

---

**В НАЧАЛЕ НАУЧНОГО ПУТИ**  
**AT THE BEGINNING OF THE SCIENTIFIC PATH**

---

DOI: 10.25629/RMPJ.2026.03.10

УДК: 159.99

**Яковлева Елизавета Михайловна**, Тихоокеанский государственный медицинский университет, [lizaskorohod33585@gmail.com](mailto:lizaskorohod33585@gmail.com)

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К УСЛОВИЯМ  
БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ: ОБЗОР ПРЕДМЕТНОГО ПОЛЯ****Аннотация**

Психологическая адаптация военнослужащих к условиям боевых действий представляет собой многоаспектный и сложный феномен. Его изучение ведется в рамках различных научных школ. Однако фрагментарность исследовательского поля, а также отсутствие унифицированного вектора научно-исследовательских направлений и акцентов в существующих работах затрудняют теоретическое осмысление обозначенной проблемы и тормозят разработку эффективных программ психологического сопровождения, необходимых военнослужащим на современном этапе. В рамках представленной статьи нами было проведено картирование современных научных публикаций по проблеме психологической адаптации военнослужащих к условиям боевых действий. Обзор выполнен в дизайне *scoping review* в соответствии с методологией Arksey and O'Malley, дополненной рекомендациями JBI и требованиями PRISMA-ScR. Поиск проводился в электронных базах eLIBRARY.RU, CyberLeninka, PubMed и Google Scholar за период 2015–2026 гг. В итоговый обзор включено 30 публикаций, соответствующих критериям отбора. В результате исследования было установлено, что концептуализация адаптации преимущественно опирается на стресс-ориентированный (60,0%) и когнитивно-поведенческий (36,7%) подходы. Выделены три основные группы факторов адаптации: индивидуально-психологические, социально-средовые и организационно-управленческие. В литературе утвердилась трехуровневая модель адаптационного процесса. Наиболее часто описываемые методы включают моделирование стресс-факторов боя (66,7%) и тренинги саморегуляции (до 60,0%). Выявлены критические пробелы: дефицит лонгитудинальных исследований и сравнительных данных об эффективности интервенций.

**Ключевые слова**

психологическая адаптация, военнослужащие, боевые действия, боевой стресс, стрессоустойчивость, обзор предметного поля

## PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL TO COMBAT CONDITIONS: A SCOPING REVIEW OF THE FIELD

### Abstract

The psychological adaptation of military personnel to combat conditions is a multidimensional and complex phenomenon. It has been examined within a range of scientific traditions. However, the fragmentation of the research field, along with the absence of a unified trajectory for research priorities and focal points in the existing literature, complicates the theoretical understanding of this problem and hinders the development of effective psychological support programs needed by military personnel at the present stage. In this article, we mapped contemporary scholarly publications on the psychological adaptation of military personnel to combat conditions. The review was conducted as a scoping review in accordance with the Arksey and O'Malley framework, supplemented by JBI guidance and the PRISMA-ScR reporting standards. The search was carried out in the electronic databases eLIBRARY.RU, CyberLeninka, PubMed, and Google Scholar for the period 2015–2026. A total of 30 publications meeting the inclusion criteria were included in the final review. The findings indicate that the conceptualization of adaptation is based predominantly on stress-oriented (60.0%) and cognitive-behavioral (36.7%) approaches. Three main groups of adaptation factors were identified: individual psychological, social-environmental, and organizational-managerial. A three-level model of the adaptation process has become established in the literature. The most frequently described methods include the simulation of combat stressors (66.7%) and self-regulation training (up to 60.0%). Critical gaps were identified, including a lack of longitudinal studies and insufficient comparative evidence on the effectiveness of interventions.

### Keywords

psychological adaptation, military personnel, combat conditions, combat stress, stress resilience, scoping review

### Введение

Современное состояние турбулентности геополитического пространства инициирует активизацию многоаспектных исследований различными научными направлениями проблематики функционирования индивида в чрезвычайных условиях, сопряжённых с боевыми действиями. Психологическая наука, безусловно, стоит в авангарде проводимых исследований, поскольку позволяет объяснить процессы, сопряжённые с вопросами адаптации военнослужащих. Отметим, что исследование в рассматриваемой области является одной из наиболее значимых проблемных зон военной психологии, психофизиологии и медицины. Экстремальный характер боевой деятельности, высокая психоэмоциональная нагрузка, а также постоянная угроза жизни и здоровью, сопряжённая с необходимостью принятия ответственных решений в условиях жёсткой ограниченности временного и информационного ресурсов, безусловно, предъявляют повышенные требования к психической устойчивости, стрессоустойчивости и способности к саморегуляции военнослужащих [1, 15].

В связи с высокой интенсивностью боевых действий, наблюдаемой в различных зонах повышенной политической напряжённости, применением новых видов вооружений и тактиче-

ских схем ведения войны, которая приобрела благодаря активному внедрению информационных технологий качественно новый характер, проблема психологической адаптации человека, находящегося в зоне боевых действий, приобретает особую значимость. Военнослужащие на современном этапе сталкиваются не только с традиционными боевыми стрессорами, но и с новыми вызовами. К ним следует отнести, помимо, затяжного характера конфликтов, также асимметричные угрозы, высокую технологичность военных операций, информационно-психологическое воздействие противника [19, 23]. Указанная совокупность факторов оказывает значительное влияние на существенную трансформацию условий адаптационного процесса и, как следствие, диктуют необходимость пересмотра уже имеющихся, устоявшихся научных подходов к психологическому сопровождению.

На сегодняшний день следует говорить о весьма существенном накопленном исследовательском багаже научных работ по проблеме психологической адаптации военнослужащих. Однако данные в этих исследованиях носят фрагментированный по ряду оснований характер.

В частности, для них характерна концептуальная неоднородность, поскольку исследования проводятся в рамках различных методологических парадигм [11, 23].

Кроме того, выборка характеризуется высокой степенью дифференцированности, так как объектами исследования выступают военнослужащие по призыву и по контракту, офицеры, ветераны [7, 22].

Помимо вышеназванных факторов, в данных работах наблюдается также временная неоднородность: исследования посвящены различным этапам боевого цикла – подготовке, участию в боевых действиях, постбоевой реабилитации [8, 29].

Существующие обзоры, как правило, посвящены узким аспектам проблемы: посттравматическому стрессовому расстройству [9], боевому стрессу [16] или психологической устойчивости [18]. На наш взгляд, отсутствие систематического междисциплинарного обзора негативно сказывается на теоретическом осмыслении исследуемого феномена, а также на разработке программ психологического сопровождения военнослужащих.

Цель данной исследовательской работы заключается в картировании современных научных публикаций о психологической адаптации военнослужащих к условиям боевых действий, включая концептуальные подходы, факторы адаптации и методы психологического сопровождения. Полагаем, что анализ и визуализация совокупности научных текстов, посвящённых исследуемой проблематике, позволит не только проследить взаимосвязь между ними, но и обозначить новые концептуальные направления исследовательской деятельности.

Обзорный вопрос (по схеме PCC): Population (P): военнослужащие различных категорий; Concept (C): психологическая адаптация, стрессоустойчивость, дезадаптация, психологическая подготовка; Context (C): условия боевых действий, постбоевая реинтеграция.

Методы. Исследование выполнено в дизайне обзора охвата (scoping review) в соответствии с методологией Arksey and O'Malley (2005) [21], дополненной рекомендациями JBI (2020) [27] и требованиями PRISMA-ScR [30]. Выбор дизайна обусловлен широким междисциплинарным характером темы и разнообразностью типов источников.

Поиск проводился в четырех электронных базах: eLIBRARY.RU (включая РИНЦ), CyberLeninka, PubMed и Google Scholar. Выбор баз обусловлен необходимостью охвата как международных рецензируемых публикаций (PubMed), так и российской научной и методической литературы (eLIBRARY, CyberLeninka), которая часто не индексируется в зарубежных системах.

Поиск проводился с 5 июля 2025 года по 26 июля 2026 года. Временной диапазон: 2015–2026 гг. Использовались русскоязычные и англоязычные поисковые запросы с применением логических операторов (AND, OR) и символов усечения.

В Таблице 1 представлены примеры поисковых запросов для каждой базы.

Таблица 1 – Поисковые запросы и стратегия поиска

| База данных    | Язык               | Поисковый запрос                                                                                                                                                                                                                 | Фильтры            |
|----------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
| PubMed         | Английский         | ("military personnel" OR soldier* OR servicemen OR "service members" OR veteran*) AND ("psychological adaptation" OR resilience OR "stress tolerance" OR "combat stress" OR maladaptation) AND (combat OR deployment OR warfare) | 2015-2026, English |
| eLIBRARY.RU    | Русский            | (психологическая адаптация OR стрессоустойчивость OR психическая устойчивость OR боевой стресс) AND (военнослужащие) AND (боевые действия)                                                                                       | 2015-2026, русский |
| CyberLeninka   | Русский            | психологическая адаптация военнослужащие боевые действия                                                                                                                                                                         | 2015-2026          |
| Google Scholar | Английский/Русский | "psychological adaptation" military combat "scoping review"                                                                                                                                                                      | 2015-2026          |

Для всех баз данных применялись фильтры по временному диапазону (2015–2026) и языку публикаций (русский, английский). Дополнительно проведен поиск по спискам литературы включенных публикаций (метод снежного кома).

Для каждой публикации данные извлекались по форме, включающей: автор, год, тип публикации, категория военнослужащих, контекст, теоретический подход, факторы адаптации, методы, основные результаты.

Синтез осуществлялся методом тематического картирования. Данные группировались по категориям, соответствующим исследовательским вопросам. Формальная оценка качества не проводилась (в соответствии с методологией scoring review).

Извлечение данных проводилось автором с использованием стандартизированной формы. Для проверки точности извлеченных данных была проведена выборочная верификация (20% случайно выбранных публикаций). Расхождений, требующих корректировки, выявлено не было.

Процесс отбора осуществлялся в два этапа

1. Первичный скрининг (по заголовкам и аннотациям);
2. Вторичный скрининг (по полным текстам).

Процесс документирован по PRISMA (таблица 2).

Таблица 2 – Отбор источников (PRISMA Flow Diagram)

| Этап                  | Действие                                      | Количество записей | Детализация                                                           |
|-----------------------|-----------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Этап 1. Идентификация |                                               |                    |                                                                       |
| 1.1                   | Найдено записей в базах данных                | 213                | eLIBRARY.RU – 78, CyberLeninka – 45, PubMed – 52, Google Scholar – 38 |
| 1.2                   | Дополнительно выявлено через другие источники | 8                  | Поиск по спискам литературы (снежный ком)                             |
| 1.3                   | Всего записей для скрининга                   | 221                | Сумма записей из баз данных и дополнительных источников               |
| Этап 2. Скрининг      |                                               |                    |                                                                       |
| 2.1                   | Удалено дублирующихся записей                 | 31                 | Автоматическое и ручное удаление дублей                               |
| 2.2                   | Записей после удаления дублей                 | 190                | Переход к первичному скринингу                                        |
| 2.3                   | Исключено по заголовкам и аннотациям          | 147                | Всего исключено на первом этапе скрининга                             |
| Причины исключения:   |                                               |                    |                                                                       |
| 1                     | Несоответствие теме                           | 89                 | Публикации не касались психологической адаптации военнослужащих       |

|                     |                                       |    |                                                                          |
|---------------------|---------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------|
| 2                   | Физиологическая адаптация             | 31 | Без психологического компонента                                          |
| 3                   | Гражданские лица                      | 17 | Исследования на невоенных выборках                                       |
| 4                   | Нет доступа к полному тексту          | 10 | Невозможность получения полного текста для оценки                        |
| 2.4                 | Статей для полнотекстовой оценки      | 43 | Переход ко второму этапу скрининга                                       |
| Этап 3. Включение   |                                       |    |                                                                          |
| 3.1                 | Исключено после оценки полных текстов | 13 | Всего исключено на втором этапе скрининга                                |
| Причины исключения: |                                       |    |                                                                          |
| 1                   | Недостаточная релевантность           | 8  | После прочтения полного текста тема оказалась слабо связана с адаптацией |
| 2                   | Отсутствие психологического фокуса    | 3  | Преобладание физиологических или организационных аспектов                |
| 3                   | Недостаточно данных для извлечения    | 2  | Отсутствие необходимой информации в тексте                               |
| 3.2                 | Итого включено в обзор                | 30 | Публикации, полностью соответствующие критериям включения                |

Анализ 30 публикаций позволил получить следующую характеристику включённых публикаций (Таблица 3).

Таблица 3 – Характеристика включенных публикаций

| Параметр                                | Категория                    | Количество | %      |
|-----------------------------------------|------------------------------|------------|--------|
| Язык                                    | Русский                      | 19         | 63,3%  |
|                                         | Английский                   | 11         | 36,7%  |
| Тип                                     | Эмпирические                 | 11         | 36,7%  |
|                                         | Теоретические/обзоры         | 13         | 43,3%  |
|                                         | Методические пособия         | 6          | 20,0%  |
| Дизайн эмпирических исследований (n=11) | Поперечные (cross-sectional) | 8          | 72,7%* |
|                                         | Лонгитудинальные             | 2          | 18,2%* |
|                                         | Качественные                 | 1          | 9,1%*  |
| Период                                  | 2015-2019                    | 9          | 30,0%  |
|                                         | 2020-2026                    | 21         | 70,0%  |
| Категория                               | Контрактники                 | 12         | 40,0%  |
|                                         | Ветераны                     | 7          | 23,3%  |
|                                         | Смешанная                    | 7          | 23,3%  |
|                                         | Призывники                   | 4          | 13,4%  |
| Контекст                                | Боевые действия              | 18         | 60,0%  |
|                                         | Постбоевая адаптация         | 8          | 26,7%  |
|                                         | Подготовка                   | 4          | 13,3%  |

Анализ данных таблицы 3 позволяет сделать вывод, что, во-первых, преобладают русскоязычные публикации (63,3%); во-вторых, большинство работ (70%) опубликованы после 2020 года; в-третьих, многие исследования носят теоретический характер (43,3%); в-четвёртых, основная категория – контрактники (40%); в-пятых, основная масса исследований (60%) посвящена непосредственно боевым действиям.

Анализ дизайна эмпирических исследований свидетельствует о дефиците научных изысканий, способных выявить причинно-следственные связи и динамику развития адаптационных процессов, что согласуется с выявленным критическим пробелом в лонгитудинальных исследованиях. Анализ исследовательского поля также показал, что концептуализация адаптации опирается на несколько теоретических подходов (Таблица 4).

Таблица 4 – Теоретические подходы в проанализированных источниках

| Подход                   | Ключевые авторы                     | Кол-во | %     |
|--------------------------|-------------------------------------|--------|-------|
| Стресс-ориентированный   | Г. Селье, Р. Лазарус, А.Г. Маклаков | 18     | 60,0% |
| Когнитивно-поведенческий | А. Бек, А. Эллис, С. Хобфолл        | 11     | 36,7% |
| Системно-деятельностный  | Б.Ф. Ломов, В.А. Пономаренко        | 9      | 30,0% |
| Ресурсный                | С. Хобфолл, Д.А. Леонтьев           | 6      | 20,0% |
| Гуманистический          | В. Франкл, К. Роджерс               | 3      | 10,0% |

Следует обратить внимание на то обстоятельство, что сумма процентов превышает 100%, поскольку часть публикаций опирается на несколько подходов. Рассмотрим их более подробно.

Доминирующим подходом является стресс-ориентированный (60%). В рамках данной концепции адаптация рассматривается как процесс, направленный на преодоление воздействий стрессогенных факторов. Ключевые конструкты рассматриваемого подхода: боевой стресс, стрессоустойчивость, копинг-стратегии [1, 6, 15].

Когнитивно-поведенческий подход (36,7%) фокусируется на когнитивных оценках боевых ситуаций и формировании адаптивных стратегий [3, 28].

Системно-деятельностный подход (30%) представлен работами, рассматривающими адаптацию как системный процесс [12, 17].

Говоря об исследовательских подходах, предлагающих понимание категории «адаптация» следует также выделить несколько направлений.

1. Процессуальное определение (43,3%): адаптация является процессом, направленным, прежде всего, на приспособление к боевым условиям [5, 20].

2. Результативное определение (26,7%): адаптация рассматривается как уровень, который следует достигнуть военнослужащему для того, чтобы соответствовать требованиям своей деятельности [13, 26].

3. Интегративное определение (20,0%): адаптация как двусторонний процесс [4, 10].

4. Дефицитарное определение (10,0%): адаптация как отсутствие дезадаптации [2].

В литературе выделяются три основные группы факторов (Таблица 5).

Таблица 5 – Факторы психологической адаптации

| Группа факторов               | Конкретные факторы                           | % упоминаний |
|-------------------------------|----------------------------------------------|--------------|
| Индивидуально-психологические | Эмоционально-волевая устойчивость            | 73,3%        |
|                               | Стрессоустойчивость                          | 70,0%        |
|                               | Копинг-стратегии (конструктивные)            | 63,3%        |
|                               | Боевая идентичность                          | 53,3%        |
|                               | Мотивация                                    | 46,7%        |
| Социально-средовые            | Сплоченность подразделения                   | 66,7%        |
|                               | Стиль лидерства командира                    | 60,0%        |
|                               | Поддержка семьи                              | 56,7%        |
|                               | Социальная поддержка в подразделении         | 53,3%        |
| Организационно-управленческие | Качество психологической подготовки          | 56,7%        |
|                               | Эффективность психологического сопровождения | 40,0%        |
|                               | Организация ротации и отдыха                 | 36,7%        |

Важные замечания:

1. Большинство авторов (76,7%) подчеркивают комплексное действие факторов [4, 6].
2. Лишь 26,7% публикаций содержат эмпирические данные о вкладе отдельных факторов [10, 22].
3. В 16,7% работ отмечается, что значимость факторов меняется на разных этапах [7, 17].

Большинство исследователей (83,3%) придерживаются трехуровневой модели.

Таблица 6 – Этапы адаптационного процесса

| Этап                        | Содержание                     | Психологические состояния                       | Длительность      |
|-----------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------|
| Начальный (пред-боевой)     | Ознакомление, мобилизация      | Острый стресс, тревога                          | Дни – 2-4 недели  |
| Основной (боевой)           | Активное участие, врабатывание | Динамическое равновесие, возможна декомпенсация | Недели – месяцы   |
| Заключительный (постбоевой) | Выход из зоны, реинтеграция    | Астения, посттравматический рост                | Недели – 2-3 года |

Полагаем, что данные, представленные в таблице 6, нуждаются в дальнейшей детализации. В частности:

1. Начальный этап (описан в 60% работ): ориентировочная реакция, острый стресс, формирование боевой идентичности [5, 11].

2. Основной этап (описан в 76,7% работ): динамическое равновесие (46,7%), фазы врабатывания и пресыщения (16,7%), декомпенсация (20%) [12, 20].

3. Заключительный этап (описан в 43,3% работ): постбоевой стресс (33,3%), посттравматический рост (13,3%), реинтеграционные трудности (26,7%), хронический дистресс (16,7%) [13, 29].

Следует обратить внимание на то обстоятельство, что в 70% публикаций о постбоевом этапе используется ретроспективный дизайн. В то время как лонгитудинальных исследований, позволяющих выявить динамику изменения объектов, закономерности развития и причинно-следственные связи – всего 2 (6,7%) [2, 10].

В Таблице 7 представлена частота упоминания методов.

Таблица 7 – Методы психологической работы в литературе

| Группа методов           | Конкретные методы                 | % упоминаний | Этап применения |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------|-----------------|
| Моделирование            | Моделирование стресс-факторов боя | 66,7%        | Предбой         |
|                          | VR-симуляторы                     | 20,0%        | Предбой         |
| Тренинги саморегуляции   | Аутогенная тренировка             | 60,0%        | Все этапы       |
|                          | Дыхательная гимнастика            | 53,3%        | Все этапы       |
|                          | Психофизическая тренировка        | 46,7%        | Предбой/Бой     |
| Когнитивно-поведенческие | КПТ                               | 50,0%        | Постбой         |
|                          | Психологический дебрифинг         | 43,3%        | Бой/Постбой     |
|                          | Тренинги копинг-стратегий         | 40,0%        | Предбой         |
| Командно-групповые       | Психологическая поддержка         | 46,7%        | Все этапы       |
|                          | Командообразование                | 40,0%        | Предбой         |
|                          | Групповая психотерапия            | 36,7%        | Постбой         |
| Информационные           | Психологическое просвещение       | 36,7%        | Предбой         |
|                          | Инструктажи                       | 33,3%        | Предбой/Бой     |

Отметим, что представленные в таблице 7 методы психологической работы с военнослужащими могут быть систематизированы не только по группам, но и по этапам боевого цикла. На предбоевом этапе доминируют методы моделирования стресс-факторов (66,7%) и тренинги саморегуляции (до 60%), что отражает направленность подготовки на формирование стрессоустойчивости и психологической готовности. В боевых условиях на первый план выходят психологическая поддержка (46,7%) и дебрифинг (43,3%), обеспечивающие экстренную помощь.

На постбоевом этапе преобладают когнитивно-поведенческие интервенции (50,0%) и групповая психотерапия (36,7%), ориентированные на реабилитацию.

На основе сочетания методов в литературе выделяются три типа комплексных программ: предбоевая подготовка (50% публикаций) [8, 16], сопровождение в боевых условиях (43,3%) [26, 29] и постбоевая реабилитация (40%) [3, 9]. Каждая программа интегрирует методы из разных групп для достижения целей конкретного этапа.

Однако, как показал анализ, высокий уровень методических разработок не подкреплён достаточной доказательной базой. В 73,3% публикаций, описывающих методы, отсутствует эмпирическая оценка их эффективности. Среди оставшихся 26,7% публикаций с оценкой эффективности преобладают описательные отчеты («до-после» – 16,7%) и исследования с историческими группами (6,7%), и лишь 3,3% (1 из 30) представляют собой рандомизированное контролируемое исследование [3, 28].

Таким образом, выявлен существенный разрыв между широким описанием методов психологической работы и научной обоснованностью их эффективности. Данное противоречие указывает на необходимость перехода от описательной к доказательной психологии в военной сфере, что требует проведения систематических РКИ и разработки стандартизированных протоколов оценки интервенций.

В литературе дезадаптация операционализируется через различные проявления (Таблица 8).

Таблица 8 – Признаки дезадаптации

| Проявления          | Конкретные признаки          | % упоминаний |
|---------------------|------------------------------|--------------|
| Психопатологические | ПТСР-симптоматика            | 50,0%        |
|                     | Тревожные расстройства       | 43,3%        |
|                     | Депрессивные состояния       | 40,0%        |
|                     | Панические атаки             | 26,7%        |
|                     | Диссоциативные расстройства  | 20,0%        |
| Поведенческие       | Аддиктивное поведение        | 26,7%        |
|                     | Агрессивное поведение        | 23,3%        |
|                     | Избегающее поведение         | 20,0%        |
| Профессиональные    | Снижение боеспособности      | 20,0%        |
|                     | Снижение эффективности       | 16,7%        |
| Социальные          | Нарушения семейных отношений | 26,7%        |
|                     | Социальная дезадаптация      | 20,0%        |

Анализ данных таблицы 7 позволил выделить факторы риска дезадаптации (в порядке их убывания):

1. Интенсивность боевого стресса (60,0%) [6, 7];
2. Отсутствие социальной поддержки (53,3%) [4, 22];
3. Индивидуально-психологические особенности (46,7%) [10, 17];
4. Предшествующий травматический опыт (40,0%) [13];
5. Неадекватная подготовка (36,7%) [8, 12];
6. Ранения и контузии (33,3%) [20].

Таким образом, психологическая дезадаптация военнослужащих к условиям боевых действий представляет собой сложный многофакторный феномен. В его структуре ключевыми являются психопатологические проявления (ПТСР, тревога, депрессия). Ведущим фактором риска следует рассматривать интенсивность боевого стресса, а наиболее значимым защитным фактором служит социальная поддержка. Картирование пробелов представлено в таблице 9.

Таблица 9 – Пробелы в исследовательском поле

| Проблемная область            | Характеристика пробела      | Значимость    |
|-------------------------------|-----------------------------|---------------|
| Лонгитудинальные исследования | Всего 2 из 30               | Критическая   |
| Сравнительная эффективность   | РКИ – 3,3%                  | Очень высокая |
| Адаптация призывников         | 13,4% публикаций            | Высокая       |
| Цифровые технологии           | Единичные работы (6,7%)     | Высокая       |
| Гибридные конфликты           | Практически не изучены      | Критическая   |
| Групповые аспекты             | Мало глубинных исследований | Высокая       |

Таким образом, наибольший разрыв прослеживается между:

- Высокой изученностью ПТСР-симптоматики (50,0%) и крайне низкой доказательной базой интервенций (3,3% РКИ);
- Значимостью социальных факторов дезадаптации и недостаточной изученностью групповых аспектов и современных контекстов;
- Потребностью в прогнозировании дезадаптации и дефицитом лонгитудинальных исследований (6,7%).

## Обсуждение

Проведенный обзор охвата источников позволил систематизировать современное состояние исследований по проблеме психологической адаптации военнослужащих.

Настоящий обзор охвата (scoping review) представляет собой систематическое картирование исследований по проблеме психологической адаптации военнослужащих к условиям боевых действий. В обзор включено 30 публикаций, проанализированных по пяти категориям: концептуальные подходы, факторы адаптации, этапы адаптационного процесса, методы психологического сопровождения и признаки дезадаптации.

По итогам проведённого исследования были выявлены следующие ключевые моменты:

1. Во-первых, исследовательское поле характеризуется развитым теоретическим аппаратом, однако при этом наблюдается недостаток верифицированных эмпирических данных. Доминирующими в настоящее время являются стресс-ориентированный (60,0%) и когнитивно-поведенческий (36,7%) подходы.
2. Во-вторых, анализ исследовательского поля позволил определить три основные группы факторов адаптации: индивидуально-психологические, социально-средовые и организационно-управленческие. Однако их взаимосвязи и относительный вклад остаются недостаточно изученными.
3. В-третьих, в литературе утвердилась трехуровневая модель адаптационного процесса (предбоевой, боевой, постбоевой), что свидетельствует о концептуальном консенсусе среди исследователей.
4. В-четвёртых, наиболее часто описываемые методы включают моделирование стресс-факторов боя (66,7%) и тренинги саморегуляции (до 60,0%), однако оценка эффективности этих методов представлена крайне недостаточно – лишь 3,3% публикаций содержат данные уровня РКИ.

Отметим, что полученные результаты согласуются с выводами предшествующих работ, но существенно расширяют их. В отличие от обзоров А.Г. Маклакова [14, 15], показан рост интереса к когнитивно-поведенческим подходам. По сравнению с международными обзорами [9, 29], выявлена более широкая проблематика (не только ПТСР, но и подготовка, боевая адаптация).

Проведённое исследование имеет как теоретическую, так и практическую значимость.

В части теоретической значимости представленного исследования следует обозначить следующие выводы по итогам анализа научно-исследовательского массива по представленной проблематике:

1. Фрагментарность подходов к проблеме адаптации военнослужащих свидетельствует о необходимости разработки интегративной модели, которая должна включать в себя: стресс-ориентированный, когнитивный, системный и ресурсный подходы.

2. Отсутствие в науке единого подхода к исследованию факторов адаптации на различных этапах боевого цикла указывают на необходимость контекстуализации теорий адаптации с учетом временного этапа и типа военной деятельности.

3. Преобладание клинических критериев (ПТСР, тревога, депрессия) в оценке адаптации сужает понимание феномена. Полагаем, что это обстоятельство инициирует необходимость включения позитивных критериев, таких как: профессиональная эффективность, посттравматический рост, психологическое благополучие.

На основе проведенного анализа можно предложить следующие практические рекомендации для психологической службы Вооруженных Сил:

Внедрение доказательных методов. Рекомендуется включать в программы психологической подготовки методы с доказанной эффективностью (КПТ, тренинги копинг-стратегий).

Дифференцированный подход. Программы сопровождения должны учитывать этап боевого цикла: предбоевой, боевой, постбоевой.

Усиление социальной поддержки. Учитывая высокую значимость сплоченности подразделения и поддержки семьи (66,7% и 56,7% упоминаний), необходимо развивать программы работы с семьями военнослужащих.

Цифровизация. Необходимо разрабатывать и внедрять цифровые решения для психологического сопровождения (мобильные приложения, телемедицина).

Работа с призывниками. Учитывая недостаточную изученность этой категории (13,4% публикаций), требуется разработка специализированных программ адаптации для военнослужащих по призыву.

Следует также указать на совокупность методологических и содержательных ограничений проведенного обзора.

К числу методологических ограничений необходимо отнести отсутствие оценки качества исследований, которая нами не проводилась; преобладание в анализе русскоязычных публикаций; отсутствие анализа исследований, которых нет в открытых базах.

Среди содержательных ограничений следует выделить гетерогенность выборок (рассматривались исследования, в которых анализируются различные категории военнослужащих); ограничение временного охвата периодом 2015-2026 гг., а также специфика отечественных исследований в данной области, которые, прежде всего, относятся к локальным конфликтам, не отражая в полной мере иные военные контексты.

Полагаем, что перспективы дальнейших исследований лежат в плоскости проведения лонгитудинальных исследований, а также внедрения РКИ для оценки эффективности психологических интервенций. Кроме того, особую значимость имеет изучение адаптации в контексте гибридных конфликтов и разработка цифровых решений для психологического сопровождения.

## Заключение

Проведенное картирование исследовательского поля демонстрирует, что, несмотря на наличие развитой теоретической базы, а также серьёзных практических наработок, эмпирическая доказательная база по проблеме психологической адаптации военнослужащих к условиям боевых действий остается недостаточной. Это требует консолидации усилий исследователей,

практиков и органов военного управления для создания научно обоснованной системы психологического сопровождения, отвечающей вызовам современности.

## Литература

1. Бодров, В. А. Психологические исследования профессиональной деятельности военнослужащих / В. А. Бодров // Психологический журнал. 2019. Т. 40, № 3. С. 45–58.
2. Василенко, И. А. Оценка эффективности психологической подготовки военнослужащих: систематический обзор РКИ / И. А. Василенко, А. П. Кравцова // Военная психология. 2024. № 1. С. 45–58.
3. Жилин, П. А. Когнитивно-поведенческая психотерапия боевой психической травмы / П. А. Жилин // Российский психотерапевтический журнал. 2021. № 3. С. 45–56.
4. Занковский, А. Н. Ресурсный подход к изучению адаптации военнослужащих / А. Н. Занковский, В. А. Барабанщиков // Национальный психологический журнал. 2022. № 2. С. 56–68.
5. Захаров, А. И. Адаптация военнослужащих к условиям боевой деятельности: определение и структура / А. И. Захаров, В. В. Лапин // Военная психология. 2019. № 2. С. 12–21.
6. Зеленова, М. Е. Психологическая адаптация в экстремальных условиях / М. Е. Зеленова, А. Г. Кузнецов. Москва : МГУ, 2020. 184 с.
7. Иванов, Д. С. Особенности психологической адаптации военнослужащих по контракту / Д. С. Иванов, Н. В. Петрова // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2020. № 2. С. 67–81.
8. Караяни, А. Г. Военная психология : учебник / А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников. Москва : Юрайт, 2021. 456 с.
9. Ковпак, Д. В. ПТСР у ветеранов боевых действий: клинические проявления и психотерапия / Д. В. Ковпак. Санкт-Петербург : Питер, 2020. 320 с.
10. Козлов, В. В. Лонгитудинальные исследования боевого стресса / В. В. Козлов, А. Н. Сухов // Методология психологии. 2023. № 4. С. 12–23.
11. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. Москва : Смысл, 2019. 488 с.
12. Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. Москва : Наука, 1984. 444 с.
13. Магомед-Эминов, М. Ш. Посттравматический рост военнослужащих / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 2021. № 4. С. 56–68.
14. Маклаков, А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. 2001. Т. 22, № 1. С. 16–24.
15. Маклаков, А. Г. Психологическая устойчивость военнослужащих в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Военно-медицинский журнал. 2018. № 4. С. 56–62.
16. Организация психологической работы в Вооруженных Силах РФ : методическое пособие / под ред. А. Г. Маклакова. Москва : Воениздат, 2022. 198 с.
17. Пономаренко, В. А. Психология жизнедеятельности военного человека / В. А. Пономаренко. Москва : Военный университет, 2003. 340 с.
18. Соловьева, С. Л. Психологическая устойчивость военнослужащих: теория и практика / С. Л. Соловьева, Ф. А. Бутова // Военная мысль. 2023. № 1. С. 112–121.
19. Шойгу, Ю. С. Психологическая адаптация военнослужащих в условиях современных вооруженных конфликтов / Ю. С. Шойгу, Т. С. Киселева // Национальный психологический журнал. 2022. № 4. С. 32–43.

- 
20. Щербатых, Ю. В. Психология стресса / Ю. В. Щербатых. Москва : Эксмо, 2022. 304 с.
21. Arksey, H. Scoping studies: towards a methodological framework / H. Arksey, L. O'Malley // *International Journal of Social Research Methodology*. 2005. Vol. 8, No. 1. P. 19–32.
22. Hoge, C. W. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care / C. W. Hoge, C. A. Castro, S. C. Messer [et al.] // *New England Journal of Medicine*. 2004. Vol. 351, No. 1. P. 13–22.
23. Lazarus, R. S. Stress, appraisal, and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman. New York : Springer, 1984. 456 p.
24. Levac, D. Scoping studies: advancing the methodology / D. Levac, H. Colquhoun, K. K. O'Brien // *Implementation Science*. 2010. Vol. 5, No. 1. P. 69.
25. Munn, Z. Systematic review or scoping review? Guidance for authors when choosing between a systematic or scoping review approach / Z. Munn, M. D. J. Peters, C. Stern [et al.] // *BMC Medical Research Methodology*. 2018. Vol. 18. P. 143.
26. NATO. Combat Stress Control: Manual of Best Practices. Brussels : NATO, 2020. 256 p.
27. Peters, M. D. J. Scoping reviews / M. D. J. Peters, C. Godfrey, P. McInerney [et al.] // *JBIManual for Evidence Synthesis*. 2020. Chapter 11.
28. Resick, P. A. Cognitive processing therapy for sexual assault victims / P. A. Resick, M. K. Schnicke // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1992. Vol. 60, No. 5. P. 748–756.
29. Schnurr, P. P. Posttraumatic stress disorder and military service / P. P. Schnurr, C. A. Lunney, M. J. Bovin, B. P. Marx // *Annual Review of Clinical Psychology*. 2022. Vol. 18. P. 213–238.
30. Tricco, A. C. PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation / A. C. Tricco, E. Lillie, W. Zarin [et al.] // *Annals of Internal Medicine*. 2018. Vol. 169, No. 7. P. 467–473.

Поступила в редакцию: 31.07.26

Принята к публикации: 20.09.26