

Научная статья | Original paper

Образ будущего как предиктор психологической адаптации жителей прифронтовых регионов России

Д.Н. Храпкива ✉

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»,
Москва, Российская Федерация

✉ dnkhrapkova@edu.hse.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Текущая социально-экономическая и политическая ситуация в России, включающая санкции, дискриминацию, негативное информационное поле, создает значительные вызовы для населения. Особенно остро это проявляется в прифронтовых территориях, подвергающихся обстрелам, что негативно влияет на физическое и психологическое здоровье жителей. Не все россияне адаптировались к современной обстановке и способны планировать будущее.

Цель. Изучение психологической адаптации и образа будущего жителей прифронтовых регионов Российской Федерации в условиях специальной военной операции.

Гипотеза. Позитивный образ будущего (открытость будущему, представления о влиянии личных усилий на будущее и позитивный образ России) положительно коррелирует с психологической адаптацией и отрицательно предсказывает уровни тревожности и депрессии.

Методы и материалы. Дизайн: регрессионный анализ взаимосвязей компонентов образа будущего и психологической адаптации. Участники: 212 респондентов из Брянской и Белгородской областей (80,7% женщины, средний возраст — 25 лет). Инструменты: опросник тревожных состояний в адаптации Ю.Л. Ханина, опросник здоровья пациента «Patient Health Questionnaire-9» в адаптации А.А. Золотаревой, опросник «Спектр психологического здоровья» и шкала удовлетворенности жизнью в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева, шкала открытости будущему в адаптации А.С. Хегай и коллег, а также вопросы для оценки временной перспективы.

Результаты. Значимым предиктором психологической адаптации в ситуации близости боевых действий является позитивный образ будущего, включающий открытость будущему, позитивный образ России в настоящем и будущем, а также представления о влиянии личных усилий на свою жизнь.

Выводы. Позитивный образ будущего является значимым предиктором психологической адаптации в условиях вооруженного конфликта. Конструкт открытости будущему способствует снижению тревожности и депрессии, а также повышению удовлетворенности жизнью и психологического благополучия.

Ключевые слова: психологическая адаптация, образ будущего, прифронтовые регионы России, депрессия, тревожность, удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие

Финансирование. Исследование осуществлено в рамках Программы фундаментальных исследований НИУ ВШЭ.

Благодарности. Автор благодарит за помощь в исследовании научного руководителя А.Н. Татарко.

Для цитирования: Храпкова, Д.Н. (2026). Образ будущего как предиктор психологической адаптации жителей прифронтовых регионов России. *Социальная психология и общество*, 17(1), 23–40. <https://doi.org/10.17759/sps.2026170102>

Image of future as a predictor of psychological adaptation among residents of Russia's frontline regions

D.N. Khrapkova ✉

HSE University, Moscow, Russian Federation

✉ dnkhrapkova@edu.hse.ru

Abstract

Context and relevance. *The current socio-economic and political situation in Russia, including sanctions, discrimination and a negative information field, creates significant challenges for the population. This is especially acute in frontline areas that are being shelled, which negatively affects the physical and psychological health of residents. Not all Russians have adapted to the modern environment and are able to plan for the future.*

Objective. *To study the psychological adaptation and image of the future of residents in frontline regions of the Russian Federation under conditions of the special military operation.*

Hypothesis. *A positive image of the future (openness to the future, ideas about the impact of personal efforts on the future, and a positive image of Russia), positively correlates with psychological adaptation and negatively predicts levels of anxiety and depression.*

Methods and materials. *Design: regression analysis of interrelationships between components of the image of the future and psychological adaptation. Participants: 212 respondents from Bryansk and Belgorod regions (80,7% women, average age 25 years). Instruments: questionnaire of anxiety states in adaptation by Yu.L. Khanin, patient health questionnaire "Patient Health Questionnaire-9" in adaptation by A.A. Zolotareva, "Spectrum of psychological health" questionnaire, scale of life satisfaction in adaptation by E.N. Osin and D.A. Leontiev, scale of openness to the future in adaptation by A.S. Khegay and others, as well as questions for assessing time perspective.*

Results. *A significant predictor of psychological adaptation in a situation of proximity to military operations is a positive image of the future, including openness to the future, a positive image of Russia in the present and future, as well as ideas about the impact of personal efforts on their lives.*

Conclusions. *A positive image of the future is a significant predictor of psychological adaptation in conditions of armed conflict. The construct of openness to the future contributes a decrease in anxiety and depression, as well as an increase in life satisfaction and psychological well-being.*

Keywords: *psychological adaptation, image of the future, frontline regions of Russia, depression, anxiety, life satisfaction, psychological well-being*

Funding. The study was carried out under the Fundamental Research Programme of the National Research University Higher School of Economics.

Acknowledgements. The author thanks A.N. Tatarko, the scientific supervisor, for his help in the study.

For citation: Khrapkova, D.N. (2026). Image of future as a predictor of psychological adaptation among residents of Russia's frontline regions. *Social Psychology and Society*, 17(1), 23–40. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2026170102>

Введение

Современная ситуация социального, экономического и политического противостояния с коллективным Западом приводит к новым вызовам, которые граждане России вынуждены принимать. В настоящее время не все россияне адаптировались к военной ситуации и способны выстраивать планы на будущее. Особенно эта проблема актуальна для жителей прифронтовых регионов, регулярно подвергающихся атакам. Во время подготовки данной статьи Украиной было осуществлено вторжение в Курскую область, что привело к большому числу пострадавших россиян и беженцев из региона.

Актуальность работы обусловлена необходимостью изучения особых психологических ресурсов адаптации гражданского населения в текущих условиях, характеризующихся длительной неопределенностью, соответственно — стрессом. Хотя проблема адаптации в экстремальных условиях и психологического воздействия военных действий на мирных жителей исследуется (Fekih-Romdhane et al., 2024; Wall, 2010), эмпирических данных о роли образа будущего как адаптивного ресурса для жителей прифронтовых регионов недостаточно. Таким образом, работа восполняет дефицит исследований, фокусирующихся на проактивных когнитивных механизмах

совладания в ситуации непосредственной угрозы.

В статье использованы материалы из магистерской работы автора (Храпкова, 2025).

Цель работы — изучение психологической адаптации и образа будущего жителей прифронтовых регионов России в условиях специальной военной операции (далее — СВО). Объект исследования — население Брянской и Белгородской областей.

Психологическая адаптация. Достаточно часто исследователи используют понятия социально-психологической и психологической адаптации как тождественные, не проводя строгого разграничения между ними (Michel et al., 2021). В контексте нашего подхода социально-психологическая адаптация подразумевает усвоение индивидом социальных норм, правил, обретение определенного статуса и роли в обществе. Психологическая же адаптация рассматривается как способность человека без ущерба для физического и психического здоровья приспосабливаться к травмирующим событиям, в том числе военного характера.

В настоящей работе феномен психологической адаптации изучается посредством измерения четырех переменных: ситуативной тревожности, депрессии, удовлетворенности жизнью и психологического здоровья. Ряд исследований под-

тверждает сообразность такого подхода (Татарко, 2018; Morales-Vives et al., 2020; Nesse, 2000; Tatarko, Berry, 2024). Благополучие (позитивный аффект, удовлетворенность, ментальное здоровье) является продуктом успешной адаптации, поэтому феноменологически подходит для ее изучения (Tatarko, Lebedeva, 2023; Tatarko, Berry, 2024). С другой стороны, депрессия и тревожность как показатели неблагополучия — факторы дезадаптации. Низкий уровень тревоги и депрессии включаются исследователями в структуру психологической адаптации (там же).

В исследовании, проведенном в Донбассе в 2015 году (Лох, 2017), изучена психологическая адаптация мирных граждан к условиям длительного военного стресса. Выявлено, что большинство опрошенных находятся в состоянии стресса и кризиса, а также работающие респонденты характеризуются меньшей подавленностью и апатией. Кроме того, выборку в соответствии с результатами удалось разделить на три группы по типу адаптации: «изоляционный» — люди не рассуждают о будущем, замкнуты в общении; «пассивный» — люди, «плывущие по течению»; «творческий тип» заключается в попытках развиваться и приспосабливаться.

Исследования в рамках изучаемой нами области проводятся, однако единой точки зрения на эмпирическое познание адаптации так и не сложилось. Русскоязычного опросника, измеряющего интересующий нас конструкт, не существует, за исключением устаревших громоздких вариантов (Белобрыкина, Дроздова, 2021).

Образ будущего. Все чаще в научной литературе при упоминании будущего встречается термин «образ будущего»

(Нестик, 2021; Шестопап, 2021). Изучение данного феномена важно и весьма актуально, так как он затрагивает мотивационную сферу личности, сферу принятия решений, целеполагание и эмоции, помогает планировать действия и прогнозировать результаты; иными словами, предопределяет исход многих событий в жизни человека и общества (Быкова, 2003; Сапоровская и др., 2023). В настоящем историческом контексте актуальность изучения образа будущего обусловлена военно-политической обстановкой в стране и мире. Ведь позитивный образ будущего способствует улучшению психологического состояния в различных ситуациях (Круглова, Корягина, 2022) и, как мы полагаем, тесно связан с процессом адаптации в экстремальных условиях, он играет важную роль в формировании смысла жизни и служит мощным мотивационным фактором. Убеждение в том, что будущее благоприятно, помогает человеку ориентироваться на достижение целей, быть настроенным на выживание и преодоление трудностей (Нестик, 2021). Образ будущего может выступать в роли так называемого «ориентира» выстраивания жизненной стратегии (Комаровский, 2020), что, безусловно, является важным аспектом для человека, находящегося в ситуации длительного воздействия стрессовых факторов. Кроме того, данный феномен значим в формировании социальной поддержки (Polak, Boulding, 1973).

Образ будущего (далее — ОБ) — это целостное представление личности, продукт ее самосознания, который включает в себя субъективно вероятные достижения и результаты возможных событий, отражающие ожидания человека, связанные

с его прошлым опытом и происходящим в настоящем (Баранова, Яковлева, 2018).

В рамках работы авторами было принято решение о сосредоточении на взаимосвязи образа будущего и психологической адаптации, а именно — рассмотреть ОБ как предиктор адаптации, исходя из мнений о влиянии образа возможного будущего на многие сферы личности (Леонтьев, 2022; Осин, Егорова, Кедрова, 2024).

Гипотеза: положительный образ будущего связан с психологической адаптацией населения прифронтовых регионов России в условиях СВО.

Исследовательский вопрос: какие составляющие образа будущего связаны с показателями психологической адаптации — с тревожностью, депрессией, удовлетворенностью жизнью и психологическим здоровьем?

Материалы и методы

Сбор данных осуществлялся на платформе «1ka.si» в период с 1 июня 2024 г. по 28 июля 2024 г. Респонденты приглашались к участию в исследовании через сообщения с информацией, размещенные в социальных сетях. В среднем время прохождения батареи опросников составляло 15 минут. Всего в исследовании приняли участие 212 человек в возрасте от 16 до 58 лет, 171 (80,7%) женщина, 41 (19,3%) мужчина из Брянской и Белгородской областей. Средний возраст респондентов — 25 лет.

Критерии включения в выборку: возраст 16 лет и старше; знание русского языка; проживание на территории Брянской или Белгородской областей.

В начале опроса респондентам было предъявлено информированное согласие, после чего — социально-демогра-

фические вопросы (пол, возраст, материальное положение, в дальнейшем эти переменные использовались в качестве контрольных). Далее участникам было предложено пройти батарею методик, включающую в себя 5 опросников и дополнительное анкетирование. В заключение респондентов благодарили.

Инструментарий

1. Уровень ситуативной тревожности измерялся с помощью опросника тревожных состояний Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина. Шкала включает 20 утверждений, с которыми участники выражают степень своего согласия (Ханин, 1976). Коэффициент α Кронбаха = 0,93.

2. Измерение уровня депрессии осуществлялось посредством опросника здоровья пациента «Patient Health Questionnaire — 9» (Золотарева, 2023). Коэффициент α Кронбаха = 0,86.

3. Применен опросник «Спектр психологического здоровья» К. Киза (Осин, Леонтьев, 2020). Методика включает 14 утверждений, описывающих различные переживания, частоту которых за прошедший месяц респондентам предлагалось оценить. Коэффициент α Кронбаха = 0,93.

4. Применялась шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера (Осин, Леонтьев, 2020), состоящая из пяти утверждений. Задача респондентов — выразить степень своего согласия, используя значения от 1 до 7. Коэффициент α Кронбаха = 0,86.

5. Использовалась шкала открытости будущему (Хегай и др., 2023), разработанная в 2018 году для измерения нового феномена в области позитивной

психологии. Коэффициент α Кронбаха = 0,85.

6. В батарею были включены вопросы из анкеты Т.А. Нестика (Центр социокультурных исследований НИУ ВШЭ, 2022):

– дальность горизонта планирования (от «вообще не строю планов» до «более чем на 10 лет»);

– каким представляется образ будущего России (ответы от «очень мрачное» до «очень светлое»);

– насколько ваше настоящее и будущее зависит от ваших усилий (ответы в матрице от «никак не зависит» до «полностью зависит») – для периодов «сегодня», «через 1 год», «через 5 лет», «через 20 лет».

Обработка данных осуществлялась в программе «Jamovi 2.3.28». Для каждой из шкал произведен расчет дескриптивных статистик и коэффициента Кронбаха, выполнен иерархический регрессионный анализ с контролем социально-демографических переменных.

Результаты

В табл. 1 представлены ответы респондентов на вопросы, связанные с ущербом, нанесенным гражданскому населению в условиях СВО, а также с планами относительно дальнейшего места жительства.

Как видно, на период сбора эмпирических данных менее 5% опрошенных из Брянской и Белгородской областей пострадали в результате боевых действий. Однако более чем у половины респондентов от обстрелов пострадали близкие люди или знакомые. Обратим внимание, покидать прифронтовые регионы планируют около 20% опрошенных, из которых 1,4% рассматривают переезд за границу.

Расчет дескриптивных статистик показал, что средний по выборке балл по шкале открытости будущему составляет 35,3 из 50 возможных, это указывает на умеренный уровень открытости будущему жителей приграничных зон. Средний балл по шкале Спилбергера равен 47,5, что говорит о высоком уровне ситуативной

Таблица 1 / Table 1

Ответы респондентов на вопросы о текущей ситуации Respondents' answers to questions about the current situation

Вопросы / Questions	Процент респондентов, ответивших «да» / Percentage of respondents who answered «Yes»
Пострадали ли Вы лично от обстрелов? / Have you personally suffered from the shelling?	4,7%
Пострадали ли Ваши близкие люди или знакомые от обстрелов? / Have your relatives or friends been affected by the shelling?	58%
Планируете ли Вы в ближайшее время переехать в другой город России? / Are you planning to move to another Russian city in the near future?	18,9%
Планируете ли Вы переехать в другую страну в ближайшее время? / Are you planning to move to another country in the near future?	1,4%

тревожности (46 баллов и выше — высокий уровень; min — 20, max — 80). Усредненный показатель по шкале депрессии является промежуточным, поскольку составляет 9,25 баллов (результат ≥ 10 указывает на вероятный диагноз депрессивного расстройства). Средний балл по шкале удовлетворенности жизнью — 18 (min — 5, max — 35), что не указывает на высокий уровень. Среднее значение по методике «Спектр психологического здоровья» (общий показатель) составляет 40,6 баллов и демонстрирует средний и несколько выше среднего уровень психологического здоровья (min — 0, max — 70).

Для проверки гипотезы о связи положительного образа будущего и психологической адаптации населения прифронтовых регионов России в условиях СВО были построены регрессионные модели.

В табл. 2 представлены регрессионные модели с зависимой переменной «ситуативная тревожность». В первой модели ($R^2 = 0,15$) мы можем наблюдать связь социально-демографических факторов с тревожностью жителей приграничных регионов.

Вторая модель демонстрирует значимый прирост дисперсии ($R^2 = 0,24$) с добавлением таких переменных, как ущерб имуществу и субъективное восприятие оттока населения. Как видно, воздействие демографических факторов на тревожность остается значимым. Интересно, но связи между ущербом имуществу и тревожностью не обнаружено, однако осознание оттока населения на уровень ситуативной тревожности влияет ($\beta = 0,30$; $p < 0,001$).

Размер эффекта третьей модели наиболее высок, здесь помимо социально-демографических предикторов, а также

ущерба имуществу и субъективного оттока вводятся: временная перспектива, усилия, образ будущего России и открытость. Факторы третьей модели объясняют 60% дисперсии ситуативной тревожности в период СВО. В третьей модели можно видеть, как представления о том, что качество жизни респондентов через год зависит от их собственных усилий, отрицательно и статистически значимо ($\beta = -0,30$; $p < 0,01$) связаны с их ситуативной тревожностью. Это означает, что при росте уверенности респондентов в том, что они могут влиять на свою жизнь, что их жизнь через год зависит от них самих, ситуативная тревожность снижается. Открытость будущему отрицательно предсказывает тревожность ($\beta = -0,50$; $p < 0,001$). Значит, размышления о собственном будущем и попытки его планирования снижают показатель ситуативной тревожности даже в условиях военных действий. Возможно, это связано с повышением чувства контроля над собственной судьбой. Связь тревожности и мыслей о миграции населения из родного города, страны остается значимой.

Перейдем к табл. 3, зависимая переменная — депрессия. Размер эффекта первой модели 12%. С добавлением переменных, связанных с ущербом имуществу и восприятием оттока населения, наблюдается значимый прирост дисперсии ($R^2 = 0,20$; $p < 0,001$). Значимость двух демографических факторов (кроме возраста) сохраняется. Мы также можем наблюдать связь субъективной оценки оттока населения с депрессией ($\beta = 0,25$; $p < 0,001$). Как показали результаты анализа, ущерб имуществу граждан не оказывает статистически значимого воздействия на развитие депрессивных состояний.

Таблица 2 / Table 2

**Иерархический линейный анализ связей, зависимая переменная –
 ситуативная тревожность**
Hierarchical linear regression analysis, dependent variable – situational anxiety

Предиктор / Predictor	Модель 1 / Model 1 $R^2 = 0,15$		Модель 2 / Model 2 $R^2 = 0,24$ $\Delta R^2 = 0,09$ $p < 0,001$		Модель 3 / Model 3 $R^2 = 0,606$ $\Delta R^2 = 0,37$ $p < 0,001$	
	SE	β	SE	β	SE	β
Пол / Gender	2,14	0,20**	2,06	0,16*	1,5	0,10*
Возраст / Age	0,09	0,22***	0,09	0,24***	0,07	0,20***
Материальное Положение / Financial situation	0,90	-0,21**	0,90	-0,20**	0,70	-0,09
Ущерб имуществу / Damage to property			1,5	0,05	1,14	0,04
Субъективный отток населения / Subjective population outflow			1,02	0,30***	0,80	0,20***
Срок планирования / Planning period					0,50	-3,1
Россия сегодня / Russia today					0,90	-0,13
Россия через год / Russia in a year					1,13	-0,13
Россия через 5 лет / Russia in 5 years					1,33	-0,06
Россия через 20 лет / Russia in 20 years					1,07	0,12
Усилия сегодня / Efforts today					1,3	0,15
Усилия через год / Efforts after a year					1,5	-0,30**
Усилия через 5 лет / Efforts after 5 years					1,7	0,23
Усилия через 20 лет / Efforts after 20 years					1,3	-0,03
Открытость будущему / Openness to the future					0,14	-0,50***

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. Коэффициент β указан стандартизированный.

Note: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. The coefficient β is standardized.

Практически 40% дисперсии ($\Delta R^2 = 0,18$) объясняет модель № 3 с введением десяти предикторов, составляющих образ будущего. Здесь видно, что при $p < 0,001$ субъективный отток населения ($\beta = 0,20$) и открытость будущему ($\beta = -0,43$) предсказывают уровень депрессии. Если человек думает, что из родного города уезжает достаточно много людей,

уровень его депрессии возрастает. Надежда на положительный исход событий снижает показатель депрессивных состояний.

Обратимся к табл. 4, зависимая переменная – удовлетворенность жизнью. Первая модель объясняет менее 8% дисперсии, ко второй модели наблюдается крайне незначительный прирост дисперсии, дополнительные значимые связи не

Таблица 3 / Table 3

Иерархический линейный анализ связей, зависимая переменная – депрессия
Hierarchical linear regression analysis, dependent variable – depression

Предиктор / Predictor	Модель 1 / Model 1 $R^2 = 0,12$		Модель 2 / Model 2 $R^2 = 0,20$ $\Delta R^2 = 0,08$ $p < 0,001$		Модель 3 / Model 3 $R^2 = 0,38$ $\Delta R^2 = 0,18$ $p < 0,001$	
	SE	β	SE	β	SE	β
Пол / Gender	1,1	0,19**	1,07	0,16**	0,98	0,11
Возраст / Age	0,05	0,06	0,05	0,09	0,05	0,05
Материальное Положение / Financial situation	0,50	-0,25***	0,46	-0,26***	0,44	-0,19**
Ущерб имуществу / Damage to property			0,78	0,10	0,73	0,08
Субъективный отток населения / Subjective population outflow			0,53	0,25***	0,50	0,20***
Срок планирования / Planning period					0,33	-0,02
Россия сегодня / Russia today					0,60	0,01
Россия через год / Russia in a year					0,70	-0,19
Россия через 5 лет / Russia in 5 years					0,85	0,09
Россия через 20 лет / Russia in 20 years					0,68	0,01
Усилия сегодня / Efforts today					0,80	-0,02
Усилия через год / Efforts after a year					0,98	0,10
Усилия через 5 лет / Efforts after 5 years					1,09	0,09
Усилия через 20 лет / Efforts after 20 years					0,80	-0,02
Открытость будущему / Openness to the future					0,09	-0,43***

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. Коэффициент β указан стандартизированный.

Note: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. The coefficient β is standardized.

проявляются ($\Delta R^2 = 0,017$; $p = 0,17$).

Видно, что наилучшим образом уровень удовлетворенности жизнью предсказывает модель № 3 ($R^2 = 0,50$; $p < 0,001$), в которой вводятся предикторы: срок планирования, усилия, образ России и открытость будущему. ОБ России через год объясняет удовлетворенность жизнью на уровне значимости $p < 0,05$, $\beta = 0,27$. Также при $p < 0,001$,

$\beta = 0,50$ открытость будущему предсказывает удовлетворенность жизнью. Благоприятная обстановка в родном городе, стране положительно связана с удовлетворенностью жизнью граждан, образ будущего России, чувство контроля, планы на дальнейшую жизнь и надежда на «удовлетворительный» исход событий будущего делают россиян более удовлетворенными жизнью в настоящем.

Таблица 4 / Table 4

**Иерархический линейный анализ связей, зависимая переменная –
 удовлетворенность жизнью
 Hierarchical linear regression analysis, dependent variable – life satisfaction**

Предиктор / Predictor	Модель 1 / Model 1 $R^2 = 0,077$		Модель 2 / Model 2 $R^2 = 0,09$ $\Delta R^2 = 0,017$ $p = 0,17$		Модель 3 / Model 3 $R^2 = 0,50$ $\Delta R^2 = 0,41$ $p < 0,001$	
	SE	β	SE	β	SE	β
Пол / Gender	1,07	-0,02	1,07	-0,005	0,83	0,05
Возраст / Age	0,05	-0,08	0,05	-0,08	0,04	-0,03
Материальное Положение / Financial situation	0,50	0,25***	0,50	0,25***	0,40	0,11*
Ущерб имуществу / Damage to property			0,78	0,05	0,60	0,06
Субъективный отток населения / Subjective population outflow			0,50	-0,13	0,40	-0,06
Срок планирования / Planning period					0,30	-0,01
Россия сегодня / Russia today					0,50	0,09
Россия через год / Russia in a year					0,60	0,27*
Россия через 5 лет / Russia in 5 years					0,70	-0,17
Россия через 20 лет / Russia in 20 years					0,60	0,08
Усилия сегодня / Efforts today					0,70	0,05
Усилия через год / Efforts after a year					0,80	-0,125
Усилия через 5 лет / Efforts after 5 years					0,90	-0,035
Усилия через 20 лет / Efforts after 20 years					0,70	0,05
Открытость будущему / Openness to the future					0,08	0,50***

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. Коэффициент β указан стандартизированный.

Note: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. The coefficient β is standardized.

Рассмотрим табл. 5, зависимая переменная – психологическое здоровье. Первая модель – $R^2 = 0,10$. Вторая модель ($R^2 = 0,13$; $\Delta R^2 = 0,025$; $p = 0,068$) демонстрирует значимые связи с демографическими предикторами (кроме пола) и с субъективным оттоком населения – взаимосвязь обратная при $p < 0,05$, $\beta = -0,16$.

Модель 3 описывает взаимосвязи наилучшим образом, размер эффекта составляет 60%. Обнаружена обратная связь психологического здоровья с «усилиями сегодня» ($\beta = -0,19$; $p < 0,05$), а также прямая связь с образом России сегодня при $p < 0,05$, $\beta = 0,19$. При $p < 0,001$, $\beta = 0,57$ открытость будущему предсказывает психологическое здоровье. Наличие

позитивного образа России обеспечивает граждан, находящихся вблизи военных действий, более высоким уровнем психологического самочувствия. Также лучше чувствуют себя те, кто склонен считать, что их настоящее меньше зависит от собственных усилий, экстернальный локус контроля в данных условиях способствует психологическому здоровью. Представления о благоприятном будущем и

планы на жизнь являются источником психологического благополучия личности в период СВО.

Результаты показывают, что ситуативная тревожность в приграничных регионах Российской Федерации в период СВО находится на уровне выше среднего, показатель депрессии граничит с патологией, открытость будущему выражена умеренно, высокой удовлетво-

Таблица 5 / Table 5

**Иерархический линейный анализ связей, зависимая переменная –
 психологическое здоровье
 Hierarchical linear regression analysis, dependent variable –
 psychological well-being**

Предиктор / Predictor	Модель 1 / Model 1 $R^2 = 0,10$		Модель 2 / Model 2 $R^2 = 0,13$ $\Delta R^2 = 0,025$ $p = 0,068$		Модель 3 / Model 3 $R^2 = 0,6$ $\Delta R^2 = 0,47$ $p < 0,001$	
	SE	β	SE	β	SE	β
Пол / Gender	2,8	-0,11	2,8	-0,09	1,99	-0,04
Возраст / Age	0,125	-0,20*	0,12	-0,17*	0,09	-0,11*
Материальное Положение / Financial situation	01,24	0,22**	1,23	0,22***	0,90	0,075
Ущерб имуществу / Damage to property			2,06	-0,02	1,5	-0,005
Субъективный отток населения / Subjective population outflow			1,4	-0,16*	0,99	-0,07
Срок планирования / Planning period					0,70	-0,02
Россия сегодня / Russia today					1,2	0,19*
Россия через год / Russia in a year					1,5	0,10
Россия через 5 лет / Russia in 5 years					1,7	-0,02
Россия через 20 лет / Russia in 20 years					1,4	0,03
Усилия сегодня / Efforts today					1,6	-0,19*
Усилия через год / Efforts after a year					1,9	0,20
Усилия через 5 лет / Efforts after 5 years					2,2	-0,23
Усилия через 20 лет / Efforts after 20 years					1,6	0,15
Открытость будущему / Openness to the future					0,18	0,57***

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. Коэффициент β указан стандартизированный.

Note: * – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$. The coefficient β is standardized.

ренности жизнью выявлено не было, однако уровень психологического здоровья несколько выше среднего. Регрессионный анализ позволил выделить значимые связи предикторов различного рода с зависимыми переменными — составляющими психологической адаптации.

Обсуждение результатов

Гипотеза о взаимосвязи положительного образа будущего с психологической адаптацией населения прифронтовых регионов России в условиях СВО подтвердилась.

ОБ как предиктор снижения тревожности. Результаты работы показали, что с уровнем ситуативной тревожности жителей прифронтовых районов связаны представления о том, что качество их жизни через год зависит от собственных усилий, связь отрицательная. Это говорит о том, что в стрессовых условиях, когда человек уверен в своих силах, убежден, что способен изменить ситуацию, уровень тревожности снижается (Dimenggo, Yendi, 2021). Открытость будущему также имеет отрицательную связь с ситуативной тревожностью. Планирование будущего и убеждение о контроле собственной судьбы, надежда на позитивный исход ситуации являются факторами саморегуляции, снижающими тревожность, что подтверждено эмпирически (Димидов, Рязанова, Коршунов, 2022; Almansa et al., 2024). Влияет также субъективный отток населения, значит, уровень ситуативной тревожности возрастает, когда человек мысленно оценивает, что большое число людей эмигрирует из родного города, страны.

ОБ как предиктор снижения депрессии. Результаты показали, что открытость

будущему снижает уровень депрессивных состояний. Соответственно, открытость переменам, самоэффективность и позитивная интерпретация событий будущего снижают уровень депрессии и положительно воздействуют на благополучие (Димидов, Рязанова, Коршунов, 2022; Eubanks et al., 2024). Вероятно, это связано с тем, что в процессе размышления о будущем появляются новые альтернативные возможности, пути разрешения проблемных ситуаций (Baumeister, Maranges, Sjästad, 2018), что предупреждает развитие депрессии. Обнаружена прямая связь депрессии с субъективным оттоком населения, следовательно, гиперболизация людьми эмиграции населения из родного региона деструктивно сказывается на их психологической адаптации в условиях военных действий, снижая социально-психологический капитал личности (Тарарко, 2018).

ОБ как предиктор удовлетворенности жизнью. Позитивный ОБ России через год имеет положительную связь с удовлетворенностью жизнью. Это показывает, как благоприятный образ России в ближайшем будущем обуславливает здоровый уровень удовлетворенности в настоящем. Косвенно подобный результат был обнаружен в исследовании связи генерализованного доверия и личностной позиции, отражающейся в поддержке своей страны и ее военно-политических действий (Gulevich, Osin, 2023). Открытость также предопределяет удовлетворенность жизнью в условиях военного конфликта. Указывает это на то, что наличие планов на дальнейшую жизнь и уверенность в собственных силах повышают уровень удовлетворенности (Осин, Егорова, Кедрова, 2024). Так, Д.А. Леон-

тьев (Леонтьев, 2022) подчеркивает, что представления человека о наличии в его жизни возможностей увеличивают показатель удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия.

ОБ как предиктор психологического здоровья. «Усилия сегодня» имеют отрицательную связь с психологическим здоровьем респондентов. Соответственно, люди, полагающие, что их настоящее в меньшей степени зависит от них самих, чувствуют себя лучше в ситуации неопределенности, экстернальный локус контроля оказывается более адаптивным. Таких людей по стратегии адаптации можно отнести ко второму типу, выделенному эмпирически К.В. Лох (Лох, 2017), данный тип характеризуется пассивностью, эти люди «плывут по течению», тем самым обеспечивая свое приспособление к трудным условиям жизни. В ходе работы обнаружена связь между образом России сегодня и психологическим здоровьем. Значит, позитивный образ страны в настоящем обеспечивает человека более высоким уровнем психологического самочувствия. Открытость будущему связана с психологическим здоровьем жителей приграничья, наличие представлений о благоприятном будущем и деятельность, направленная на реализацию поставленных задач, повышают общий показатель психологического здоровья. На наш взгляд, образ будущего России и открытость включают в себя компонент конструктивного мечтания, о котором Е.Н. Осин с коллегами пишут как об адаптивном механизме, в некоторой степени обеспечивающем более высокий уровень психологического благополучия, автономность личности,

аутентичность выбора (Осин, Егорова, Кедрова, 2024).

Итак, успешную психологическую адаптацию в условиях непосредственной близости боевых действий обеспечивают в том числе компоненты образа будущего — образ России, уверенность в собственных силах и открытость. Все эти составляющие способны помочь человеку в стрессовых ситуациях справиться с эмоциями, стабилизировать психологическое состояние, соответственно, здоровье.

Конструкт открытости будущему как один из компонентов позитивного образа будущего взаимосвязан со всеми измеренными в ходе работы характеристиками психологической адаптации. Модели, включающие в себя открытость, объясняют внушительную долю дисперсии признаков адаптации. Исследователи полагают, что характеристиками открытости будущему являются: субъективное чувство контроля при встрече с ситуациями неопределенности; принятие и открытость тому, что может произойти в дальнейшем; планирование и работа, направленная на реализацию поставленных целей; вовлеченность в жизнь; самоэффективность и др. (Хегай и др., 2023). Именно эти показатели в виде единого конструкта в достаточной мере предсказывают психологическую адаптацию в условиях, приближенных к экстремальным.

В ходе обработки данных были рассчитаны средние показатели, оказавшиеся неоднозначными. Уровень тревожности и депрессии жителей приграничных зон — высокий, умеренная удовлетворенность жизнью и открытость будущему. Однако общий показатель психологического здоровья находится на высоком уровне, что

демонстрирует нам личностный потенциал даже в столь сложных жизненных обстоятельствах (Леонтьев, 2022).

Помимо открытости будущему, позитивного образа России сегодня и через год, а также воспринимаемого влияния собственных усилий на будущее, адаптацию в условиях военных действий могут обеспечивать и иные обстоятельства: поддержка со стороны семьи и государства, чувство единства с гражданами, трудовая деятельность или сочетание всех этих факторов. Существуют и другие психологические феномены, влияющие на приспособление — жизнестойкость, резилентность и др.

В одной из своих работ Т.А. Нестик пишет, что путь к решению общенациональных проблем (социально-экономических, политических, климатических и т.д.) лежит через формулирование позитивных целей, укрепление социального доверия, вовлечение всех заинтересованных сторон в разработку решений, научно обоснованную политику, сопереживание и взаимопомощь, рефлексивность и долгосрочную ориентацию (Нестик, 2021), что указывает на «полезность» образа будущего не только на личностном уровне, но и на групповом, формирование коллективного образа будущего как источника преодоления глобальных препятствий.

Заключение

Итак, настоящее исследование показало, что в условиях военных действий воздействие на психологическое состояние и адаптацию, на снижение тревожности и депрессии, на удовлетворенность жизнью и благополучие могут оказывать характеристики образа бу-

дущего, прежде всего открытость, позитивный образ России в настоящем и ближайшем будущем.

Конструкт «открытости будущему» является статистически значимым предиктором измеряемых компонентов психологической адаптации. Более высокий уровень открытости предсказывает снижение показателей тревожности и депрессии, а также повышение уровня удовлетворенности жизнью и психологического здоровья. Позитивный образ России как компонент образа будущего также выступает значимым предиктором успешной психологической адаптации в изученных условиях. Позитивный образ будущего в экстремальных условиях — как путь, ведущий человека к успешной психологической адаптации, несмотря на негативные события настоящего.

Ограничения. Невероятностная стратегия выборки (метод «снежного кома» и самоотбор) снижает репрезентативность и обобщаемость результатов. Ограничение инструментария — не изучен ряд психологических конструктов, связанных с адаптацией (резилентность, пост-травматический рост, жизнестойкость) и образом будущего (позитивное будущее, мышление о будущем, надежда).

Limitations. Non-probability sampling (snowball and self-selection) reduces representativeness and generalizability. Recommend larger, more representative sample. The limitation of the toolkit is that psychological phenomena related to adaptation (resilience, post-traumatic growth, hardiness) and the image of the future (positive future, thinking about the future, hope) have not been studied.

Список источников / References

1. Баранова, А.В., Яковлева, Н.В. (2018). Анализ понятия «образ будущего» в контексте психологии здоровья. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*, 6(4(23)), 808–822.
Baranova, A.V., Yakovleva, N.V. (2018). Analysis of the concept “image of the future” in the context of health psychology. *Personality in a Changing World: Health, Adaptation, Development*, 6(4(23)), 808–822. (In Russ.).
2. Белобрыкина, О.А., Дроздова, А.В. (2021). Социально-психологическая адаптация: проблемы измерения (на примере анализа методики К.Р. Роджерса и Р.Ф. Даймонд). *Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири*, 3, 10–41.
Belobrykina, O.A., Drozdova, A.V. (2021). Socio-psychological adaptation: problems of measurement (on the example of the analysis of the CR Rogers and RF Diamond methodology). *Bulletin on Pedagogy and Psychology of South Siberia*, 3, 10–41. (In Russ.).
3. Быкова, Е.Б. (2003). Образ будущего в картине мира и Я-концепции личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. 211 с.
Bykova, E.B. (2003). The image of the future in the picture of the world and the self-concept of personality: Ph.D. (Psychology) Thesis. 211 p. (In Russ.).
4. Димидов, В.О., Рязанова, М.С., Коршунов, Д.С. (2022). Особенности психической саморегуляции студентов разных групп адаптационных способностей. *Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина*, 2, 228–242.
Dimidov, V.O., Ryzanova, M.S., Korshunov, D.S. (2022). Features of mental self-regulation of students from different groups of adaptation abilities. *Bulletin of Leningrad State University named after A.S. Pushkin*, 2, 228–242. (In Russ.).
5. Золотарева, А.А. (2023). Диагностика депрессии: психометрическая оценка русскоязычной версии опросника здоровья пациента (Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9). *Клиническая и специальная психология*, 12(4), 107–121.
Zolotareva, A.A. (2023). Diagnosis of Depression: Psychometric Examination of the Russian Version of the Patient Health Questionnaire (PHQ-9). *Clinical Psychology and Special Education*, 12(4), 107–121. (In Russ.).
6. Комаровский, В.С. (2020). Образ желаемого будущего России: проблемы формирования. *Власть*, 1, 45–50.
Komarovskii, V.S. (2020). The image of the desired future of Russia: problems of formation. *Vlast*, 1, 45–50. (In Russ.).
7. Круглова, Е.А., Корягина, К.А. (2022). Системно-психологический анализ образа будущего в период юности и молодости. *Системная психология и социология*, 1(41), 19–29.
Kruglova, E.A., Koryagina, K.A. (2022). System-psychological analysis of the image of the future during youth and young adulthood. *Systems Psychology and Sociology*, 1(41), 19–29. (In Russ.).
8. Леонтьев, Д.А. (2022). К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 12(2), 111–121. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.201>
Leontiev, D.A. (2022). Towards the psychology of the possible: The anthropological, the deterministic, the axiological and the existential context. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 12(2), 111–121. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.201> (In Russ.).
9. Лох, К.В. (2017). Психологическая адаптация мирного населения к условиям длительного военного стресса. Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета. URL: <http://repo.donnu.ru:8080/jspui/bitstream/123456789/4765/1/1590.pdf#page=110>

- Lokh, K.V. (2017). Psychological adaptation of the civilian population to the conditions of prolonged military stress. Rostov-on-Don: Southern Federal University Press. URL: <http://repo.donnu.ru:8080/jspui/bitstream/123456789/4765/1/1590.pdf#page=110> (In Russ.).
10. Механизмы формирования ценностного единства и солидаризации российского общества в условиях роста социального неравенства и появления новых его видов. (2022). Отчет о научно-исследовательской работе Центра социокультурных исследований НИУ ВШЭ. Mechanisms of formation of value unity and solidarization of Russian society in the context of growing social inequality and the emergence of its new types. (2022). Report on the research work of the Center for Sociocultural Studies of HSE University. (In Russ.).
11. Нестик, Т.А. (2021). Образ будущего, социальный оптимизм и долгосрочная ориентация россиян: социально-психологический анализ. *Социодиггер*, 2(9(14)), 6–48. Nestik, T.A. (2021). Image of the future, social optimism and long-term orientation of Russians: a socio-psychological analysis. *Sociodigger*, 2(9(14)), 6–48. (In Russ.).
12. Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, 1(155), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06> Osin, E.N., Leontiev, D.A. (2020). Short Russian-language scales for diagnosing subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis. *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes*, 1(155), 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06> (In Russ.).
13. Осин, Е.Н., Егорова, П.А., Кедрова, Н.Б. (2024). Конструктивные функции мечты: от теоретической модели к эмпирической валидации. Часть 2. *Культурно-историческая психология*, 20(1), 97–107. <https://doi.org/10.17759/chp.2024200113> Osin, E.N., Egorova, P.A., Kedrova, N.B. (2024). Constructive functions of dreaming: from a theoretical model to empirical validation. Part 2. *Cultural-Historical Psychology*, 20(1), 97–107. <https://doi.org/10.17759/chp.2024200113> (In Russ.).
14. Сапоровская, М.В., Конжин, С.И., Тихомирова, Е.В., Самохвалова, А.Г. (2023). Личностные регуляторы построения образа будущего на разных этапах профессионализации. *Теоретическая и экспериментальная психология*. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-regulyatory-postroeniya-obraza-buduschego-na-raznyh-etapah-professionalizatsii> Saporovskaya, M.V., Konzhin, S.I., Tikhomirova, E.V., Samokhvalova, A.G. (2023). Personal regulators of building the image of the future at different stages of professionalization. *Theoretical and experimental psychology*. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-regulyatory-postroeniya-obraza-buduschego-na-raznyh-etapah-professionalizatsii> (In Russ.).
15. Татарко, А.Н. (2018). Социальный капитал и аккультурационные стратегии как факторы социокультурной адаптации мигрантов из Центральной и Средней Азии в московском регионе. *Культурно-историческая психология*, 14(2), 33–43. <https://doi.org/10.17759/chp.2018140204> Tatarko, A.N. (2018). Social capital and acculturation strategies as factors of sociocultural adaptation of migrants from Central and Middle Asia in the Moscow region. *Cultural-Historical Psychology*, 14(2), 33–43. <https://doi.org/10.17759/chp.2018140204> (In Russ.).
16. Ханин, Ю.Л. (1976). *Краткое руководство к шкале реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Spielbergера*. Ленинград. Khanin, Yu.L. (1976). *A short guide to the C.D. Spielberger Scale of Reactive and Personal anxiety*. Leningrad.

17. Хегай, А.С., Золотарева, А.А., Каштанова, Т.А., Витко, Ю.С., Лебедева, А.А. (2023). Шкала открытости будущему: русскоязычная адаптация и валидизация. *Консультативная психология и психотерапия*, 31(2), 119–136. <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310206>
Khegay, A.S., Zolotareva, A.A., Kashtanova, T.A., Vitko, Yu.S., Lebedeva, A.A. (2023). Openness to the Future Scale: The Russian Adaptation and Validization. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 31(2), 119–136. <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310206> (In Russ.).
18. Храпкова, Д.Н. (2025). Временная перспектива, гражданская идентичность и психологическая адаптация молодежи прифронтовых регионов России: Магист. дис. НИУ ВШЭ. М.
Khrapkova, D.N. (2025). Time Perspective, Civil Identity and Psychological Adaptation of Youth in Russia Frontline Regions: Master's thesis. HSE University. Moscow. <https://www.hse.ru/edu/vkr/1045749430>. (In Russ.).
19. Шестопал, Е.Б. (2021). Образ идеального будущего: нормативные представления российских граждан о власти. *Вестник Томского государственного университета*, 464, 99–112.
Shestopal, E.B. (2021). The image of the ideal future: normative representations of Russian citizens about power. *Bulletin of Tomsk State University*, 464, 99–112. (In Russ.).
20. Almansa, J.F.F., Trivilin, T., Hutz, C.S., de Almeida, R.M.M., Vazquez, A.C.S., de Freitas, C.P.P. (2024). Mental health of Brazilian students during the COVID-19 pandemic: the role of gratitude, optimism, and hope in reducing anxiety. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 46.
21. Baumeister, R.F., Maranges, H.M., Sjøstad, H. (2018). Consciousness of the future as a matrix of maybe: Pragmatic prospection and the simulation of alternative possibilities. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 5(3), 223.
22. Dimenggo, D., Yendi, F.M. (2021). The correlation between self-confidence and anxiety in encounter the work environment of final semester students. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 55–60.
23. Eubanks, A., Reece, A., Liebscher, A., Ruscio, A.M., Baumeister, R., Seligman, M. (2024). Pragmatic prospection is linked with positive life and workplace outcomes. *The Journal of Positive Psychology*, 19(3), 419–429.
24. Fekih-Romdhane, F., Helmy, M., Alhuwailah, A., Shuwiekh, H.A.M., Naser, A.Y., Maalej, E., Obeid, S., Cheour, M., Hallit, S. (2024). Mediating effect of depression and acute stress between exposure to Israel-Gaza war media coverage and insomnia: a multinational study from five arab countries. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18996-8>
25. Gulevich, O.A., Osin, E.N. (2023). Generalized trust and military attitudes in Russia: The role of national and global human identification. *British Journal of Social Psychology*, 62(3), 1566–1579.
26. Michel, N., Guillaume, M., Peter, S., Lawrence, P., Claude, B., Marvin, G. (2021). The tougher the environment, the harder the adaptation? A psychological point of view in extreme situations. *Acta Astronautica*, 187, 36–42.
27. Morales-Vives, F., Due as, J.M., Vigil-Colet, A., Camarero-Figuerola, M. (2020). Psychological variables related to adaptation to the COVID-19 lockdown in Spain. *Frontiers in Psychology*, 11.
28. Nesse, R.M. (2000). Is depression an adaptation? *Archives of General Psychiatry*, 57(1), 14–20.
29. Polak, F., Boulding, E. (1973). The image of the future. *Elsevier Scientific Publishing Company*.
30. Tatarko, A.N., Lebedeva, N.M. (2023). Psychological adaptation of Russians in post-Soviet countries: the role of context. *Population and Economics*, 7(3), 1–24.
31. Tatarko, A.N., Berry, J.W. (2024). Acculturation strategies and psychological adaptation of two generations of the same ethnic minority group in different sociopolitical contexts. *International Journal of Intercultural Relations*, 100.
32. Wall, T. (2010). Us psychological warfare and civilian targeting. *Peace Review*, 22(3), 288–294.

Храпкова Д.Н. (2026)
Образ будущего как предиктор психологической
адаптации жителей прифронтовых регионов...
Социальная психология и общество,
17(1), 23–40.

Khrapkova D.N. (2026)
Image of future as a predictor of psychological
adaptation among residents of Russia's frontline regions
Social Psychology and Society,
17(1), 23–40.

Информация об авторах

Диана Николаевна Храпкова, магистр психологии, стажер Центра социокультурных исследований, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГБОУ ВО «НИУ ВШЭ»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-7210-0777>, e-mail: dnkhrapkova@edu.hse.ru

Information about the authors

Diana N. Khrapkova, MA in Psychology, Intern at the Centre for Sociocultural Research, HSE University, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-7210-0777>, e-mail: dnkhrapkova@edu.hse.ru

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The author declare no conflict of interest.

Декларация об этике

План эмпирического исследования был рассмотрен на заседании Комиссии по этической оценке исследовательских проектов департамента психологии НИУ ВШЭ 30.04.2024 и одобрен для реализации.

Ethics statement

The empirical research plan was reviewed and approved for implementation at the conference of the Commission for Ethical Review of Research Projects of the Department of Psychology at HSE University on 04/30/2024.

Поступила в редакцию 31.10.2024

Поступила после рецензирования 07.02.2026

Принята к публикации 17.03.2026

Опубликована 30.03.2026

Received 2024.10.31

Revised 2026.02.07

Accepted 2026.03.17

Published 2026.03.30