

МРНТИ 34.39.23; 34.39.55

<https://doi.org/10.32523/2616-7034-2026-156-3-211-233>

Научная статья

Психологические ресурсы и факторы риска адаптации к военной службе у военнослужащих с различным сроком службы и учащихся выпускных классов

Р.К. Татаева*¹ , Г.Б. Сламханова*² , Ж.Қ. Кәрікүл³ ,
А.С. Қойлыбай⁴ 

¹ Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан,

² Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан,

³ Республиканское государственное учреждение «Войсковая часть 31775»

Министерства обороны Республики Казахстан

⁴ Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан,

E-mail: *¹rktastana23@mail.ru, *²gaayhaars12@mail.ru, ³jkarykul0@gmail.com,
⁴satanaizhan0904@gmail.com

Аннотация: Адаптация к военной службе представляет собой сложный процесс, требующий мобилизации личностных ресурсов и способности справляться с эмоциональным и стрессовым напряжением. Целью настоящего исследования является выявление психологических ресурсов и потенциальных факторов риска адаптации учащейся молодежи к военной службе. Оценивались показатели неблагоприятного детского опыта (ACE-10), жизнестойкости (PVS III-R), эмоционального состояния (DASS-21), травматического стресса, адаптационного потенциала и особенностей межличностного взаимодействия у военнослужащих срочной службы. Высокий уровень вовлечённости отмечался у 69,6% военнослужащих со сроком воинской службы пять месяцев и у 63,6% - со сроком службы 12 месяцев. Показатели высокого уровня контроля, как и принятия риска, в этих группах совпали и составили — 60,9% и 63,6% соответственно.

Высокий уровень общей жизнестойкости выявлен у 13,0% военнослужащих в период службы пять месяцев и 22,7% у прослуживших год, при этом в обеих группах преобладал средний уровень общей жизнестойкости. Низкий уровень неблагоприятного детского опыта выявлен у 95,7% военнослужащих со сроком службы пять месяцев и у всех исследуемых со сроком службы 12 месяцев.

У учащихся выпускных классов при преобладании среднего уровня жизнестойкости (61,5%), высокий уровень депрессии выявлен у 43,5%, тревожности — у 39,1%, стресса — у 13,0%.

Received: 2.09.2026. Accepted: 14.09.2026. Available online: 30.09.2026.

*Corresponding author

При этом средний уровень стресса отмечен у 69,6% опрошенных. Полученные результаты обосновывают необходимость раннего психологического скрининга и развития стрессоустойчивости, эмоциональной саморегуляции и других адаптационных ресурсов на этапе допризывной подготовки молодежи.

Ключевые слова: срочная военная служба, жизнестойкость, тревожность, стресс, неблагоприятный детский опыт, факторы риска, допризывная молодежь.

Введение

Военная служба представляет собой особую социальную среду, характеризующуюся высоким уровнем регламентации, строгой иерархической структурой, необходимостью соблюдения установленных норм и адаптации к новым условиям жизнедеятельности. Для военнослужащих срочной службы данный период сопровождается сменой привычной социальной среды, изменением образа жизни и включением в новый коллектив, что требует значительных психологических ресурсов и способности эффективно справляться со стрессовыми воздействиями [1, 2]. Кроме того, служба в армии, как правило, сопровождается большой физической нагрузкой. Недостаточность адаптационных ресурсов может приводить к эмоциональному неблагополучию, трудностям межличностного взаимодействия и различным проявлениям психологической дезадаптации [3].

Несмотря на совершенствование системы морально-психологического обеспечения, в военной среде продолжают фиксироваться случаи психологической дезадаптации и аутоагрессивного поведения. По данным Генеральной прокуратуры Республики Казахстан, с 2020 года в Вооруженных силах зарегистрировано 89 случаев суицидального поведения со смертельным исходом, при этом ежегодно фиксируется от 10 до 20 подобных случаев [4]. Значительная часть таких происшествий приходится на военнослужащих по контракту, однако отдельные случаи регистрируются и среди военнослужащих срочной службы. В большинстве ситуаций причины произошедшего остаются неустановленными, что указывает на необходимость дальнейшего изучения психологических факторов риска и защитных ресурсов личности. Зарубежные исследования показывают, что риск аутоагрессивного поведения у военнослужащих связан как с индивидуальными факторами уязвимости, сформировавшимися до призыва, так и с возможностями целенаправленного укрепления адаптационных ресурсов [5, 6]. Сохраняющаяся частота подобных случаев свидетельствует о необходимости изучения не только внешних условий военной службы, но и индивидуально-психологических факторов, определяющих успешность адаптации военнослужащих к военной среде [7, 8].

Одним из значимых направлений изучения психологической адаптации является анализ эмоционального состояния личности. Депрессия, тревожность и стресс отражают различные стороны эмоционального функционирования и позволяют оценить степень психологического напряжения в условиях предъявляемых требований. Повышенная тревожность может сопровождаться внутренним напряжением и ощущением неопределенности, депрессивные проявления — снижением мотивации и эмоционального фона, тогда как стресс отражает выраженность психофизиологического напряжения в ответ на воздействие внешних факторов [9, 10, 11]. Указанные характеристики имеют значение не только для военнослужащих, но и для молодежи допризывного возраста, поскольку период окончания школы связан с высокой учебной нагрузкой, профессиональным самоопределением и необходимостью адаптации к новым социальным условиям [12, 13].

Наряду с эмоциональным состоянием важную роль в адаптации играют личностные ресурсы. Одним из наиболее изученных психологических ресурсов является жизнестойкость. Согласно концепции S. Maddi, она включает вовлеченность, контроль и принятие риска, обеспечивая способность личности сохранять устойчивость и активно действовать в условиях неопределенности и стресса [14]. Применительно к военной среде автором концепции отдельно рассматривались возможности оценки и целенаправленного развития жизнестойкости [15]. Высокий уровень жизнестойкости способствует более эффективно преодолению трудностей, снижению негативного воздействия стрессовых факторов и сохранению психологического благополучия. Исследования показывают, что жизнестойкость связана с успешностью адаптации, эмоциональной устойчивостью и способностью личности эффективно функционировать в условиях повышенных требований [16, 17–19].

Вместе с тем психологическая адаптация к военной службе не обязательно представляет собой линейный процесс, при котором увеличение продолжительности службы автоматически приводит к последовательному повышению психологической устойчивости. На разных этапах службы военнослужащий сталкивается с различными требованиями: от первичного освоения режима и норм военной среды до накопления опыта взаимодействия с коллективом, выполнения служебных обязанностей и самостоятельного преодоления возникающих трудностей. В связи с этим соотношение личностных ресурсов и эмоционального напряжения может изменяться неравномерно [20, 21].

Особый интерес представляет сравнение психологического статуса военнослужащих, находящихся на различных этапах срочной службы. Такое сопоставление позволяет определить, сопровождается ли увеличение продолжительности службы существенными изменениями психологических характеристик либо основные особенности адаптационного профиля сохраняются относительно стабильными. При этом выявление небольших различий также имеет значение, поскольку может свидетельствовать о том, что адаптация связана не столько с общим увеличением уровня психологической устойчивости, сколько с изменением отдельных её компонентов и способов реагирования на стресс.

Успешность адаптации определяется не только актуальными условиями службы, но и факторами, сформировавшимися задолго до призыва. Одним из потенциально значимых факторов риска является неблагоприятный детский опыт, включающий различные формы насилия, пренебрежение потребностями ребенка, семейные конфликты и другие стрессовые события. Согласно современным исследованиям, накопление неблагоприятного опыта детства связано с повышенным риском эмоциональных нарушений, стрессовых реакций и снижением адаптационных ресурсов личности [22, 23]. Отдельные работы указывают на то, что распространённость неблагоприятного детского опыта среди лиц с опытом военной службы может отличаться от общепопуляционной, что делает данный фактор особенно значимым именно для военного контингента [24]. В связи с этим изучение данного фактора позволяет учитывать не только непосредственное влияние военной среды, но и индивидуальный психологический фон, с которым молодой человек вступает в период службы.

Не менее важную роль в адаптации играет социально-психологическая среда воинского коллектива. Характер межличностных отношений, уровень социальной поддержки, степень включенности в группу и готовность к взаимодействию могут оказывать влияние на эмоциональное состояние и адаптационные возможности военнослужащего. Поддерживающие отношения с сослуживцами способствуют снижению эмоционального напряжения и формированию чувства безопасности, тогда как социальная изоляция и конфликтные взаимодействия могут выступать дополнительными стрессогенными факторами [25, 26]. В связи с этим ориентация на взаимодействие может рассматриваться как один из

показателей социально-психологической адаптации военнослужащего.

Особое практическое значение имеет изучение психологических характеристик молодежи еще до начала военной службы. Учащиеся выпускных классов находятся на этапе, предшествующем возможному призыву, и одновременно сталкиваются с рядом значимых психологических нагрузок, связанных с учебной деятельностью, экзаменами, профессиональным самоопределением и неопределенностью дальнейшего жизненного пути [13, 27]. При этом формирование готовности допризывной молодежи к службе рассматривается как самостоятельная задача психолого-педагогического сопровождения [28]. Поэтому выявление у них характеристик, которые потенциально связаны с последующими трудностями адаптации, может иметь профилактическое значение.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 98 респондентов, разделённых на три группы. Первую группу составили военнослужащие срочной службы воинской части №31775 Карагандинской области, проходящие службу в течение пяти месяцев ($n=33$). Вторую группу составили военнослужащие той же части со сроком военной службы 12 месяцев ($n=27$). Третью группу составили учащиеся выпускных классов общеобразовательных школ г. Астаны ($n=38$). Возраст участников исследования составил от 16 до 20 лет.

Для оценки неблагоприятного детского опыта использовался опросник Adverse Childhood Experiences (ACE-10) [29, 30], позволяющий выявить наличие травматических событий и неблагоприятных условий в детском возрасте. Уровень жизнестойкости определялся с помощью теста жизнестойкости Personal Views Survey (PVS III-R) [31] в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, включающего шкалы вовлечённости, контроля и принятия риска. Показатели психоэмоционального состояния оценивались с использованием шкалы депрессии, тревоги и стресса DASS-21 [32, 33]. Для изучения выраженности симптомов травматического стресса применялся Опросник травматического стресса (ОТС) [34]. Оценка адаптационного потенциала личности проводилась с использованием многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО-АМ) [35]. Особенности межличностных отношений и положения личности в группе изучались посредством модифицированной социометрической методики «Ориентация на взаимодействие».

Обработка данных проводилась с использованием пакета статистических программ SPSS Statistics. На первом этапе выполнялся описательный анализ полученных данных, включавший расчёт средних значений, стандартных отклонений и частотного распределения показателей по уровням выраженности. С учётом ненормального распределения ряда исследуемых показателей для оценки различий между двумя независимыми группами военнослужащих, различающимися по продолжительности службы, применялся U-критерий Манна—Уитни. Данный критерий использовался для сопоставления показателей военнослужащих со сроком службы пять месяцев и один год по основным исследуемым характеристикам.

Для определения взаимосвязей между показателями неблагоприятного детского опыта, жизнестойкости, психоэмоционального состояния, травматического стресса и адаптационного потенциала применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Статистически значимыми считались различия и взаимосвязи при уровне значимости $p < 0,05$.

С целью выявления факторов, потенциально связанных с адаптацией к условиям военной службы, основной корреляционный анализ проводился на выборке военнослужащих срочной службы. Полученные взаимосвязи позволили определить соотношение

психологических ресурсов и факторов риска адаптации. Дополнительное разделение военнослужащих по продолжительности службы позволило оценить особенности психологического профиля на различных этапах пребывания в военной среде. Результаты, полученные у военнослужащих, далее сопоставлялись с показателями учащихся выпускных классов для выявления потенциально значимых факторов риска на допризывном этапе и определения направлений профилактической психологической работы.

Результаты

Показатели неблагоприятного детского опыта (АСЕ-10). Результаты оценки неблагоприятного детского опыта показали, что в обеих группах военнослужащих преобладал низкий уровень показателей АСЕ-10. Среди военнослужащих со сроком службы пять месяцев низкий уровень неблагоприятного детского опыта выявлен у 95,7% обследованных, средний — у 4,3%, при этом высокий уровень не зарегистрирован. В группе военнослужащих, проходящих службу около одного года, 100% обследованных имели низкий уровень АСЕ-10; средний и высокий уровни не выявлены.

Таблица 1.

Распределение военнослужащих по уровням показателей неблагоприятного детского опыта (АСЕ-10)

Неблагоприятный детский опыт (АСЕ-10)	Военнослужащие, срок службы 12 мес. (n=27)	Военнослужащие, срок службы 5 мес. (n=33)
Низкий уровень (0–1 балла)	100%	95,7%
Средний уровень (2–3 балла)	0%	4,3%
Высокий уровень (≥4 балла)	0%	0%

Таким образом, выраженных различий между военнослужащими на разных этапах службы по показателю неблагоприятного детского опыта не выявлено. В обеих группах преобладает низкий уровень показателей АСЕ-10, что свидетельствует об отсутствии у большинства обследованных военнослужащих значительного накопления неблагоприятных событий детства.

Особенности межличностного взаимодействия военнослужащих срочной службы. Для оценки особенностей межличностного взаимодействия использовалась модифицированная социометрическая методика, направленная на изучение уровня ориентации на взаимодействие в условиях воинского коллектива. Результаты показали, что у военнослужащих со сроком службы 12 месяцев низкий уровень ориентации на взаимодействие выявлен у 45,0%, средний — у 25,0%, высокий — у 30,0% респондентов. В группе военнослужащих со сроком службы пять месяцев высокий уровень отмечался у 56,5%, средний — у 34,8%, низкий — у 8,7% военнослужащих (таблица 2).

Таким образом, между группами наблюдается различие в распределении уровней ориентации на взаимодействие: среди военнослужащих со сроком службы пять месяцев значительно чаще встречается высокий уровень ориентации на взаимодействие, тогда как среди военнослужащих, прослуживших один год, выше доля респондентов с низким

уровнем. Полученные результаты указывают на различия в выраженности ориентации на социальное взаимодействие на разных этапах службы и могут иметь значение при рассмотрении особенностей социально-психологической адаптации военнослужащих.

Таблица 2.

Уровни ориентации на взаимодействие

Уровень ориентации на взаимодействие	Военнослужащие со сроком службы 12 месяцев (n=27)	Военнослужащие со сроком службы 5 месяцев (n=33)
Низкий уровень	45,0%	8,7%
Средний уровень	25,0%	34,8%
Высокий уровень	30,0%	56,5%

Показатели жизнестойкости у военнослужащих срочной службы. Результаты исследования показали, что у военнослужащих срочной службы по отдельным компонентам жизнестойкости в целом отмечается достаточно высокая выраженность показателей. В общей выборке высокие уровни были наиболее характерны для вовлечённости (78,6%), контроля (73,2%) и принятия риска (62,5%). Вместе с тем по интегральному показателю общей жизнестойкости у большинства обследованных военнослужащих преобладал средний уровень (67,9%); высокий уровень выявлен у 12,5%, низкий — у 19,6% респондентов (табл. 3).

При сравнении военнослужащих на разных этапах срочной службы выявлены определённые различия в выраженности отдельных компонентов. У военнослужащих со сроком службы пять месяцев средний показатель вовлечённости составил 43,4 балла, что несколько выше, чем у военнослужащих, проходящих службу в течение года (41,7 балла). В то же время у военнослужащих со сроком службы один год отмечались более высокие показатели контроля — 38,6 балла против 37,5 балла и принятия риска — 21,4 против 18,9 балла. Интегральный показатель общей жизнестойкости также был несколько выше у военнослужащих с периодом службы один год — 101,8 балла, тогда как у военнослужащих со сроком службы пять месяцев он составил 99,8 балла.

Таким образом, различия между военнослужащими на разных этапах службы выражены умеренно. Более ранний этап службы характеризуется несколько большей вовлечённостью в происходящие события, тогда как к концу первого года службы отмечается тенденция к более высокой выраженности контроля и принятия риска. При этом различия в показателе общей жизнестойкости остаются небольшими, что свидетельствует об относительной стабильности интегрального личностного ресурса в течение рассматриваемого периода службы.

Отдельного внимания заслуживает соотношение показателей отдельных компонентов и общей жизнестойкости. Несмотря на преобладание высокого уровня вовлечённости, контроля и принятия риска, общая жизнестойкость у большинства военнослужащих соответствует среднему уровню. Это не является противоречием, поскольку интегральный показатель отражает совокупную выраженность всех компонентов жизнестойкости. Высокая выраженность одного или нескольких компонентов не означает автоматически высокого уровня общей жизнестойкости, если остальные составляющие выражены менее равномерно.

Таблица 3.

Показатели жизнестойкости у военнослужащих срочной службы

Показатели жизнестойкости	Военнослужащие, прослужившие 12 месяцев (n=27)			Военнослужащие, прослужившие 5 месяцев (n=33)		
	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Вовлечённость	0%	50,0%	50,0%	0%	34,8%	65,2%
Контроль	0%	45,0%	55,0%	0%	43,5%	56,5%
Принятие риска	5,0%	40,0%	55,0%	4,3%	39,1%	56,5%
Общая жизнестойкость	40,0%	40,0%	20,0%	34,8%	52,2%	13,0%

Таким образом, полученные результаты позволяют говорить о наличии у военнослужащих отдельных достаточно сформированных личностных ресурсов адаптации, связанных с включённостью в происходящие события, ощущением контроля над собственной жизнедеятельностью и готовностью воспринимать изменения и трудности как часть жизненного опыта. Вместе с тем преобладание среднего уровня общей жизнестойкости указывает на то, что данные ресурсы у большинства военнослужащих не образуют максимально устойчивой интегральной системы, что делает целесообразным их дальнейшее развитие в процессе психологического сопровождения военнослужащих.

Показатели депрессии, тревоги и стресса у военнослужащих срочной службы. Результаты исследования показали, что эмоциональное состояние военнослужащих различалось в зависимости от продолжительности службы. У военнослужащих со сроком службы 12 месяцев низкий уровень депрессии выявлен у 70,0%, тревожности — у 65,0%, стресса — у 70,0% респондентов. Средний уровень депрессии составил 30,0%, тревожности — 30,0%, стресса — 30,0%. Высокий уровень тревожности выявлен у 5,0% военнослужащих, при этом высокие уровни депрессии и стресса не зарегистрированы.

В группе лиц с воинской службой пять месяцев низкий уровень депрессии выявлен у 56,5%, тревожности — у 39,1%, стресса — у 43,5% обследованных. Средний уровень депрессии составил 43,5%, тревожности — 60,9%, стресса — 56,5%. Высокие уровни депрессии и стресса не выявлены, высокий уровень тревожности также не зарегистрирован.

Таким образом, наиболее заметные различия между группами наблюдались по показателям тревожности и стресса. У военнослужащих со сроком службы пять месяцев значительно чаще выявлялся средний уровень тревожности (60,9% против 30,0%) и стресса (56,5% против 30,0%), тогда как среди военнослужащих, проходящих службу около года, чаще регистрировались низкие уровни тревожности (65,0% против 39,1%) и стресса (70,0% против 43,5%). По показателям депрессии также отмечалась аналогичная, хотя менее выраженная тенденция: низкий уровень выявлен у 70,0% прослуживших один год и у 56,5% военнослужащих со сроком службы пять месяцев.

Таблица 4.

**Показатели депрессии, тревоги и стресса
у военнослужащих срочной службы.**

Показатели	Военнослужащие, срок службы 12 мес (n=27)			Военнослужащие, срок службы 5 месяцев (n=33)		
	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Депрессия	70,0%	30,0%	0%	56,5%	43,5%	0%
Тревожность	65,0%	30,0%	5,0%	39,1%	60,9%	0%
Стресс	70,0%	30,0%	0%	43,5%	56,5%	0%

Полученные результаты позволяют предположить, что на раннем этапе службы эмоциональное напряжение выражено несколько сильнее, тогда как к концу первого года службы показатели тревожности и стресса характеризуются более благоприятным распределением. При этом отсутствие высоких уровней депрессии и стресса в обеих группах указывает на отсутствие выраженного эмоционального неблагополучия в обследованной выборке

Показатели травматического стресса у военнослужащих срочной службы.

Результаты исследования показали, что выраженность показателей травматического стресса различается в зависимости от продолжительности службы. В группе военнослужащих со сроком службы пять месяцев высокий уровень сверхбдительности выявлен у 83,3% респондентов, средний — у 16,7%, низкий уровень не зарегистрирован. В группе военнослужащих, проходящих службу около одного года, высокий уровень сверхбдительности выявлен у 57,1%, средний — у 38,1%, низкий — у 4,8% обследованных.

По показателю агрессивности различия между группами были менее выраженными. Высокий уровень отмечался у 41,7% военнослужащих со сроком службы пять месяцев и у 33,3% военнослужащих, прослуживших 12 месяцев. Средний уровень составил соответственно 45,8% и 57,1%, низкий — 12,5% и 9,5%.

Как показано на таблице 5, по интегральному показателю общего травматического стресса в обеих группах преимущественно выявлялся средний уровень. Среди лиц с воинским сроком службы пять месяцев этот показатель составил 62,5%, тогда как среди военнослужащих со сроком службы 12 месяцев — 47,6%. Низкий уровень был выявлен соответственно у 33,3% и 47,6% респондентов. Высокий уровень общего травматического стресса встречался редко и был выявлен у 4,2% со сроком воинской службы пять месяцев и у 4,8% военнослужащих с периодом службы 12 месяцев.

Таблица 5.

Показатели травматического стресса у военнослужащих срочной службы.

Показатели	Срок службы 12 месяцев (n=27)			Срок службы 5 месяцев (n=33)		
	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Сверхбдительность	4,8%	38,1%	57,1%	0%	16,7%	83,3%
Агрессивность	9,5%	57,1%	33,3%	12,5%	45,8%	41,7%
Общий травматический стресс (ОТС)	47,6%	47,6%	4,8%	33,3%	62,5%	4,2%

Таким образом, наиболее заметные различия между группами выявлены по сверхбдительности: среди военнослужащих со сроком службы пять месяцев доля респондентов с высоким уровнем была значительно выше (83,3% против 57,1%). При этом по общему травматическому стрессу в обеих группах преобладал средний уровень, а высокий уровень встречался единично. Полученные результаты позволяют предположить, что на более раннем этапе службы повышенная настороженность и эмоциональная готовность к потенциальным стрессовым воздействиям выражены сильнее, однако это не сопровождается столь же высокой распространённостью выраженного общего травматического стресса.

Показатели адаптационного потенциала военнослужащих срочной службы. Согласно результатам исследования, показатели психической адаптационной устойчивости (поведенческой регуляции) у военнослужащих обеих групп было сходным. Низкий уровень выявлен у 75,0% военнослужащих как со сроком службы один год, так и пять месяцев. Средний уровень составил 25,0% и 12,5% соответственно, тогда как высокий уровень выявлен у 12,5% военнослужащих со сроком службы пять месяцев и не зарегистрирован у прослуживших 12 месяцев.

По шкале коммуникативного потенциала у военнослужащих со сроком службы один год преобладал средний уровень (62,5%), низкий уровень выявлен у 25,0%, высокий — у 12,5%. Среди военнослужащих с периодом службы пять месяцев средний уровень составил 75,0%, низкий — 12,5%, высокий — 12,5%. Таким образом, в первой группе во-

еннослужащих отмечается несколько более благоприятное распределение показателей коммуникативного потенциала.

По показателю моральной нормативности различия между группами были более выраженными. У прослуживших 12 месяцев средний уровень выявлен у 62,5%, низкий — у 25,0%, высокий — у 12,5%. В группе военнослужащих со сроком службы пять месяцев средний уровень составил 37,5%, высокий — 62,5%, при этом низкий уровень не выявлен.

Таким образом, наиболее выраженные межгрупповые различия наблюдались по моральной нормативности и коммуникативному потенциалу, тогда как показатели поведенческой регуляции в обеих группах распределялись практически одинаково. В целом у военнослужащих со сроком службы пять месяцев отмечается несколько более благоприятное распределение отдельных показателей адаптационных способностей, прежде всего коммуникативного потенциала и моральной нормативности. При этом наличие низких показателей поведенческой регуляции в обеих группах указывает на необходимость учитывать индивидуальные особенности адаптации военнослужащих при организации психологического сопровождения.

Таблица 6.

Показатели адаптационного потенциала военнослужащих срочной службы.

Показатели	Воинская служба 12 мес года (n=27)			Воинская служба 5с месяцев (n=33)		
	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Поведенческая регуляция (ПР)	62,5%	25,0%	12,5%	62,5%	12,5%	25,0%
Коммуникативный потенциал (КП)	25,0%	62,5%	12,5%	12,5%	37,5%	50,0%
Моральная нормативность (МН)	25,0%	62,5%	12,5%	0%	37,5%	62,5%
Личностный адаптационный потенциал (ЛАП)	75,0%	12,5%	12,5%	62,5%	12,5%	25,0%

Корреляционный анализ. Результаты корреляционного анализа по критерию Спирмена выявили ряд статистически значимых взаимосвязей между исследуемыми

показателями (рисунок 1). Установлено, что психологическая устойчивость отрицательно связана со стрессом ($r_s=-0,345$; $p=0,007$), сверхбдительностью ($r_s=-0,421$; $p=0,001$), агрессивными реакциями ($r_s=-0,386$; $p=0,002$) и общим уровнем травматического стресса ($r_s=-0,547$; $p<0,001$). Таким образом, снижение психологической устойчивости сопровождается увеличением выраженности стрессовых и травматических реакций.

Кроме того, выявлена положительная связь между неблагоприятным детским опытом и уровнем травматического стресса ($r_s=0,418$; $p=0,001$), а также отрицательная связь ($r_s=-0,338$

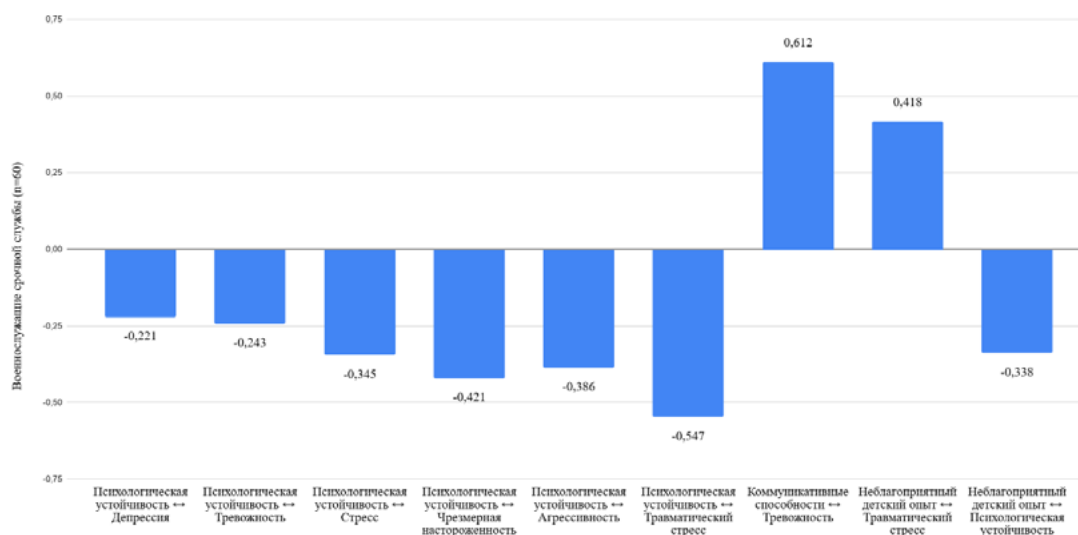


Рисунок 1. Результаты корреляционного анализа показателей психологического состояния и адаптационных ресурсов военнослужащих срочной службы

Полученные результаты свидетельствуют о том, что накопление неблагоприятных событий в детском возрасте связано с большей уязвимостью к стрессовым воздействиям и снижением адаптационных ресурсов личности.

Наиболее сильная отрицательная связь была выявлена между психологической устойчивостью и травматическим стрессом ($r_s=-0,547$; $p<0,001$), что позволяет рассматривать жизнестойкость как один из ключевых психологических ресурсов адаптации военнослужащих срочной службы к условиям военной среды.

Сравнительный анализ данных военнослужащих с различной продолжительностью срочной службы с использованием U-критерия Манна—Уитни показал, что в большинстве исследуемых психологических показателей статистически значимых различий между группами не выявлено. Это касается общей жизнестойкости, депрессии, тревожности, стресса, агрессивности, общего травматического стресса, личностного адаптационного потенциала и неблагоприятного детского опыта ($p > 0,05$).

Единственное статистически значимое различие установлено по показателю сверхбдительности ($U=160,0$; $p=0,036$): у военнослужащих со сроком службы пять месяцев, её выраженность выше, чем у военнослужащих, проходящих службу около года. При этом описательные данные также указывают на более высокую долю военнослужащих с высоким уровнем сверхбдительности на раннем этапе службы (83,3% против 57,1%).

Таким образом, результаты не подтверждают предположение о линейном изменении психологических ресурсов и факторов риска по мере увеличения продолжительности службы. Большинство характеристик сохраняют относительную стабильность, тогда как наиболее чувствительным к этапу службы оказался показатель сверхбдительности. Это позволяет рассматривать ранний период службы как этап повышенной настороженности и готовности к реагированию на внешние воздействия, при этом выраженного увеличения общего травматического стресса или ухудшения эмоционального состояния к данному периоду не выявлено.

В контексте дальнейшего анализа учащихся выпускных классов полученные результаты позволяют рассматривать именно совокупность факторов риска и защитных ресурсов, а не отдельный показатель, как основу для оценки потенциальной готовности молодежи к адаптации к условиям военной службы.

Таблица 7.

Результаты сравнительного анализа

Показатели	Медиана ~1 год	Медиана 5 мес.	U	p
Общая жизнестойкость	96,5	103,0	256,5	0,946
Депрессия	0	0	225,5	0,488
Тревожность	0	1	188,0	0,119
Стресс	0	2	195,5	0,170
Сверхбдительность	3,0	3,4	160,0	0,036
Агрессивность	2,75	2,81	214,5	0,397
Общий травматический стресс (ОТС)	2,02	2,26	185,0	0,130
ЛАП	25,5	31,5	18,5	0,172
ACE-10	0	0	213,0	0,552

Показатели жизнестойкости и эмоционального состояния учащихся выпускных классов

Для оценки психологической устойчивости и эмоционального состояния учащихся выпускных классов были использованы тест жизнестойкости (PVS III-R) и опросник DASS-21. Результаты исследования показали, что у большинства учащихся был выявлен средний уровень психологической устойчивости (61,5%), высокий уровень зарегистрирован у 34,6%, а низкий — у 3,8% респондентов (рисунок 2).

Анализ эмоционального состояния показал, что высокий уровень депрессии был выявлен у 43,5% учащихся, высокий уровень тревожности — у 39,1%, тогда как высокий уровень стресса зарегистрирован у 13,0% респондентов. При этом для большинства школьников был характерен средний уровень стресса (69,6%). Низкие показатели депрессии, тревожности и стресса были выявлены у 8,7%, 17,4% и 17,4% учащихся соответственно.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что, несмотря на достаточно благоприятный уровень психологической устойчивости у большинства обследованных учащихся, значительная часть школьников демонстрирует повышенные показатели тревожности и депрессивных переживаний. Вероятно, это связано с высокой учебной нагрузкой, подготовкой к выпускным экзаменам, необходимостью профессионального самоопределения и неопределенностью относительно дальнейшего жизненного пути.

Учитывая, что учащиеся выпускных классов являются потенциальным допризывным контингентом, выявленные показатели эмоционального неблагополучия и недостаточной психологической устойчивости могут рассматриваться как факторы, требующие внимания на этапе подготовки к возможной военной службе. В связи с этим целесообразно включать элементы психологического скрининга в систему допризывной подготовки молодежи, уделяя особое внимание развитию стрессоустойчивости, навыков эмоциональной саморегуляции и других адаптационных ресурсов личности.

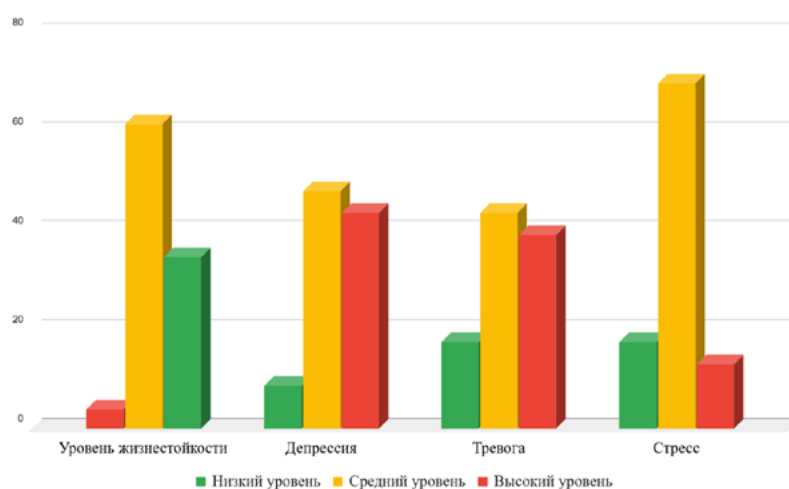


Рисунок 2. Показатели жизнестойкости и эмоционального состояния учащихся выпускных классов

Обсуждение

Полученные результаты позволяют рассматривать адаптацию к военной службе как неоднородный процесс, при котором увеличение продолжительности службы не обязательно сопровождается линейным ростом психологической устойчивости. В литературе жизнестойкость рассматривается как один из ключевых ресурсов адаптации, позволяющий сохранять эффективность функционирования в условиях стресса и повышенных требований [14, 17, 19]. В настоящем исследовании не обнаружено статистически значимых различий по общей жизнестойкости между военнослужащими со сроком службы пять и 12 месяцев ($U=256,5$; $p=0,946$). Вместе с тем у военнослужащих со сроком службы один год несколько выше были показатели контроля, принятия риска и интегральный показатель жизнестойкости, что может отражать перераспределение отдельных компонентов личностного ресурса при сохранении его общего уровня.

Наиболее значимое различие выявлено по свертываемости ($U=160,0$; $p=0,036$): высокий уровень отмечался у 83,3% военнослужащих со сроком службы пять месяцев и у 57,1% военнослужащих со сроком службы 12 месяцев. Настоящий результат согласуется

с литературными данными о связи военной среды с повышенной настороженностью и стрессовыми реакциями [3, 7, 8]. Однако высокий общий травматический стресс встречался редко в обеих группах, а статистически значимых различий по нему не выявлено ($U=185,0$; $p=0,130$). Следовательно, повышенная сверхбдительность на более раннем этапе службы не обязательно свидетельствует о сформированном травматическом стрессе и может отражать повышенную готовность к реагированию на требования новой среды.

Сходная тенденция наблюдалась в эмоциональном состоянии. У военнослужащих первой группы чаще выявлялись средние уровни тревожности (60,9%) и стресса (56,5%), тогда как у военнослужащих второй группы чаще регистрировались низкие уровни этих показателей — 65,0% и 70,0% соответственно. Однако статистически значимых различий по тревожности и стрессу не установлено ($p>0,05$). Следует учитывать, что шкалы DASS-21 отражают связанные, но различные аспекты эмоционального неблагополучия, в связи с чем отсутствие различий по интегральной выраженности не исключает изменений в отдельных компонентах эмоционального реагирования [10, 11]. Таким образом, результаты согласуются с представлением о повышенном эмоциональном напряжении на более ранних этапах службы, но не позволяют утверждать о статистически значимом его снижении с увеличением продолжительности службы.

Полученные данные по неблагоприятному детскому опыту в целом не выявили различий между группами: низкий уровень показателей ACE-10 отмечался у 95,7% военнослужащих со сроком службы пять месяцев и у всех военнослужащих, прослуживших один год ($U=213,0$; $p=0,552$). Вместе с тем корреляционный анализ подтвердил положения литературного обзора [22, 24]: неблагоприятный детский опыт был связан со снижением психологической устойчивости ($r_s=-0,338$; $p=0,008$) и повышением травматического стресса ($r_s=0,418$; $p=0,001$). Следовательно, отсутствие межгрупповых различий не исключает его значения как индивидуального фактора уязвимости.

Особый интерес представляет сопоставление полученных результатов с данными учащихся выпускных классов. Как было отмечено выше, допризывный период может сопровождаться значительной психологической нагрузкой, связанной с экзаменами, профессиональным самоопределением и неопределённостью будущего [12, 13, 27]. В нашем исследовании при преимущественно среднем уровне жизнестойкости у школьников (61,5%) были выявлены выраженные эмоциональные факторы риска: высокий уровень депрессии — у 43,5%, тревожности — у 39,1%, стресса — у 13,0%; средний уровень стресса отмечался у 69,6% учащихся.

Таким образом, результаты обследования военнослужащих позволяют определить не столько конкретный «профиль будущего военнослужащего», сколько совокупность характеристик, имеющих значение для адаптации: жизнестойкость, эмоциональное состояние, сверхбдительность и индивидуальные факторы риска. Наличие у части школьников выраженных тревожно-депрессивных и стрессовых проявлений при отсутствии низкой жизнестойкости показывает, что оценка готовности молодежи к военной службе не должна ограничиваться только показателями психологической устойчивости. Целесообразно учитывать также эмоциональное состояние и потенциальные факторы уязвимости уже на допризывном этапе. При этом накопленный опыт применения программ развития жизнестойкости в военном контексте показывает принципиальную возможность целенаправленного формирования адаптационных ресурсов, что делает раннее выявление таких характеристик практически значимым [15].

При этом полученные результаты следует интерпретировать с учетом ограничений исследования. Во-первых, выборка военнослужащих была относительно небольшой, а по отдельным методикам количество валидных ответов дополнительно сокращалось.

Во-вторых, исследование носило поперечный характер: сравнивались разные военнослужащие на 5-м и 12-м месяцах службы, поэтому выявленные различия нельзя однозначно связывать именно с влиянием времени службы. Кроме того, обследование военнослужащих, находящихся уже на пятом месяце службы, не позволяет непосредственно оценить наиболее ранний период адаптации. Наконец, использованные методики основаны на самоотчете, что в условиях воинского коллектива может приводить к недооценке выраженности эмоциональных проявлений.

Заключение

Таким образом, результаты исследования показывают, что адаптация к военной службе не сопровождается однозначным и линейным увеличением психологических ресурсов по мере продолжительности службы. У военнослужащих с различным сроком службы большинство изученных показателей не имело статистически значимых различий, при этом единственное статистически значимое различие выявлено по показателю сверхбдительности ($U=160,0$; $p=0,036$), уровень которой был выше у военнослужащих на более раннем этапе службы. Это может свидетельствовать о большей настороженности и готовности к реагированию на внешние воздействия в первые месяцы пребывания в военной среде.

Вместе с тем выявленные взаимосвязи между жизнестойкостью, стрессом, сверхбдительностью и неблагоприятным детским опытом подтверждают значимость сочетания личностных ресурсов и факторов риска при оценке адаптационных возможностей военнослужащих. Полученные результаты позволяют предположить, что к пятому месяцу службы у большинства военнослужащих уже сформирован определенный уровень приспособления к требованиям военной среды, поэтому сравнение участников с годовой службой отражает скорее относительную стабильность психологического профиля, чем сам процесс первичной адаптации.

Сопоставление с учащимися выпускных классов показало практическую значимость допризывного этапа. Несмотря на преимущественно средний уровень жизнестойкости у школьников (61,5%), у значительной части выявлены повышенные показатели депрессии (43,5%), тревожности (39,1%) и стресса (13,0%). В связи с этим оценка психологической готовности молодежи к военной службе должна учитывать не только уровень жизнестойкости, но и эмоциональное состояние, стрессовые реакции и индивидуальные факторы уязвимости. Выявление таких характеристик до призыва может создать возможности для своевременной превентивной и психологической подготовки.

В связи с этим дальнейшие исследования целесообразно проводить на более многочисленной выборке и с включением военнослужащих непосредственно в момент призыва и в первые недели службы. Наиболее информативным будет лонгитюдный дизайн с обследованием до призыва, сразу после поступления на службу и на последующих этапах. Это позволит проследить реальную динамику адаптации и определить, какие характеристики, выявленные у допризывной молодежи, действительно связаны с последующими трудностями адаптации. Также перспективно расширение диагностического комплекса за счет методик оценки копинг-стратегий, эмоциональной регуляции, социальной поддержки и мотивации к службе.

Вклад авторов

Р.Т. — концептуализация, методология, организация исследования, валидация, анализ данных, редактирование текста статьи; **Ж.К.** — сбор данных, обеспечение набора участников; **Г.С.** — сбор данных, написание текста; **А.Қ.** — анализ данных, обработка данных, оформление работы. Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Финансирование

Данное исследование не получало внешнего финансирования

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликтов интересов

Соблюдение этических норм

Результаты анкетирования участников исследования были получены с их информированного согласия на последующую обработку и публикацию. Конфиденциальность участников была обеспечена, при этом вопросы, позволяющие установить их личность, не задавались.

Список литературы

1. Фролова К. И., Михалик Д. С. Психологический компонент здоровья военнослужащих: сущность и структура // Вестник Смоленской государственной медицинской академии. – 2018. – Т. 17, № 2. – С. 109–113. – EDN: XSKAYP
2. Новиков Н. С., Наумов П. Ю., Утюганов А. А. Физическое и психическое здоровье военнослужащих как социально-правовая ценность // Актуальные проблемы государства и права. – 2022. – Т. 6, № 3. – С. 450–458. – DOI: 10.20310/2587-9340-2022-6-3-450-458
3. Баранова Г. В., Музалевский В. И. Особенности характеристики социального самочувствия военнослужащих // Вестник РГГУ. Серия «Философия. Социология. Искусствоведение». – 2023. – № 3, ч. 2. – С. 214–223. – DOI: 10.28995/2073-6401-2023-3-214-223
4. 89 суицидов с 2020 года: тревожная статистика в армии Казахстана: по данным Генеральной прокуратуры Республики Казахстан // Inbusiness.kz. – 2026. – 30 апреля. – URL: <https://inbusiness.kz/ru/last/89-suicidov-s-2020-goda-trevozhnaya-statistika-v-armii-kazahstana> (дата обращения: 19.06.2026).
5. Afifi T. O., Taillieu T., Zamorski M. A., Turner S., Cheung K., Sareen J. Association of child abuse exposure with suicidal ideation, suicide plans, and suicide attempts in military personnel and the general population in Canada // JAMA Psychiatry. – 2016. – Vol. 73, № 3. – P. 229–238. – DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2015.2732
6. Peterson A. L., Moore B. A., Evans W. R. et al. Enhancing resiliency and optimizing readiness in military personnel through psychological flexibility training: design and methodology of a randomized controlled trial // Frontiers in Psychiatry. – 2024. – Vol. 14. – Art. 1299532. – DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1299532
7. Арпентьева М. Р. Военный стресс и реабилитация // Инвалиды и общество. – 2016. – № 1 (19). – С. 51–58. – EDN: WLRPIB

8. Чудаков А. Ю., Утюганов А. А. Психофизиологические аспекты адаптации и дезадаптации бойцов горного спецназа к экстремальным условиям среды // Российский военно-психологический журнал. – 2025. – № 3 (9). – С. 70–81. – DOI: 10.25629/RMPJ.2025.03.08
9. Акимова О. Н., Балюкова И. Б. Нервно-психическая устойчивость военнослужащих // Актуальные проблемы психологического здоровья: теория и практика: материалы международной научной конференции. – Псков, 2016. – С. 154–157.
10. Dwight A. R., Briesch A. M., Hoffman J. A., et.al. Systematic review of the psychometric evidence supporting use of the Depression Anxiety Stress Scales, short form (DASS-21) with youth // Child & Youth Care Forum. – 2024. – Vol. 53. – P. 1235–1250. – DOI: 10.1007/s10566-024-09795-8
11. Lee J., Lee E.-H., Moon S. H. Systematic review of the measurement properties of the Depression Anxiety Stress Scales-21 by applying updated COSMIN methodology // Quality of Life Research. – 2019. – Vol. 28, № 9. – P. 2325–2339. – DOI: 10.1007/s11136-019-02177-x
12. Караванов А. А., Устинов И. Ю., Лен А. А. Профессиональная пригодность как психологическая предпосылка повышения эффективности военно-профессиональной подготовки (переподготовки) военнослужащих // Вестник Нижневартковского государственного университета. – 2023. – № 2. – С. 58–68. – DOI: 10.36906/2311-4444/23-2/06
13. Evans L., Haeberlein K., Chang A., et.al. Convergent validity and preliminary cut-off scores for the anxiety and depression subscales of the DASS-21 in US adolescents // Child Psychiatry and Human Development. – 2021. – Vol. 52. – P. 579–585. – DOI: 10.1007/s10578-020-01050-0
14. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses // The Journal of Positive Psychology. – 2006. – Vol. 1, № 3. – P. 160–168. – DOI: 10.1080/17439760600619609
15. Maddi S. R. Relevance of hardiness assessment and training to the military context // Military Psychology. – 2007. – Vol. 19, № 1. – P. 61–70. – DOI: 10.1080/08995600701323301
16. Субботина Л. Ю., Спирин А. В. Формирование психологической защиты в условиях стресса на примере военной профессии // Ярославский психологический вестник. – 2017. – № 2 (38). – С. 65–68. – EDN: NSLMRD
17. Kokun O., Pischko I., Lozinska N. Differences in military personnel's hardiness depending on their leadership levels and combat experience: an exploratory pilot study // Military Psychology. – 2023. – Vol. 35, № 6. – P. 603–610. – DOI: 10.1080/08995605.2022.2147360
18. Зайцев Т. А. Стресс-факторы в условиях военной службы // Концепции, теория и методика фундаментальных и прикладных научных исследований: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции, 13 февраля 2020 г. – Стерлитамак: Агентство международных исследований, 2020. – С. 63–66. – EDN: VKEJIR
19. Bekesiene S., Smaliukiene R. et al. The relationship between psychological hardiness and military performance by reservists: a moderation effect of perceived stress and resilience // Healthcare. – 2023. – Vol. 11, № 9. – Art. 1224. – DOI: 10.3390/healthcare11091224
20. Чечурова Ю. Ю. Особенности адаптации военнослужащих к режиму несения срочной службы // Вестник Тверского государственного технического университета. Серия: науки об обществе и гуманитарные науки. – 2019. – № 4 (19). – С. 43–51. – EDN: FCXKXN
21. Забегалина С. В. Психологическое состояние военнослужащих в период их адаптации // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2022. – № 1 (88). – С. 71–78. – DOI: 10.24412/1999-6241-2022-188-71-78
22. Felitti V. J., Anda R. F., Nordenberg D., et.al. Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study // American Journal of Preventive Medicine. – 1998. – Vol. 14, № 4. – P. 245–258. – DOI: 10.1016/S0749-3797(98)00017-8

23. Hughes K., Bellis M. A., Hardcastle K. A., et.al. The effect of multiple adverse childhood experiences on health: a systematic review and meta-analysis // *The Lancet Public Health*. – 2017. – Vol. 2, № 8. – P. e356–e366. – DOI: 10.1016/S2468-2667(17)30118-4
24. A systematic review of the impact of adverse childhood experiences on U.S. Service Members and military readiness // *Military Psychology*. – 2026. – DOI: 10.1080/08995605.2026.2681306
25. Шамионов Р. М., Сорокин А. И. Роль военной идентичности, ценностей и удовлетворенности службой в формировании ответственности курсантов // *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития*. – 2020. – Т. 9, вып. 1 (33). – С. 25–32. – DOI: 10.18500/2304-9790-2020-9-1-25-32 Акмеология образования. Психология развития. – 2020. – Т. 9, вып. 1 (33). – С. 25–32. – DOI: 10.18500/2304-9790-2020-9-1-25-32
26. Осипенко Э. Б., Киличак Т. Ю. Проблемы социологического анализа изучения социального здоровья военнослужащих // *Социально-гуманитарные знания*. – 2023. – № 9. – С. 36–40. – EDN: OUURLZ
27. Тукачева Т. П. Военно-профессиональная деятельность как источник развития стресса курсантов военных вузов // *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. – 2019. – № 5 (171). – С. 353–357. – EDN: NTMHWY
28. Ковтуненко Л. В., Парамонов Е. В. Мотивационно-ценностная направленность допризывной молодежи на военную службу // *Пенитенциарная наука*. – 2020. – Т. 14, № 4. – С. 524–527. – DOI: 10.46741/2686-9764-2020-14-4-524-527
29. Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) [Электронный ресурс] / WHO Violence Prevention Team. – URL: [https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-\(ace-iq\)](https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-(ace-iq)) (дата обращения: 05.05.2026).
30. Герасимчук Е. С., Лутова Н. Б., Хобейш М. А., Макаревич О. В., Сорокин М. Ю. Клиническая адаптация и валидация русскоязычной версии опросника оценки негативного детского опыта (ACE-10) // *Консультативная психология и психотерапия*. – 2025. – Т. 33, № 2. – С. 97–123. – DOI: 10.17759/cpp.2025330205
31. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
32. Lovibond S. H., Lovibond P. F. Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. – 2nd ed. – Sydney: Psychology Foundation of Australia, 1995. – 42 p.
33. Золотарева А. А. Психометрическая оценка русскоязычной версии шкалы депрессии, тревоги и стресса (DASS-21) // *Психологический журнал*. – 2021. – Т. 42, № 5. – С. 80–88. – DOI: 10.31857/s020595920017077-0
34. Котенёв И. О. Психологическая диагностика посттравматических стрессовых состояний (ОСР и ПТСР) // *Журнал практического психолога*. – 2019. – № 2.
35. Маклаков А. Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.03. – СПб., 1996. – 392 с.

References

1. Frolova K. I., Mikhaliuk D. S. Psikhologicheskii komponent zdorov'ya voennosluzhashchikh: sushchnost' i struktura [Psychological component of the health of military personnel: essence and structure] // *Vestnik Smolenskoï gosudarstvennoï meditsinskoi akademii*. – 2018. – Vol. 17, № 2. – S. 109–113. (In Russ.) – EDN: XSKAYP
2. Novikov N. S., Naumov P. Yu., Utyuganov A. A. Fizicheskoe i psikhicheskoe zdorov'e voennosluzhashchikh kak sotsial'no-pravovaya tsennost' [Physical and mental health of military personnel as a social and legal value] // *Aktual'nye problemy gosudarstva i prava*. – 2022. – Vol.

6, № 3. – S. 450–458. (In Russ.) – DOI: 10.20310/2587-9340-2022-6-3-450-458

3. Baranova G. V., Muzalevskii V. I. Osobennye kharakteristiki sotsial'nogo samochuvstviya voennosluzhashchikh [Specific characteristics of the social well-being of military personnel] // Vestnik RGGU. Seriya "Filosofiya. Sotsiologiya. Iskusstvovedenie". – 2023. – № 3, ch. 2. – S. 214–223. (In Russ.) – DOI: 10.28995/2073-6401-2023-3-214-223

4. 89 suitsidov s 2020 goda: trevozhnaya statistika v armii Kazakhstana: po dannym General'noi prokuratury Respubliki Kazakhstan [89 suicides since 2020: alarming statistics in the army of Kazakhstan: data of the Prosecutor General's Office of the Republic of Kazakhstan] // Inbusiness.kz. – 2026. – 30 April. – URL: <https://inbusiness.kz/ru/last/89-suicidov-s-2020-goda-trevozhnaya-statistika-v-armii-kazahstana> (accessed: 19.06.2026). (In Russ.)

5. Afifi T. O., Taillieu T., Zamorski M. A., Turner S., Cheung K., Sareen J. Association of child abuse exposure with suicidal ideation, suicide plans, and suicide attempts in military personnel and the general population in Canada // JAMA Psychiatry. – 2016. – Vol. 73, № 3. – P. 229–238. – DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2015.2732

6. Peterson A. L., Moore B. A., Evans W. R. et al. Enhancing resiliency and optimizing readiness in military personnel through psychological flexibility training: design and methodology of a randomized controlled trial // Frontiers in Psychiatry. – 2024. – Vol. 14. – Art. 1299532. – DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1299532

7. Arpent'eva M. R. Voennyi stress i reabilitatsiya [Military stress and rehabilitation] // Invalidy i obshchestvo. – 2016. – № 1 (19). – S. 51–58. (In Russ.) – EDN: WLRPIB

8. Chudakov A. Yu., Utyuganov A. A. Psikhofiziologicheskie aspekty adaptatsii i dezadaptatsii boitsov gornogo spetsnaza k ekstremal'nym usloviyam sredy [Psychophysiological aspects of adaptation and maladaptation of mountain special forces soldiers to extreme environmental conditions] // Rossiiskii voenno-psikhologicheskii zhurnal. – 2025. – № 3 (9). – S. 70–81. (In Russ.) – DOI: 10.25629/RMPJ.2025.03.08

9. Akimova O. N., Balyukova I. B. Nervno-psikhicheskaya ustoichivost' voennosluzhashchikh [Neuropsychic stability of military personnel] // Aktual'nye problemy psikhologicheskogo zdorov'ya: teoriya i praktika: materialy mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii. – Pskov, 2016. – S. 154–157. (In Russ.)

10. Dwight A. R., Briesch A. M., Hoffman J. A., et al. Systematic review of the psychometric evidence supporting use of the Depression Anxiety Stress Scales, short form (DASS-21) with youth // Child & Youth Care Forum. – 2024. – Vol. 53. – P. 1235–1250. – DOI: 10.1007/s10566-024-09795-8

11. Lee J., Lee E.-H., Moon S. H. Systematic review of the measurement properties of the Depression Anxiety Stress Scales-21 by applying updated COSMIN methodology // Quality of Life Research. – 2019. – Vol. 28, № 9. – P. 2325–2339. – DOI: 10.1007/s11136-019-02177-x

12. Karavanov A. A., Ustinov I. Yu., Len A. A. Professional'naya prigodnost' kak psikhologicheskaya predposylka povysheniya effektivnosti voenno-professional'noi podgotovki (perepodgotovki) voennosluzhashchikh [Professional aptitude as a psychological prerequisite for improving the effectiveness of military vocational training] // Vestnik Nizhnevartovskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2023. – № 2. – S. 58–68. (In Russ.) – DOI: 10.36906/2311-4444/23-2/06

13. Evans L., Haeberlein K., Chang A., et al. Convergent validity and preliminary cut-off scores for the anxiety and depression subscales of the DASS-21 in US adolescents // Child Psychiatry and Human Development. – 2021. – Vol. 52. – P. 579–585. – DOI: 10.1007/s10578-020-01050-0

14. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses // The Journal of Positive Psychology. – 2006. – Vol. 1, № 3. – P. 160–168. – DOI: 10.1080/17439760600619609

15. Maddi S. R. Relevance of hardiness assessment and training to the military context // Military Psychology. – 2007. – Vol. 19, № 1. – P. 61–70. – DOI: 10.1080/08995600701323301

16. Subbotina L. Yu., Spirin A. V. Formirovanie psikhologicheskoi zashchity v usloviyakh stressa na primere voennoi professii [Formation of psychological defense under stress: the case of the military profession] // Yaroslavskii psikhologicheskii vestnik. – 2017. – № 2 (38). – S. 65–68. (In Russ.) – EDN: NSLMRD
17. Kokun O., Pischko I., Lozinska N. Differences in military personnel's hardiness depending on their leadership levels and combat experience: an exploratory pilot study // Military Psychology. – 2023. – Vol. 35, № 6. – P. 603–610. – DOI: 10.1080/08995605.2022.2147360
18. Zaitsev T. A. Stress-factory v usloviyakh voennoi sluzhby [Stress factors in military service] // Kontseptsii, teoriya i metodika fundamental'nykh i prikladnykh nauchnykh issledovaniy: sbornik statei po itogam Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, 13 February 2020. – Sterlitamak: Agentstvo mezhdunarodnykh issledovaniy, 2020. – S. 63–66. (In Russ.) – EDN: VKEJIR
19. Bekesiene S., Smaliukiene R. et al. The relationship between psychological hardiness and military performance by reservists: a moderation effect of perceived stress and resilience // Healthcare. – 2023. – Vol. 11, № 9. – Art. 1224. – DOI: 10.3390/healthcare11091224
20. Chechurova Yu. Yu. Osobennosti adaptatsii voennosluzhashchikh k rezhimu neseniya srochnoi sluzhby [Features of adaptation of military personnel to the conscript service regime] // Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya: nauki ob obshchestve i gumanitarnye nauki. – 2019. – № 4 (19). – S. 43–51. (In Russ.) – EDN: FCXKXN
21. Zabegalina S. V. Psikhologicheskoe sostoyanie voennosluzhashchikh v period ikh adaptatsii [Psychological state of military personnel during the period of their adaptation] // Psikhopedagogika v pravookhranitel'nykh organakh. – 2022. – № 1 (88). – S. 71–78. (In Russ.) – DOI: 10.24412/1999-6241-2022-188-71-78
22. Felitti V. J., Anda R. F., Nordenberg D., et.al. Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study // American Journal of Preventive Medicine. – 1998. – Vol. 14, № 4. – P. 245–258. – DOI: 10.1016/S0749-3797(98)00017-8
23. Hughes K., Bellis M. A., Hardcastle K. A., et.al. The effect of multiple adverse childhood experiences on health: a systematic review and meta-analysis // The Lancet Public Health. – 2017. – Vol. 2, № 8. – P. e356–e366. – DOI: 10.1016/S2468-2667(17)30118-4
24. A systematic review of the impact of adverse childhood experiences on U.S. Service Members and military readiness // Military Psychology. – 2026. – DOI: 10.1080/08995605.2026.2681306
25. Shamionov R. M., Sorokin A. I. Rol' voennoi identichnosti, tsennostei i udovletvorennosti sluzhboi v formirovanii otvetstvennosti kursantov [The role of military identity, values and service satisfaction in the formation of cadets' responsibility] // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya. – 2020. – Vol. 9, iss. 1 (33). – S. 25–32. (In Russ.) – DOI: 10.18500/2304-9790-2020-9-1-25-32
26. Osipenko E. B., Kifichak T. Yu. Problemy sotsiologicheskogo analiza izucheniya sotsial'nogo zdorov'ya voennosluzhashchikh [Problems of sociological analysis in the study of social health of military personnel] // Sotsial'no-gumanitarnye znaniya. – 2023. – № 9. – S. 36–40. (In Russ.) – EDN: OUURLZ
27. Tukacheva T. P. Voенно-professional'naya deyatel'nost' kak istochnik razvitiya stressa kursantov voennykh vuzov [Military professional activity as a source of stress in cadets of military universities] // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. – 2019. – № 5 (171). – S. 353–357. (In Russ.) – EDN: NTMHWY
28. Kovtunen L. V., Paramonov E. V. Motivatsionno-tsennostnaya napravlennost' do-prizyvnoi molodezhi na voennuyu sluzhbu [Motivational and value orientation of pre-conscription youth towards military service] // Penitentsiarnaya nauka. – 2020. – Vol. 14, № 4. – S. 524–527.

(In Russ.) – DOI: 10.46741/2686-9764-2020-14-4-524-527

29. Adverse Childhood Experiences International Questionnaire (ACE-IQ) / WHO Violence Prevention Team. – URL: [https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-\(ace-iq\)](https://www.who.int/publications/m/item/adverse-childhood-experiences-international-questionnaire-(ace-iq)) (accessed: 05.05.2026).

30. Gerasimchuk E. S., Lutova N. B., Khobeysh M. A., Makarevich O. V., Sorokin M. Yu. Klinicheskaya adaptatsiya i validatsiya russkoyazychnoi versii oprosnika otsenki negativnogo detskogo opyta (ACE-10) [Clinical adaptation and validation of the Russian version of the Adverse Childhood Experiences Questionnaire (ACE-10)] // Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. – 2025. – Vol. 33, № 2. – S. 97–123. (In Russ.) – DOI: 10.17759/cpp.2025330205

31. Leont'ev D. A., Rasskazova E. I. Test zhiznестоikosti [Hardiness test]. – Moscow: Smysl, 2006. – 63 s. (In Russ.)

32. Lovibond S. H., Lovibond P. F. Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. – 2nd ed. – Sydney: Psychology Foundation of Australia, 1995. – 42 p.

33. Zolotareva A. A. Psikhometricheskaya otsenka russkoyazychnoi versii shkaly depressii, trevogi i stressa (DASS-21) [Psychometric evaluation of the Russian version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)] // Psikhologicheskii zhurnal. – 2021. – Vol. 42, № 5. – S. 80–88. (In Russ.) – DOI: 10.31857/s020595920017077-0

34. Kotenev I. O. Psikhologicheskaya diagnostika posttravmaticheskikh stressovykh sostoyanii (OSR i PTSR) [Psychological diagnosis of post-traumatic stress conditions] // Zhurnal prakticheskogo psikhologa. – 2019. – № 2. (In Russ.)

35. Maklakov A. G. Osnovy psikhologicheskogo obespecheniya professional'nogo zdorov'ya voennosluzhashchikh: dis. ... d-ra psikhol. nauk: 19.00.03 [Foundations of psychological support of the occupational health of military personnel: Dr. Sci. (Psychology) dissertation]. – St. Petersburg, 1996. – 392 s. (In Russ.)

**Әртүрлі қызмет өтеу мерзімі бар әскери қызметкерлер
мен жоғарғы сынып оқушыларының әскери қызметке бейімделуінің
психологиялық ресурстары мен тәуекел факторлары**

Р.К. Татаева^{1*}, Г.Б. Сламханова^{2*}, Ж.Қ. Кәрікүл³, А.С. Қойлыбай⁴

¹Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

²Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

³Қазақстан Республикасы Қорғаныс министрлігінің «31775 әскери бөлімі»
республикалық мемлекеттік мекемесі

⁴Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

Аңдатпа. Әскери қызметке бейімделу – жеке тұлғалық ресурстарды жұмылдыруды, сондай-ақ эмоционалдық шиеленіс пен стрессті еңсере білу қабілетін талап ететін күрделі процесс. Зерттеудің мақсаты – әскери қызметтің әртүрлі кезеңіндегі мерзімді қызметтегі әскери қызметшілердің бейімделуіне байланысты психологиялық ресурстар мен қауіп факторларын анықтау, сонымен қатар білім алушы жастар арасындағы ықтимал қауіп факторларын айқындау болды. Зерттеу барысында балалық шақтағы жағымсыз тәжірибелер (ACE-10), төзімділік (PVS III-R), эмоционалдық жай-күй (DASS-21), травматикалық стресс, бейімделу әлеуеті және тұлғааралық өзара әрекеттесу сипаттамаларының көрсеткіштері бағаланды. Міндетті әскери қызмет мерзімі бес ай болғандардың 69,6%-ында және он екі

ай қызмет еткендердің 63,6%-ында жоғары деңгейдегі берілгендік байқалды; тиісінше, аталған топтардың 60,9% және 63,6%-ында бақылаудың жоғары деңгейі, ал 60,9% және 63,6%-ында тәуекелді қабылдаудың жоғары деңгейі анықталды. Жалпы төзімділіктің жоғары деңгейі бес ай әскери қызметтегілердің 13,0%-ында және бір жыл қызмет еткендердің 22,7%-ында анықталғанымен, екі топта да жалпы төзімділіктің орташа деңгейі басым болды. Әскери қызмет мерзімі бес ай қызметкерлердің 95,7%-ында және он екі ай қызмет еткендердің барлығында балалық шақтағы жағымсыз тәжірибелердің төмен деңгейі анықталды. Мектеп бітіруші түлектер арасында төзімділіктің орташа деңгейі басым болғанымен (61,5%), оқушылардың 43,5%-ында депрессия, 39,1%- мазасыздық және 13,0%- стресстің жоғары деңгейі, ал 69,6%-ында стресстің орташа деңгейі анықталды. Бұл нәтижелер жастарды әскерге шақыру алдындағы даярлық кезеңінде ерте психологиялық скрининг жүргізудің, сондай-ақ стресске төзімділікті, эмоциялық өзін-өзі реттеуді және басқа да бейімделу ресурстарын дамытудың қажеттілігін айқындайды.

Түйін сөздер: мерзімді әскери қызмет, психологиялық тұрақтылық, мазасыздық, стресс, балалық шақтағы жағымсыз тәжірибе, тәуекел факторлары, әскерге шақырылуға дейінгі жастар.

Psychological resources and risk factors of adaptation to military service among military personnel with different lengths of service and graduating students

R.K. Tatayeva^{1*}, G.B. Slamkhanova^{2*}, Zh.K. Karikul³, A.S. Koilybay⁴

¹*L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan*

²*L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan*

³*Republican State Institution "Military Unit 31775" of the Ministry of Defense of the Republic of Kazakhstan*

⁴*L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan*

Abstract: Adaptation to military service is a complex process requiring the mobilization of personal resources and the ability to cope with emotional and psychological stress. The aim of this study was to identify psychological resources and risk factors associated with adaptation to military service among conscripts with different lengths of service and to determine potential risk factors among students. The study assessed adverse childhood experiences (ACE-10), hardiness (PVS III-R), emotional state (DASS-21), traumatic stress, adaptive potential, and interpersonal interaction. A high level of commitment was observed in 69.6% of servicemen after 5 months of service and in 63.6% after 12 months. High levels of control were found in 60.9% and 63.6%, respectively, while high levels of risk acceptance were observed in 60.9% and 63.6%. A high level of overall hardiness was identified in 13.0% of servicemen after 5 months of service and in 22.7% after one year; however, a moderate level of overall hardiness predominated in both groups. Low levels of adverse childhood experiences were identified in 95.7% of servicemen after 5 months and in 100% after 12 months of service. Among final-year students, a moderate level of hardiness predominated (61.5%). High levels of depression, anxiety, and stress were identified in 43.5%, 39.1%, and 13.0% of students, respectively, while a moderate level of stress was observed in 69.6%. The findings highlight the need for early psychological screening and the development of stress resilience, emotional self-regulation, and other adaptive resources during pre-conscription training.

Keywords: conscript military service, hardiness, stress, adverse childhood experiences, psychological resources, risk factors, pre-conscription youth.

Авторлар туралы мәлімет:

Татаева Роза Кабдыгалиевна – хат-хабар авторы, медицина ғылымдарының докторы, профессор, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Жалпы биология және геномика кафедрасы, Қажымұқан көшесі, 13, 010000, Астана, Қазақстан

Сламханова Гаухар Бекежановна – хат-хабар авторы, магистр, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Қажымұқан көшесі, 13, 010000, Астана, Қазақстан.

Кәрікұл Жалғас Қуанышұлы – 31775 әскери бөлімінің медициналық қызмет бастығы, медициналық қызметтің аға лейтенанты, 31775 әскери бөлімі, Қазақстан Республикасы Қорғаныс министрлігі, 010000, Астана, Қазақстан

Қойлыбай Айжан Сатанқызы – магистрант, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Қажымұқан көшесі, 13, 010000, Астана, Қазақстан

Сведения об авторах:

Татаева Роза Кабдыгалиевна – автор для корреспонденции, доктор медицинских наук, профессор кафедры общей биологии и геномики, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, ул. Кажымукана, 13, 010000, Астана, Казахстан

Сламханова Гаухар Бекежановна – автор для корреспонденции, магистр, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, ул. Кажымукана, 13, 010000, Астана, Казахстан

Кәрікұл Жалғас Қуанышұлы – начальник медицинской службы войсковой части 31775, старший лейтенант медицинской службы, Республиканское государственное учреждение «Войсковая часть 31775» Министерства обороны Республики Казахстан, 010000, Астана, Казахстан

Қойлыбай Айжан Сатанқызы – магистрант второго года обучения, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, ул. Кажымукана, 13, 010000, Астана, Казахстан

Information about the Authors:

Roza Kabdygalievna Tatayeva – corresponding author, Doctor of Medical Sciences, Professor, Department of General Biology and Genomics, L.N. Gumilyov Eurasian National University, 13 Kazhymukan Street, 010000, Astana, Kazakhstan

Gaukhar Bekezhhanovna Slamkhanova – corresponding author, Master's degree holder, L.N. Gumilyov Eurasian National University, 13 Kazhymukan Street, 010000, Astana, Kazakhstan

Zhalgas Kuanyshuly Karikul – Head of the Medical Service of Military Unit 31775, Senior Lieutenant of the Medical Service, Republican State Institution “Military Unit 31775” of the Ministry of Defense of the Republic of Kazakhstan, 010000, Astana, Kazakhstan

Aizhan Satankyzy Koilybay – second-year Master's student, L.N. Gumilyov Eurasian National University, 13 Kazhymukan Street, 010000, Astana, Kazakhstan