staff (professors and instructors) and does not take into account the specificities of administrative personnel in universities, which limits the generalizability of the findings to other employee categories.

Список источников / References

1. Ананьев, Б.Г. (1996). *Психология и проблемы человекознания*. М.: Институт практической психологии.
Ananyev, B.G. (1996). *Psychology and problems of human science*. Moscow: Institute of Practical Psychology. (In Russ.).
2. Баева, И.А. (2002). *Психологическая безопасность образовательной среды: теоретические основы и технологии создания*. СПб.
Baeva, I.A. (2002). *Psychological safety of the educational environment: theoretical foundations and technologies of creation*. St. Petersburg. (In Russ.).
3. Березина, Т.Н. (2019). Психологические ресурсы совладания с профессиональным выгоранием у педагогов. *Психологические исследования*, 12, 7—15.
Berezina, T.N. (2019). Psychological resources of coping with professional burnout among teachers. *Psychological Studies*, 12, 7—15. (In Russ.).
4. Бодалев, А.А. (2003). *Психология общения*. М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: НПО «МОДЭК».
Bodalev, A.A. (2003). *Psychology of communication*. Moscow: Moscow Psychological and Social Institute Publishing; Voronezh: NPO MODEK. (In Russ.).

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

5. Водопьянова, Н.Е. (2008). *Синдром выгорания: диагностика и профилактика*. СПб.: Питер.
Vodopyanova, N.E. (2008). *Burnout syndrome: diagnosis and prevention*. St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
6. Гнездилов, Г.В., Крук, В.М., Ионкин, В.Б., Кулик, Д.Ю. (2024). Психологическая готовность и надежность личности военнослужащего в контексте профессионального психологического отбора как средства профессиональной и психологической подготовки кадров. *Человеческий капитал*, 6, 63—72.
Gnezdilov, G.V., Kruk, V.M., Ionkin, V.B., Kulik, D.Yu. (2024). Psychological readiness and reliability of a serviceman's personality in the context of professional psychological selection as a means of professional and psychological training of personnel. *Human Capital*, 6, 63—72. (In Russ.).
7. Деркач, А.А. (2004). *Акмеологические основы развития профессионала*. М.: РАГС.
Derkach, A.A. (2004). *Acmeological foundations of professional development*. Moscow: RAGS. (In Russ.).
8. Ерзылева, И.А., Мамаева, Ю.А. (2024). Психологическая безопасность преподавателя вуза в условиях цифровой трансформации образования. *Бизнес. Образование. Право*, 2, 360—364.
Erzyleva, I.A., Mamaeva, Yu.A. (2024). Psychological safety of a university teacher in the context of digital transformation of education. *Business. Education. Law*, 2, 360—364. (In Russ.). <https://doi.org/10.25683/VOLBI.2024.67.952>
9. Кочетков, Н.В., Маринова, Т.Ю., Орлов, В.А., Расходчикова, М.Н., Хаймовская, Н.А. (2023). Актуальные зарубежные исследования профессионального выгорания у учителей. *Современная зарубежная психология*, 12(2), 43—52.
Kochetkov, N.V., Marinova, T.Yu., Orlov, V.A., Raskhodchikova, M.N., Khaimovskaya, N.A. (2023). Current foreign studies of professional burnout among teachers. *Modern Foreign Psychology*, 12(2), 43—52. (In Russ.) <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120204>
10. Кузьмина, Н.В. (1990). *Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения*. М.: Высшая школа.
Kuzmina, N.V. (1990). *Professionalism of the personality of a teacher and master of vocational training*. Moscow: Vysshaya shkola. (In Russ.).
11. Леонова, А.Б. (2007). *Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике*. М.: Институт психологии РАН.
Leonova, A.B. (2007). *Comprehensive strategy for analyzing occupational stress: from diagnosis to prevention*. Moscow: Institute of Psychology RAS. (In Russ.).
12. Леонова, О.И., Поликаркина, Е.И. (2014). Механизмы создания психологически безопасной образовательной среды в образовательной организации общего образования. *Психологическая наука и образование*, 6(3), 276—285.
<https://doi.org/10.17759/psyedu.2014060326>

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

- Leonova, O.I., Polikarkina, E.I. (2014). Mechanisms for creating a psychologically safe learning environment in an educational institution of general education. *Psychological-Educational Studies*, 6(3), 276—285. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/psyedu.2014060326>
13. Литвинова, А.В., Новикова, С.Д. (2026). Специфические стрессы и ресурсы педагогов как факторы профессионального долголетия. *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(1), 12—32. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030101>
Litvinova, A.V., Novikova, S.D. (2026). Specific stresses and resources of teachers as factors of professional longevity. *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(1), 12—32. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030101>
 14. Панов, В.И. (2014). *Экопсихология: парадигмальный поиск*. М.; СПб.: Нестор-История.
Panov, V.I. (2014). *Ecopychology: a paradigmatic search*. Moscow; St. Petersburg: Nestor-Istoriya. (In Russ.).
 15. Семенов, А.Л. (2019). Трансформация академической профессии в России: между эффективностью и выживанием. *Вопросы образования*, 3, 120—138.
Semenov, A.L. (2019). Transformation of the academic profession in Russia: between efficiency and survival. *Educational Studies*, 3, 120—138. (In Russ.).
 16. Хасан, Б.И., Тюменева, Ю.А. (2012). Особенности организационной культуры российских вузов. *Психология образования*, 4, 78—89.
Khasan, B.I., Tyumeneva, Yu.A. (2012). Characteristics of organizational culture in Russian universities. *Psychology of Education*, 4, 78—89. (In Russ.).
 17. Ясвин, В.А. (2001). *Образовательная среда: от моделирования к проектированию*. М.: Смысл.
Yasvin, V.A. (2001). *Educational environment: from modeling to design*. Moscow: Smysl. (In Russ.).
 18. Bakker, A.B., Demerouti, E. (2024). Job demands-resources theory: Frequently asked questions. *Journal of Occupational Health Psychology*, 29(3), 188—200. <https://doi.org/10.1037/ocp0000376>
 19. Detert, J.R., Burris, E.R. (2007). Leadership behavior and employee voice: Is the door really open? *Academy of Management Journal*, 50(4), 869—884. <https://doi.org/10.5465/amj.2007.26279183>
 20. Edmondson, A.C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350—383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
 21. Fleming, C.M., Calvert, H.G., Turner, L. (2023). Burnout among school staff: A longitudinal analysis of leadership, connectedness, and psychological safety. *School Mental Health: A Multidisciplinary Research and Practice Journal*, 15(3), 900—912. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09594-x>
 22. Gong, B., Li, Y. (2025). Professional identity and burnout among college teachers under China's up-or-out policy: The role of psychological safety climate. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 53(6), e14413. <https://doi.org/10.2224/sbp.14413>

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

23. Hascher, T., Beltman, S., Mansfield, C. (2021) Teacher wellbeing and resilience: Towards an integrative model. *Educational Research Review*, 34, e100416. <https://doi.org/10.1080/00131881.2021.1980416>
24. Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513—524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
25. Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations*. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
26. House, R.J., Hanges, P.J., Javidan, M., Dorfman, P.W., Gupta, V. (2004). *Culture, Leadership, and Organizations: The GLOBE Study of 62 Societies*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
27. Maslach, C., Schaufeli, W.B., Leiter, M.P. (2001) Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397—422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
28. Stang-Rabrig, J., Brüggemann, T., Lorenz, R., McElvany, N. (2022). Teachers' occupational well-being during the COVID-19 pandemic: The role of resources and demands. *Teaching and Teacher Education*, 117, 103803. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2022.103803>

Информация об авторах

Алексей Викторович Тимохин, студент 2 курса магистратуры факультета психологии, Государственный университет просвещения (ГУП), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6965-0917>, e-mail: kavabota@yandex.ru

Геннадий Валентинович Гнездилов, кандидат психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии труда и психологического консультирования, Государственный университет просвещения (ГУП), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: ggnezdilov@mail.ru

Information about the authors

Alexey V. Timokhin, 2nd-year Master's student, Faculty of Psychology, State University of Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6965-0917>, e-mail: kavabota@yandex.ru

Gennady V. Gnezdilov, Candidate of Science (Psychology), Professor, Professor of the Department of Labor Psychology and Psychological Counseling, State University of Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: ggnezdilov@mail.ru

Вклад авторов

Тимохин А.В. — идеи исследования; обзор литературы; написание и оформление рукописи; разработка теоретической модели; формулировка выводов.

Гнездилов Г.В. — научное руководство; концептуализация; критический пересмотр текста; доработка модели и культурно-специфических аспектов.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Тимохин А.В., Гнездилов Г.В. (2026)
Интегративная теоретическая модель исследования
психологической безопасности преподавателей вуза
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 145—159.

Timokhin A.V., Gnezdilov G.V. (2026)
Integrative theoretical model of psychological
safety research among university teachers
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 145—159.

Contribution of the authors

Alexey V. Timokhin — research ideas; literature review; writing and design of the manuscript; development of the theoretical model; formulation of conclusions.

Gennady V. Gnezdilov — scientific supervision; conceptualization; critical revision of the text; refinement of the model and culturally specific aspects.

Both 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

Настоящее исследование является обзорно-аналитическим и не предполагает сбора эмпирических данных с участием людей, поэтому в соответствии с политикой журнала «Экстремальная психология и безопасность личности» в отношении теоретических и обзорных публикаций получение заключения Этического комитета не требуется. Все использованные источники процитированы корректно, а анализ проведен в рамках общепринятых этических норм научной работы.

Ethics statement

This study is a review-analytical work and does not involve the collection of empirical data from human participants. Therefore, in accordance with the policy of the journal *Extreme Psychology and Personal Safety* regarding theoretical and review publications, approval from the Ethics Committee is not required. All cited sources are properly referenced, and the analysis has been conducted in compliance with generally accepted ethical standards of scholarly work.

Поступила в редакцию 15.08.2026
Поступила после рецензирования 17.08.2026
Принята к публикации 06.09.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.08.15
Revised 2026.08.17
Accepted 2026.09.06
Published 2026.09.30

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ | EXTREME PSYCHOLOGY

Научная статья | Original paper

Телесные практики в психологической реабилитации при ПТСР (обзор зарубежных исследований)

Е.В. Храмов¹✉, Е.Ю. Литвинова¹

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

✉ ev.khramov@gmail.com

Резюме

Контекст и актуальность. Психотерапия при ПТСР является серьезной проблемой, сопровождающейся большим количеством терапевтических неудач. Несмотря на успехи разговорной психотерапии, в частности когнитивно-поведенческой (КПТ), примерно половина пациентов демонстрируют частичную или полную резистентность к монотерапии. **Цель:** выявить эффективность использования телесно-ориентированных подходов к психотерапии при ПТСР в сочетании их с классическими психотерапевтическими методами. **Методы и материалы.** В статье представлен обзор и анализ результатов современных зарубежных исследований по внедрению телесных практик при психологической реабилитации пациентов с ПТСР. **Результаты.** Показано, что в структуре ПТСР наличествует различная психосоматическая симптоматика, связанная с гипервозбуждением, которая не корректируется вербальными когнитивно-ориентированными методами психотерапии. Задействованные дыхательные и двигательные упражнения при некоторых формах ПТСР привели к снижению выраженности симптомов, особенно гипервозбуждения. **Выводы.** Ряд зарубежных авторов считает, что вербальные и когнитивные вмешательства недостаточно охватывают подкорковые области мозга, необходимые для обработки интенсивного стресса, и добавление телесных практик к традиционному лечению ПТСР может повысить их эффективность. Результаты исследований указывают на то, что различные виды психомоторной терапии, основанной на телесно- и двигательно-ориентированных техниках, могут быть ценным дополнением к когнитивно-поведенческим реабилитационным программам при ПТСР.

Ключевые слова: посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), соматические и психосоматические нарушения, телесно-ориентированные практики, психологическая реабилитация, эффективность психотерапии при

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований). *Экстремальная психология и безопасность личности*,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research). *Extreme Psychology and Personal Safety*,
3(3), 160—173.

ПТСР, гипервозбуждение, дисбаланс вегетативной нервной системы,
двигательно-ориентированные психотерапевтические техники и упражнения

Для цитирования: Храмов, Е.В., Литвинова, Е.Ю. (2026). Телесные практики в психологической реабилитации при ПТСР (обзор зарубежных исследований). *Экстремальная психология и безопасность личности*, 3(3), 160—173. <https://doi.org/10.17759/epps.2026030309>

Body practices in psychological rehabilitation for PTSD (review of foreign research)

E.V. Khramov¹✉, E.Yu. Litvinova¹

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

✉ ev.khramov@gmail.com

Abstract

Context and relevance. Psychotherapy for PTSD is a serious challenge, with a high rate of treatment failure. Despite the success of talk therapy, particularly cognitive-behavioral therapy (CBT), approximately half of patients exhibit partial or complete resistance to monotherapy. **Objective.** To identify the effectiveness of using body-oriented approaches to psychotherapy for PTSD in combination with classical psychotherapeutic methods. **Methods and materials.** The article presents a review and analysis of the results of modern foreign studies on the introduction of body practices in the psychological rehabilitation of patients with PTSD. **Results.** It has been shown that PTSD is characterized by various psychosomatic symptoms associated with hyperarousal, which are not addressed by verbal, cognitive-oriented psychotherapy methods. Breathing and movement exercises have been shown to reduce the severity of symptoms, particularly hyperarousal, in some forms of PTSD. **Conclusions.** A number of international authors believe that verbal and cognitive interventions insufficiently target the subcortical areas of the brain necessary for processing intense stress, and that adding body-based practices to traditional PTSD treatments may enhance their effectiveness. Research findings indicate that various types of psychomotor therapy based on body- and movement-oriented techniques may be a valuable addition to cognitive-behavioral rehabilitation programs for PTSD.

Keywords: post-traumatic stress disorder (PTSD), somatic and psychosomatic disorders, body-oriented practices, psychological rehabilitation, the effectiveness of psychotherapy, hyperexcitation, imbalance of the autonomic nervous system, movement-oriented psychotherapeutic techniques, aerobic and physical exercises

For citation: Khramov, E.V., Litvinova, E.Yu. (2026). Body practices in psychological rehabilitation for PTSD (review of foreign research). *Extreme Psychology and Personal Safety*, 3(3), 160—173. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/epps.2026030309>

Введение

В современном мире лечение ПТСР является серьезной проблемой, сопровождающейся большим количеством терапевтических неудач. Несмотря на успехи разговорной психотерапии, в частности когнитивно-поведенческой (КПТ) и десенсибилизации движением глаз (ДПДГ), примерно половина пациентов демонстрируют частичную или полную резистентность к монотерапии. Возникает серьезная необходимость внедрения мультимодальных, интегративных подходов к психотерапии, которые сочетают как классические психотерапевтические методы, так и дозированную и целенаправленную физическую активность, выступающую в качестве полноправного инструмента терапевтического процесса.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) — это хроническое выраженное расстройство, характеризующееся симптомами повторного переживания травмирующих событий, избеганием определенных стимулов, эмоциональными нарушениями и гипервозбуждением в результате психотравмирующих воздействий (Van de Kamp et al., 2019). В психологической литературе все чаще упоминается о том, что ПТСР «сопровождается обширным и самым разнообразным набором соматических и психосоматических нарушений различной нозологии» (Храмов и др., 2023, с. 69; Цейликман и др., 2018; Fonkoue, 2020; Fu, 2022; Schneider, Schwerdtfeger, 2020). Как показывает практика, при реабилитации пациентов, страдающих ПТСР, сугубо когнитивно-ориентированные интервенции не решают проблемы (Цейликман и др., 2018; Răman et al., 2025). Несмотря на то, что различные виды психотерапии (систематическая десенсибилизация, когнитивно-поведенческие психотехнологии и др.) показали свою эффективность при ПТСР, такие симптомы, как нарушения сна, псевдоневрологические алгии, различные психосоматические дисфункции и другие проблемы, связанные с физическим здоровьем, часто остаются (Van de Kamp et al., 2019).

Согласно клиническим рекомендациям Российского общества психиатров, реабилитацию пациентов с ПТСР следует начинать с выполнения комплекса лечебной физической культуры (ЛФК), выполнения физических упражнений и дозированных физических нагрузок для повышения функциональной пластичности головного мозга. «Отмечено положительное влияние физических упражнений и физической активности на тяжесть симптомов ПТСР — снижение симптомов депрессии и тревоги, плохого качества сна, снижение злоупотребления психоактивными веществами, повышение качества жизни. Рекомендованы комбинированные упражнения (тренировки с отягощениями, аэробные упражнения, силовые упражнения, традиционная оздоровительная гимнастика), проводимые в течение 12 недель, три раза в неделю в течение 30—60 минут на процедуру» (Посттравматическое стрессовое расстройство. Клинические рекомендации, 2023, с. 52).

Психотерапевты могут повысить продуктивность психодинамической, когнитивно-поведенческой и других традиционных вербальных методов психотерапии, включив в эту систему телесные практики. Телесно-ориентированные вмешательства, например через движение, могут быть направлены на коррекцию телесного функционирования, на большую осознанность телесных процессов при алекситимии, эмоциональную разрядку, снижение мышечного гипертонуса (Leijssen, 2006; Salehi et al., 2026).

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

Целью настоящего исследования является обзор современных зарубежных работ, направленных на изучение влияния различных видов телесных практик на тяжесть симптомов ПТСР, на оценку эффективности телесно-ориентированных методов в реабилитации пациентов с ПТСР.

Исследование эффективности двигательных техник в реабилитации при ПТСР

Постоянное повторное переживание травматических событий, избегание травмирующих стимулов, негативные когниции и настроения, а также изменения возбуждения и реактивности, такие как диссоциативные симптомы, раздражительность, гипербдительность и нарушения сна, являются характерными симптомами посттравматического стрессового расстройства. Кроме того, у пациентов с ПТСР часто встречаются и соматические заболевания. К ним относятся, например, болезни, связанные с сердечно-сосудистой и дыхательной системами, опорно-двигательным аппаратом, неврологические и желудочно-кишечные расстройства, метаболический синдром, хронические боли и воспаление, а также иные жалобы на физическое состояние (Rosendahl, Sattel, Lahmann, 2021; Röhrich, 2009; Van de Kamp et al., 2019; Van de Kamp et al., 2025). Предполагается, что ПТСР сопровождается дисбалансом вегетативной нервной системы, характеризующимся снижением парасимпатической активности и повышенной симпатической активностью (Fonkoue, 2020; Fu, 2022; Schneider, Schwerdtfeger, 2020; Streeter et al., 2012).

Как отмечает Лаура Роман с соавторами (Răman et al., 2025), традиционные когнитивно-ориентированные психотерапевтические подходы в первую очередь направлены на префронтальную кору, тогда как нейробиологические исследования показывают, что именно подкорковые центры мозга играют значительную роль в обработке стрессового состояния. Освоение навыков регуляции возбуждения является ключевым элементом эффективного преодоления психотравмы. Психотерапевтическая интервенция, основанная исключительно на вербальной обработке последствий стрессового воздействия, недостаточна для облегчения физиологической регуляции возбуждения. К тому же ряд остаточных симптомов после рекомендованных видов лечения являются обычным явлением: например, после когнитивной психотерапии при ПТСР нередко наблюдаются симптомы гипервозбуждения. Это может свидетельствовать, что эти симптомы скорее физиологически, чем когнитивно обусловлены, соответственно на них трудно воздействовать с помощью вербально-ориентированных методов лечения, в основном обращающихся только к областям коры головного мозга. Это подтверждается и результатами исследований: эффективность когнитивных вмешательств при ПТСР показала себя на уровне ~60% (Răman et al., 2025; Van de Kamp et al., 2025).

За последнее десятилетие результаты изучения влияния физических упражнений на симптомы ПТСР у гражданских лиц и ветеранов военных действий были представлены в нескольких систематических обзорах, продемонстрировавших неоднозначную эффективность этих методов. Вместе с тем, сообщалось, что дыхательные упражнения и физическая активность в целом могут положительно влиять на ряд основных симптомов ПТСР (Björkman, Ekblom, 2022; Fang et al., 2026). В целом, идея о том, что физическая активность и телесно-ориентированные упражнения — это жизнеспособные методы лечения ПТСР, набирает все

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

большую популярность в исследовательском сообществе (Hegberg, J. Hayes, S. Hayes, 2019; Van de Kamp et al., 2019).

В связи с этим довольно показательно мнение Франка Рёрихта, психиатра-консультанта, профессора Школы социальных исследований и здравоохранения Университета Хартфордшира (Великобритания): телесно-ориентированная психотерапия (ТОП) при лечении психических расстройств, согласно результатам некоторых клинических эмпирических исследований, имеет достаточно высокую эффективность. Особенно ТОП актуальна при наличии в структуре заболевания соматических (психосоматических) расстройств на фоне ограниченной эффективности традиционных вербальных методов психотерапии, в частности при некоторых формах посттравматического стрессового расстройства. Тем не менее относительно результативности использования ТОП, наряду с другими видами психотерапии, остается много неясного (Röhrich, 2009).

В связи с растущим интересом к телесно-ориентированным практикам при ПТСР, проводится множество исследований по оценке их эффективности. Нидерландские специалисты из Специализированного центра лечения травм PsyQ (Van de Kamp et al., 2019) провели систематический обзор и метаанализ 22 исследований по оценке эффективности телесно-ориентированных и двигательно-ориентированных психотерапевтических техник при реабилитации взрослых пациентов с посттравматическим стрессовым расстройством. В обзор были включены только исследования, в которых телесные интервенции применялись самостоятельно, без комбинации с другими видами психотерапии. Метаанализ показал, что телесно-ориентированные и двигательно-ориентированные техники приводят к значительному сокращению перечня общей симптоматики ПТСР, особенно гипервозбуждения, включая некоторое снижение проявлений коморбидной депрессии.

Авторы отмечают, что нарушения эмоциональной сферы при ПТСР не корректируются в достаточной степени с помощью вербально-когнитивной интервенции. Для пациентов с ПТСР реабилитация, начинающаяся с тела и физических упражнений, может быть более эффективна в плане регуляции уровня возбуждения. Такими видами интервенций могут быть релаксационная терапия, психомоторная психотерапия, телесно-ориентированная и двигательно-ориентированная психотерапия как дополнение к когнитивно-поведенческим техникам.

Минке М. ван де Камп (Van de Kamp et al., 2019) с коллегами в своей работе указывают, что существует значительное разнообразие телесно-ориентированных техник, которые, на текущий период, представляют относительно новый вид интервенции в лечении ПТСР. Из исследований, включенных в этот обзор, можно сделать вывод, что добавление телесно-ориентированных практик к обычным (когнитивным, поведенческим и/или медицинским) методам лечения может привести к значительному уменьшению симптомов ПТСР и степени их выраженности. Однако необходимы дальнейшие исследования эффективности реабилитационных телесно-ориентированных программ. В 2023 году Минке М. ван де Камп с коллегами представили обновленные результаты метаанализа, опубликованного ими ранее, в 2019 году. Исследование было ориентировано также на оценку эффективности телесных и двигательных психотерапевтических практик для взрослых с посттравматическим стрессовым расстройством в плане снижения симптомов ПТСР и вторичных последствий депрессивных симптомов на фоне нарушений сна с кошмарными сновидениями. Результаты исследования

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

показали, что нарушения сна — это не только симптом или следствие ПТСР, но и одно из проявлений гипервозбуждения, которое сопровождается учащением сердечных сокращений, нарушениями дыхания, тремором и мышечным напряжением (Van de Kamp et al., 2023).

Обновленный метаанализ, включивший 29 исследований, касался психотерапевтических вмешательств на основе использования йоги, физических упражнений, групповой формы работы с различными двигательными техниками и упражнений на расслабление. В результате значимым «открытием», по мнению исследователей, является засвидетельствование умеренного снижения депрессивных проявлений и гетерогенных симптомов ПТСР, но значительного позитивного эффекта в плане повышения качества сна. Данное обстоятельство особенно важно с учетом того, что нарушения сна являются фактором риска развития других расстройств и симптомов. Авторы делают вывод, что телесно-ориентированные практики могут быть крайне полезны для пациентов с ПТСР.

В другом исследовании анализируется опыт работы «Голландского общества психомоторной терапии» с психическими расстройствами, связанными с травмой, в частности с ПТСР. Психомоторная терапия использует различные двигательные техники с целью регуляции эмоциональных состояний. Авторы считают, что вербальные и когнитивные вмешательства могут недостаточно охватить подкорковые области мозга, необходимые для обработки интенсивного стресса, и добавление физических упражнений к традиционному лечению ПТСР может повысить их эффективность. В то же время, по мнению исследователей, использование только физических упражнений имеет ограниченное влияние на симптомы ПТСР, но может уменьшить сопутствующие симптомы депрессии и улучшить качество сна. Физические упражнения (например, прогрессирующая мышечная релаксация Джейкобсона) в сочетании со стандартными видами психотерапии могут положительно влиять на симптомы ПТСР через такие механизмы, как десенсибилизация, повышение нейропластичности, воздействие на гипоталамо-гипофизарные взаимосвязи. Авторы подчеркивают, что психомоторная терапия, основанная на телесно-ориентированных и двигательно-ориентированных техниках, может быть ценным дополнением к когнитивно-поведенческим реабилитационным программам при ПТСР (Van de Kamp et al., 2025).

Специфической разновидностью телесно-ориентированной психотерапии, широко используемой в психиатрической помощи в Нидерландах и Бельгии, является именно психомоторная терапия (ПМТ), направленная на уменьшение симптоматики у пациентов, улучшение психического здоровья и психосоциального функционирования. Лечение, начинающееся с физических упражнений для поддержания процесса регуляции возбуждения, может быть подходящим дополнением к лечению сложной психотравмы.

В частности, на базе семи специализированных центров лечения психотравм в Нидерландах Лаурой Роман с коллегами (Răman et al., 2025) для пациентов с ПТСР была разработана реабилитационная программа «Движение в травме (MiT)» с целью освоения навыков саморегуляции возбуждения. Программа MiT была разработана на основе многочисленных обсуждений и обмена опытом психомоторных психотерапевтов. Программа предназначалась для внедрения на начальных этапах лечения сложной травмы. MiT предполагает интервенции, ориентированные на тело и движение, на физиологическую саморегуляцию возбуждения и контролирование своего состояния. Оценивались различия по результативности данной программы между группами с комплексным и некомплексным ПТСР. В ходе реализации MiT-

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

интервенции участники овладевали навыками психоэмоциональной саморегуляции при хроническом состоянии стресса, вызванного психотравмой.

Данная реабилитационная программа состояла из двенадцати еженедельных встреч по 90 минут в закрытых группах из 6—8 человек. На основе клинических наблюдений были выделены три основные темы: осознание телесных сигналов, регулирование возбуждения и восстановление чувства контроля. Двигательные, телесно-ориентированные упражнения составляли основу данного вида психотерапии. На основе экспертной оценки лечащего врача была сформирована выборка пациентов, критерием включения в нее было наличие диагноза ПТСР. Возраст участников варьировал от 19 до 59 лет. Выборка включала 7 мужчин (23%) и 23 женщины (77%). Она была дополнительно разделена на две группы: с комплексным ПТСР ($n = 17$) и некомплексным ПТСР ($n = 13$).

Результаты показали, что у участников с комплексным ПТСР симптомы гипервозбуждения снизились значительно, чем у участников с несложным ПТСР. По мнению авторов, это очень обнадеживающий результат, поскольку более ранние исследования показывали высокую устойчивость симптомов гипервозбуждения при ПТСР после окончания традиционных процедур психотерапевтической реабилитации. Текущие результаты показали, что более комплексный подход, включающий программу MiT в стандартное лечение, может значительно повлиять на эти «резистентные» симптомы гипервозбуждения при комплексном ПТСР.

Эффективность двигательных-дыхательных техник в реабилитации при ПТСР

Еще один интересный обзор принадлежит группе американских коллег (Hegberg, J. Hayes, S. Hayes, 2019), которые проанализировали и обобщили результаты исследований, нацеленные на изучение влияния аэробных упражнений на симптоматику ПТСР. Рассмотрение 19 существующих релевантных исследований дает убедительные доказательства того, что аэробные упражнения сами по себе или в качестве дополнения к стандартным вариантам психотерапии могут положительно влиять на симптомы ПТСР. Позитивные эффекты наблюдались как в гражданских, так и в военных выборках, как у женщин, так и у мужчин. В то же время, как подчеркивают авторы, на сегодняшний день точные механизмы, с помощью которых полезные эффекты упражнений могут влиять на ПТСР, неизвестны.

Исследование группы американских ученых (Seppälä et al., 2014) было посвящено выяснению влияния медитации на основе дыхательных техник (Сударшан Крия-йоги) на симптоматику ПТСР у ветеранов вооруженных сил США на фоне высокой личностной тревожности и склонности к суицидальному поведению. Согласно мнению авторов, традиционные методы психотерапии были эффективны среди ветеранов на уровне ~50% по выборке излеченных, а результаты фармацевтического лечения оказывались крайне неоднозначными при значительном наборе остаточных симптомов ПТСР, что указывает на критическую необходимость поиска альтернативных или дополнительных психотехнологий в реабилитации пациентов с ПТСР.

Согласно предположениям авторов, практики медитации на основе дыхания могли бы снизить стрессовое расстройство, характеризующееся гипервозбуждением, вегетативной дисфункцией, негативным аффектом и трудностями в регуляции эмоций, поскольку дыхание

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

и эмоции — физиологически взаимосвязанные процессы с обоюдонаправленным взаимовлиянием. Таким образом, должна была снизиться выраженность симптомов ПТСР, а также тревога и психофизиологическая реакция на посттравматические страхи. Для оценки эффективности йоги Сударшан Крия использовался комплексный подход — самооценка симптомов и психофизиологическое тестирование.

Исследуемая выборка состояла только из ветеранов мужского пола ($n = 21$) от 18 лет и старше с диагнозом ПТСР. При рандомизации выборка была распределена на равноценные группы: экспериментальную ($n = 11$) и контрольную ($n = 10$). Техника Сударшан Крия-йога была реализована в формате групповых занятий, медитативное состояние вызывалось с помощью специальных контролируемых дыхательных упражнений с закрытыми глазами. Длительность реализации программы составляла 7 дней по 3 часа.

Согласно авторам, представленное исследование было первой попыткой рандомизированного испытания техники Сударшан Крия-йоги, которая привела к снижению выраженности симптомов ПТСР, тревожности, гипервентиляционного синдрома и гипервозбуждения в экспериментальной группе у ветеранов вооруженных сил США. Сударшан Крия-йога показала наибольшее влияние на гипервозбуждение и повторное переживание психотравмирующих событий, а также на генерализованные симптомы тревоги. Эти результаты обнадеживают, учитывая, что из трех симптомокомплексов ПТСР у ветеранов гипервозбуждение оказывает наибольшее влияние на качество жизни, связанное со здоровьем. Кроме того, дыхательные упражнения Сударшан Крия-йоги приводят к сбалансированности активации парасимпатической и симпатической систем на основе достижения релаксационного состояния.

Еще одна группа американских исследователей во главе с С.С. Стритером (Streeter et al., 2012) выдвинули гипотезу о том, что вегетативная нервная система играет центральную роль в реакции на стресс. Стресс вызывает дисбаланс вегетативной нервной системы, связанный с уменьшением активности парасимпатической нервной системы и повышением активности симпатической нервной системы. Психотерапевтические практики на основе йоги частично корректируют пониженную активность парасимпатической нервной системы и восстанавливают оптимальный гомеостаз, что приводит к снижению проявления симптомов ПТСР, включая депрессию и психосоматические алгии.

Группа испанских психологов, обобщив результаты 23 различных рандомизированных клинических исследований, констатировала: мультимодальные программы физических и дыхательных упражнений могут снизить выраженность симптомов посттравматического стрессового расстройства и коморбидных нарушений, в частности депрессии, тревожности, нарушений сна, и повысить качество жизни пациентов (Martinez-Calderon et al., 2024).

Группа исследователей во главе с Ларой Г. Хилтон (Hilton et al., 2019) провела оценку эффективности специальной программы интегративного лечения ПТСР, нацеленного в первую очередь на снижение выраженности стресса. Симптомы боевого стресса являются ожидаемой реакцией на экстремальные ситуации, но чрезмерно выраженный боевой стресс может привести к разрушительным симптомам (например, психологическому и физиологическому возбуждению, депрессии, тревоге, диссоциации и физическим симптомам). Специальная программа психотерапевтического вмешательства была

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

задействована после проведения медикаментозного лечения. Количественные результаты были собраны и проанализированы у 595 участников «до» и «после» вмешательств и 6-недельного наблюдения, а качественные данные были получены с помощью интервью с участниками. В качестве интервенции использовались техники на дыхание, релаксацию и ежедневные сеансы йога-нидры. Основным критерием оценки исхода была тяжесть симптомов ПТСР, оцененная с помощью контрольного списка ПТСР — военная версия (PCL-M). Результаты исследования свидетельствуют о положительных качественных изменениях в эмоциональной сфере участников: повышении эмоциональной стабильности, снижении стрессового состояния и тревоги, улучшении сна.

Среди исследователей нет единого мнения относительно того, какие именно физические и дыхательные активности наиболее эффективны. Так, по мнению Фриды Бьёркман (Björkman, Ekblom, 2022), до конца не определено, какой тип физической активности наиболее существенно влияет на симптомы ПТСР. В своей работе «Физические упражнения как лечение ПТСР: систематический обзор и метаанализ» авторы представили результаты одиннадцати исследований, в которых участники с диагнозом ПТСР случайным образом были распределены на контрольную группу, не занимающуюся физическими упражнениями, и группу, практиковавшую такие вмешательства, как йога и различные физические упражнения. Общее число участников, включенных в исследования, составляло 605 мужчин и женщин в возрасте от 18 до 78 лет.

Целью их исследования было проведение систематического анализа влияния физических упражнений на тяжесть симптомов у лиц с ПТСР. Гипотеза заключалась в том, что физические упражнения, в частности, йога, позитивно влияют на тяжесть симптомов и что групповой формат занятий будет более благоприятным, чем индивидуальный. Телесные практики включали йогу (все виды йоги), аэробные (например, ходьба, плавание, велоспорт, бег) и анаэробные (например, силовые) упражнения. Продолжительность вмешательства варьировалась от 3 до 20 недель, а медианный общий объем активности в ходе вмешательств составлял 20 часов.

Анализ результатов показал незначительный, но стойкий эффект позитивного влияния физической активности на депрессивные симптомы и более выраженное влияние на качество сна. Фрида Бьёркман с коллегами пришли к выводу о том, что физические упражнения могут быть эффективным дополнением к лечению ПТСР, а дальнейшие исследования должны быть направлены на выявление оптимального типа, дозы и продолжительности активности, наиболее полезных для людей с ПТСР.

Исследование влияния на симптомы ПТСР комплекса занятий йогой было проведено во Франции Ниной Лаплауд с коллегами (Laplaud et al., 2023). В их метаанализ были включены результаты 4434 пациентов из шести баз данных (Cochrane Database, MEDLINE (Pubmed), Scopus, Embase, CINAHL и PEDro). Как утверждают авторы исследования, результаты занятий йогой свидетельствуют о значительном снижении выраженности симптомов ПТСР. В то же время, подчеркивают Нина Лаплауд и ее коллеги, хотя йога-терапия кажется перспективной для снижения симптомов ПТСР, будущие исследования должны стандартизировать продолжительность, частоту, тип йога-терапии и оценить долгосрочность ее эффективности для пациентов с ПТСР.

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

В целом, исследования последних лет показывают, что йога-терапия является перспективным дополнением к лечению психологической травмы. Пилотное исследование, проведенное американскими коллегами (Skopp et al., 2025), было нацелено на выявление связи между психофизиологическим состоянием стресса, результативностью диафрагмального дыхания и программы использования йоги, разработанной специально для военнослужащих, подвергшихся психотравме. Участниками являлись 31 военнослужащий, обучавшиеся телесно-ориентированным техникам по программе интенсивного амбулаторного лечения. Частота сердечных сокращений и переживаемое состояние стресса измерялись «до» и «после» практики йоги и сессии диафрагмального дыхания. Результаты исследования показали снижение частоты пульса и выраженности стрессового состояния.

По мнению исследователей из Австралии (Bryant et al., 2023), несмотря на то что экспозиционная терапия (метод когнитивно-поведенческой психотерапии, направленный на постепенное привыкание к объекту или ситуации, вызывающей страх, в условиях безопасности) и является центральной в перечне психотерапевтических интервенций при посттравматическом стрессовом расстройстве, многие пациенты не восприимчивы к такому виду лечения. Авторы провели собственное рандомизированное контролируемое исследование, целью которого было выявить влияние кратковременных аэробных упражнений на эффективность экспозиционной терапии в плане снижения тяжести симптомов ПТСР. Согласно полученным результатам, кратковременные аэробные упражнения могут повысить долгосрочность результатов экспозиционной терапии при ПТСР. Данный подход, при сочетании дыхательных техник с когнитивно-поведенческой терапией, представляет собой простой и доступный способ повысить эффективность применения экспозиционной терапии при ПТСР.

Заключение

Обзор и анализ результатов представленных зарубежных исследований позволяют выдвинуть обоснованное предположение о том, что посттравматическое стрессовое расстройство, исходя из перечня описываемой симптоматики (психической и соматической), можно отнести к разряду системных психосоматических расстройств (Krantz, Shank, Goodie, 2022).

При реабилитации пациентов с ПТСР широко используемые вербальные когнитивно-ориентированные методы психотерапии имеют ограниченную эффективность на уровне 50—60% (Цейликман и др., 2018; Răman et al., 2025; Seppälä et al., 2014; Van de Kamp, 2025). Психосоматические и коморбидные соматические нарушения после прохождения курса лечения и реабилитации пациентов с ПТСР наличествуют как остаточные явления, причем гипервозбуждение зачастую также присутствует среди них.

Выдвинуто крайне интересное и перспективное (в плане разработки психотерапевтических техник) предположение о том, что при ПТСР имеет место дисбаланс вегетативной нервной системы: снижение парасимпатической активности и повышение симпатической активности (Fonkoue, 2020; Fu, 2022; Schneider M., Schwerdtfeger, 2020; Streeter et al., 2012).

Несмотря на неоднозначность результатов, полученных в различных исследованиях использования телесных практик в медико-психологической реабилитации при ПТСР,

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

большинство зарубежных исследователей склоняются к тому, что сочетание дыхательных, анаэробных упражнений и специальных видов физической активности положительно влияет на симптоматику при данном расстройстве. Нам представляется, что дальнейшие исследования должны быть сосредоточены на разработке персонализированных протоколов специальной физической активности с определением конкретных методов, интенсивности, частоты и длительности интервенций. Чрезвычайно важным представляется продолжение исследований в данном направлении, а также активизация разработок мультимодальных, интегративных терапевтических программ психокоррекции при ПТСР и изучение их эффективности.

Ограничения. Указываются возможные проблемы при обобщении результатов — например, размер выборки, ограниченный доступ к данным.

Limitations. Possible issues in generalization of results, e. g., sample size, limited access to data.

Список источников / References

1. Посттравматическое стрессовое расстройство. Клинические рекомендации. Российское общество психиатров. Утверждено Минздравом РФ. (2023). URL: https://spbimi.ru/wp-content/uploads/2023/06/1267_kr23f43p1mz.pdf (дата обращения: 29.04.2026).
Post-traumatic stress disorder. Clinical guidelines. Russian Society of Psychiatrists. Approved by the Ministry of Health of the Russian Federation. (2023). (In Russ.). URL: https://spbimi.ru/wp-content/uploads/2023/06/1267_kr23f43p1mz.pdf (viewed: 29.04.2026).
2. Храмов, Е.В., Деулин, Д.В., Котенев, И.О., Пахалкова, А.А. (2023). Соматические проявления при посттравматическом стрессовом расстройстве. *Современная зарубежная психология*, 12(3), 64—73. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120306>
Khramov, E.V., Deulin, D.V., Kotenev, I.O., Pakhalkova, A.A. (2023). Somatic Manifestations in Post-Traumatic Stress Disorder. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 12(3), 64—73. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120306>
3. Цейликман, В.Э., Цейликман, О.Б., Фекличева, И.В., Масленникова, Е.П., Чипеева, Н.А., Глухова, В.А. (2018). Психологические, нейробиологические и нейро-эндокринологические особенности синдрома посттравматических стрессовых расстройств. *Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология»*, 11(4), 73—86. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-neyrobiologicheskie-i-neyro-endokrinologicheskie-osobennosti-sindroma-posttravmaticheskikh-stressovyh-rasstroystv> (дата обращения: 29.04.2026). <https://doi.org/10.14529/psy180408>
Tseilikman, V.E., Tseilikman, O.B., Feklicheva, I.V., Maslennikova, E.P., Chipeeva, N.A., Glukhova, V.A. (2018). Psychological, neurobiological and neuro-endocrinological features of PTSD syndrome. *SUSU Bulletin. Series “Psychology”*, 11(4), 73—86. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-neyrobiologicheskie-i-neyro-endokrinologicheskie-osobennosti-sindroma-posttravmaticheskikh-stressovyh-rasstroystv> (viewed: 29.04.2026). <https://doi.org/10.14529/psy180408>
4. Björkman, F., Ekblom, Ö. (2022). Physical Exercise as Treatment for PTSD: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Military Medicine*, 187(9-10), 1103—1113. <https://doi.org/10.1093/milmed/usab497>

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

5. Bryant, R.A., Dawson, K.S., Azevedo, S., Yadav, S., Cahill, C., Kenny, L., Maccallum, F., Tran, J., Rawson, N., Tockar, J., Garber, B., Keyan, D. (2023). Augmenting trauma-focused psychotherapy for post-traumatic stress disorder with brief aerobic exercise in Australia: a randomised clinical trial. *The Lancet Psychiatry*, 10(1), 21—29. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00368-6](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00368-6)
6. Fang, Y., Zhang, Q., Lin, Z. (2026). Assessment of the effectiveness of exercise interventions in the treatment of PTSD: based on a systematic evaluation and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16. Article 709798. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1702199>
7. Fonkoue, I.T., Marvar, P.J., Norrholm, S., Li, Y., Kankam, M.L., Jones, T.N., Vemulapalli, M., Rothbaum, B., Bremner, D., Le, N-A., Park, J. (2020). Symptom severity impacts sympathetic dysregulation and inflammation in post-traumatic stress disorder (PTSD). *Brain, Behavior, and Immunity*, 83, 260—269. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2019.10.021>
8. Fu, Q. (2022). Autonomic dysfunction and cardiovascular risk in post-traumatic stress disorder. *Autonomic Neuroscience*, 237. Article 102923. <https://doi.org/10.1016/j.autneu.2021.102923>
9. Hegberg, N.J., Hayes, J.P., Hayes, S.M. (2019). Exercise Intervention in PTSD: A Narrative Review and Rationale for Implementation. *Frontiers in Psychiatry*, 10. Article 133. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00133>
10. Hilton, L.G., Libretto, S., Xenakis, L., Elfenbaum, P., Boyd, C., Zhang, W., Clark, A.A. (2019). Evaluation of an Integrative Post-Traumatic Stress Disorder Treatment Program. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine: Paradigm, Practice, and Policy Advancing Integrative Health*, 25(1), 147—152. <https://doi.org/10.1089/acm.2018.0424>
11. Krantz, D.S., Shank, L.M., Goodie, J.L. (2022). Post-traumatic stress disorder (PTSD) as a systemic disorder: Pathways to cardiovascular disease. *Health Psychology*, 41(10), 651—662. <https://doi.org/10.1037/hea0001127>
12. Laplaud, N., Perrochon, A., Gallou-Guyot, M., Moens, M., Goudman, L., David, R., Rigoard, P., Billot, M. (2023). Management of post-traumatic stress disorder symptoms by yoga: an overview. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 23. Article 258. <https://doi.org/10.1186/s12906-023-04074-w>
13. Leijssen, M. (2006). Validation of the Body in Psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 126—146. <https://doi.org/10.1177/0022167805283782>
14. Martinez-Calderon, J., Villar-Alises, O., García-Muñoz, C., Pineda-Escobar, S., Matias-Soto, J. (2024). Multimodal exercise programs may improve posttraumatic stress disorders symptoms and quality of life in adults with PTSD: An overview of systematic reviews with meta-analysis. *Clinical Rehabilitation*, 38(5), 573—588. <https://doi.org/10.1177/02692155231225466>
15. Răman, L., van Busschbach, J.T., Hatzmann, J., Claes-van Berkel, K., Scheffers, M. (2025). Movement in trauma — a body- and movement-oriented intervention for adults with post-traumatic stress disorder: intervention protocol and pilot study. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 20(3), 287—303. <https://doi.org/10.1080/17432979.2025.2502370>
16. Rosendahl, S., Sattel, H., Lahmann, C. (2021). Effectiveness of Body Psychotherapy. A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 12. Article 709798. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.709798>

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

17. Röhricht, F. (2009). Body oriented psychotherapy. The state of the art in empirical research and evidence-based practice: A clinical perspective. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 4(2), 135—156. <https://doi.org/10.1080/17432970902857263>
18. Salehi, T., Chopra, P., Wegner, H., Adams, J., Szwarc, J. (2026). The Role of Integrative Therapies in the Management of Trauma-related Disorders Amongst Refugees. *Immigrant Minority Health*, 28, 716—735. <https://doi.org/10.1007/s10903-025-01770-2>
19. Schneider, M., Schwerdtfeger, A. (2020). Autonomic dysfunction in posttraumatic stress disorder indexed by heart rate variability: a meta-analysis. *Psychological Medicine*, 50(12), 1937—1948. <https://doi.org/10.1017/S003329172000207X>
20. Seppälä, E.M., Nitschke, J.B., Tudorascu, D.L., Hayes, A., Goldstein, M.R., Nguyen, D.T.H., Perlman, D., Davidson, R.J. (2014). Breathing-Based Meditation Decreases Posttraumatic Stress Disorder Symptoms in U.S. Military Veterans: A Randomized Controlled Longitudinal Study. *Journal of Traumatic Stress*, 27(4), 397—405. <https://doi.org/10.1002/jts.21936>
21. Skopp, N.A., Bradshaw, D., Smolenski, D.J., Wilson, N., Williams, T., Bellanti, D., Hoyt, T. (2025). A pilot study of trauma-sensitive yoga and Breathe2Relax among service members in an intensive outpatient program. *Military Psychology*, 37(1), 62—72. <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2296333>
22. Streeter, C.C., Gerbarg, P.L., Saper, R.B., Ciraulo, D.A., Brown, R.P. (2012). Effects of yoga on the autonomic nervous system, gamma-aminobutyric-acid, and allostasis in epilepsy, depression, and post-traumatic stress disorder. *Medical hypotheses*, 78(5), 571—579. <https://doi.org/10.1016/j.mehy.2012.01.021>
23. Van de Kamp, M.M., Emck, C., Scheffers, M., Hoven, M., Cuijpers, P., Beek, P.J. (2025). Psychomotor therapy for posttraumatic stress disorder. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 20(3), 231—249. <https://doi.org/10.1080/17432979.2024.2433487>
24. Van de Kamp, M.M., Scheffers, M., Emck, C., Fokker, T.J., Hatzmann, J., Cuijpers, P., Beek, P.J. (2023). Body- and movement-oriented interventions for posttraumatic stress disorder: An updated systematic review and meta-analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 36(5), 835—848. <https://doi.org/10.1002/jts.22968>
25. Van de Kamp, M.M., Scheffers, M., Hatzmann, J., Emck, C., Cuijpers, P., Beek, P.J. (2019). Body- and Movement-Oriented Interventions for Posttraumatic Stress Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 32(6), 967—976. <https://doi.org/10.1002/jts.22465>

Информация об авторах

Евгений Владимирович Храмов, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры научных основ экстремальной психологии, факультет «Экстремальная психология», Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com

Елена Юрьевна Литвинова, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры социальной психологии развития, факультет социальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва,

Храмов Е.В., Литвинова Е.Ю. (2026)
Телесные практики в психологической реабилитации при
ПТСР (обзор зарубежных исследований)
Экстремальная психология и безопасность личности,
3(3), 160—173.

Khramov E.V., Litvinova E.Yu. (2026)
Body practices in psychological rehabilitation for
PTSD (review of foreign research).
Extreme Psychology and Personal Safety,
3(3), 160—173.

Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-9756-4322>, e-mail: elen-litvinova@yandex.ru

Information about the authors

Evgeny V. Khramov, Candidate of Science (Psychology), Associate Professor, Associate Professor at the Department of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Faculty of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com

Elena Yu. Litvinova, Candidate of Science (Psychology), Associate Professor, Associate Professor at the Department of Social Psychology of Development, Faculty of Social Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-9756-4322>, e-mail: elen-litvinova@yandex.ru

Вклад авторов

Храмов Е.В. — идеи исследования; аннотирование, написание и оформление рукописи; планирование исследования; контроль за проведением исследования.

Литвинова Е.Ю. — анализ данных; написание и оформление рукописи.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Evgeny V. Khramov — ideas; annotation, writing and design of the manuscript; planning of the research; control over the research.

Elena Yu. Litvinova — data analysis; writing and design of the manuscript.

Both 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.

Поступила в редакцию 22.07.2026
Поступила после рецензирования 16.08.2026
Принята к публикации 26.08.2026
Опубликована 30.09.2026

Received 2026.07.22
Revised 2026.08.16
Accepted 2026.08.26
Published 2026.09.30