

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2026. Т. 32, № 2. С. 76–82. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2026, vol. 32, no. 2, pp. 76–82.

ISSN 2073-1426

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

Научная статья

УДК 355.2

EDN ONLKKH

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2026-32-2-76-82>

ИЗУЧЕНИЕ УРОВНЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ЮНОШЕЙ: СТУДЕНТОВ, КУРСАНТОВ И СОЛДАТ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ ВОЕННУЮ СЛУЖБУ НА ОСНОВАНИИ ПРИЗЫВА

Шулепников Дмитрий Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент, Военная академия радиационной, химической и биологической защиты имени Маршала Советского Союза С.К. Тимошенко, Кострома, Россия, Shu_cabanchik@mail.ru

Сабанов Сергей Владимирович, кандидат технических наук, профессор, Военная академия радиационной, химической и биологической защиты имени Маршала Советского Союза С.К. Тимошенко, Кострома, Россия, sersab80@mail.ru

Крылова Наталья Геннадьевна, кандидат педагогических наук, доцент, Костромской государственный университет, Кострома, Россия, natkrulova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5102-5393>

Уманская Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент, Костромской государственный университет, Кострома, Россия, umka44koostroma@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3710-8421>

Аннотация. В статье представлен анализ подходов к изучению категории «жизнестойкость», которая является важной составляющей личности в современном мире. Период юности представляет собой отрезок времени, характеризующийся значительным увеличением активности индивида, а также являющийся этапом жизни, в ходе которого осуществляются важные выборы, принимаются значимые решения и совершаются поступки, требующие преодоления сложных задач, зачастую касающихся личностного становления молодых людей в условиях новых социальных реалий. Служба в армии, как и обучение в учреждениях высшего профессионального образования, независимо от их гражданского либо военного профиля, выступают в качестве среды, способствующей формированию жизнестойкости молодых людей, которая обладает специфическими характеристиками, представленными в настоящем исследовании.

Ключевые слова: жизнестойкость, личность, человек, трудная жизненная ситуация, юность, студенты, курсанты, солдаты, адаптация.

Для цитирования: Сабанов С.В., Шулепников Д.В., Крылова Н.Г., Уманская И.А. Изучение уровня жизнестойкости у юношей: студентов, курсантов и солдат, осуществляющих военную службу на основании призыва // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2026. Т. 32, № 2. С. 76–82. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2026-32-2-76-82>

Research Article

STUDY OF THE LEVEL OF RESILIENCE IN YOUNG MEN: STUDENTS, CADETS, AND SOLDIERS WHO SERVE IN THE MILITARY ON A CONSCRIPTION BASIS

Dmitry V. Shulepnikov, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department, Military Academy of Radiation, Chemical and Biological Defense named after Marshal of the Soviet Union S.K. Timoshenko, Kostroma, Russia, Shu_cabanchik@mail.ru

Sergey V. Sabanov, Candidate of Technical Sciences, Professor of the Department, Military Academy of Radiation, Chemical and Biological Defense named after Marshal of the Soviet Union S.K. Timoshenko, Kostroma, Russia, sersab80@mail.ru

Natalya G. Krylova, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Kostroma State University, Kostroma, Russia, natkrulova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5102-5393>

Irina A. Umanskaya, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Kostroma State University, Kostroma, Russia, umka44koostroma@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3710-8421>

Abstract. The article presents an analysis of approaches to studying the category of resilience, which is an important personality characteristic in the modern world. The period of youth is a time period characterized by a significant increase in an individual's activity, and it is also a stage of life during which important choices, decisions, and actions are made, requiring

the resolution of complex challenges, often related to the personal development of young people in the context of new social realities. Military service, as well as higher education institutions, regardless of their civilian or military profile, serve as an environment that contributes to the development of resilience *in young people*, which has specific characteristics presented in this study.

Keywords: resilience, personality, person, difficult life situation, youth, students, cadets, soldiers

For citation: Sabanov S.V., Shulepnikov D.V., Krylova N.G., Umskaya I.A. Study of the level of resilience in young men: students, cadets, and soldiers performing military service based on conscription. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2026, vol. 32, no. 2, pp. 76–82 (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2026-32-2-76-82>

Проблема анализа жизнестойкости индивида в настоящее время занимает центральное место в научных исследованиях. Данная ситуация объясняется тем, что мы живем в эпоху целенаправленного и системного поиска как теоретических, так и практико-ориентированных подходов, способствующих формированию глобального сопротивления личности негативному воздействию и сложным внешним условиям существования, которые в последние годы оказывают нарастающее влияние на современного человека.

Теоретическая концепция «жизнестойкость» была интегрирована в исследовательскую практику научными деятелями С. Мадди и С. Кобейза. В рамках своих исследований С. Мадди интерпретирует жизнестойкость как «один из механизмов преодоления онтологической тревоги, возникающей в процессе обдумывания или принятия решений, ориентированных на будущее». В своих работах он подчеркивает, что, во-первых, жизнестойкость занимает ключевую позицию среди факторов, способствующих снижению уровня стресса и определяющих здоровье индивидуума, что, в свою очередь, повышает вероятность уменьшения психологического напряжения, когда стрессовые стимулы уже активированы; во-вторых, поведение индивида, ориентированное на совладание с конфликтами и стрессами, может оказывать влияния таким образом, что оно «преобразует данные обстоятельства, снижая их стрессогенность». Таким образом, можно констатировать, что содержание понятия жизнестойкости созвучно феномену совладающего поведения, при этом её ключевые характеристики позволяют рассматривать жизнестойкость как внутренний ресурс личности, который непрерывно адаптируется и трансформируется в интересах самосохранения и самоидентификации индивида [Maddi, Khoshaba: 267].

Множественные научные исследования, проведенные отечественными психологами, посвящены проблематике жизнестойкости. Так, Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова рассматривают жизнестойкость как составляющую личностного потенциала [Личностный потенциал: 178], С.А. Богомаз, Д.Ю. Баланев – в качестве важного компонента инновационного потенциала человека [Богомаз, Баланев: 27],

Н.П. Татьянченко считает, что жизнестойкости необходима для преодоления трудных ситуаций и связана с индивидуально-личностными возрастными особенностями [Татьянченко: 241], М.В. Ненашева изучает феномен жизнестойкости в контексте глобальных вызовов современности, делает выводы о том, что жизнестойкость формируется в условиях кризисов [Ненашева: 74].

Ряд исследований (см., например: [Булаева, Ершов, Багдасарян: 74; Николаев, Лазарева, Якубов: 432]) посвящены изучению различных аспектов жизнестойкости у студентов. Также данный феномен исследуется в рамках изучения профессионального становления личности [Банщикова, Соколовский, Фомина: 91].

Надо заметить, что большинство из указанных исследований проведены в течение последних 10 лет, что говорит о высоком научном интересе и актуальности вопроса.

В рамках данного направления научного поиска Е.И. Рассказова, Г.В. Ванакова и Л.А. Александрова выделяют ряд характеристик, которые определяют сущность жизнестойкости:

- ресурс внутренних возможностей личности представляет собой значимый аспект, определяющий потенциал индивида в контексте его саморазвития и адаптации в социальном окружении;
- уникальная психологическая характеристика индивидуальности, обладающая потенциалом к эволюции [Личностный потенциал: 179].

Способность к адаптации в условиях изменения действительности представляет собой важный аспект, характеризующий уровень гибкости индивида в ответ на динамичные изменения социального и природного окружения.

Группы компонентов, выделенные С. Мадди, служат отражением тех реальностей, в которых они были сформированы. В современных условиях, характеризующихся обострением внешнеполитической ситуации для Российской Федерации и ее союзников, составные элементы феномена жизнестойкости могут представлять собой инвариантные компоненты, существенно отличающиеся от привычной повседневной обстановки. К таковым могут относиться: активное сосредоточение и реинжини-

ринг всех возможностей индивидуума для противодействия внешним угрозам; поиск актуальных нововведений и мобилизация существующих личностных качеств в условиях сложных, изменившихся реалий.

«Жизнестойкость» представляет собой многоаспектное понятие, которое включает три относительно автономных элемента: вовлеченность, контроль и принятие риска. Данные три элемента имеют критическое значение для поддержания здоровья, а также оптимального уровня производительности и активности в условиях, подверженных стрессовым воздействиям. Так, вовлеченность индивида проявляется в выражении позитивного, уважительного и одобрительного отношения как к своей профессиональной деятельности, так и к организации в целом (включая руководителей, сотрудников, цели и миссию компании), что свидетельствует о значимости осознания своего вклада в деятельность и развитие данной организации. Личность, обладающая развитыми компонентами вовлеченности, получает удовлетворение от осуществляемых ею действий. Противоположным данному состоянию является отсутствие аналогичной уверенности, что создает ощущение отверженности и восприятие себя как находящегося «вне» жизни. Контроль обозначает направление управленческого процесса в соответствии с заранее установленными «идеальными» моделями, в результате чего происходит коррекция поведения объекта, находящегося под контролем. Сущность контроля в указанном контексте находит свое выражение в заинтересованности субъекта контроля в осуществлении учета и проверке выполнения предписаний подконтрольным объектом. Индивид, обладающий высокоразвитыми компонентами контроля, осознаёт, что именно он определяет свою деятельность и выбирает свой жизненный путь. Принятие рисков может быть интерпретировано как уверенность данного субъекта в том, что все события, с ним происходящие, способствуют его личностному и профессиональному развитию посредством извлечения знаний как из позитивного, так и из негативного опыта.

Рассматривая опыт исследовательской деятельности и практики анализа различных подходов к интерпретации категории «жизнестойкость» в контексте системы убеждений, формирующих индивидуальное отношение к методам преодоления стрессовых ситуаций, можно сделать предположение о том, что студенты, а также курсанты и военнослужащие, призванные на срок службы, обладают уровнем жизнестойкости, который находится на сниженном уровне, что является ответом на сложные жизненные обстоятельства и изменяющиеся условия существования.

В современных условиях наблюдается значительный интерес как со стороны научного сообщества, так и практиков к проблематике формирования, под-

держания и развития высокого уровня жизнестойкости, который может быть истолкован как результат взаимосвязи между поиском и оценкой способностей индивидуумов к успешной адаптации в условиях, характеризующихся высокой вариативностью. Эти условия варьируются от специфических обстоятельств военной службы лиц, призванных на срочную службу, до образовательных условий, в которых находятся курсанты силовых институтов и академий, а также первокурсники гражданских высших учебных заведений.

Исследование жизнестойкости среди молодежных групп, находящихся в процессе адаптации к изменившимся условиям гражданской и военной жизни, становится особенно актуальным в контексте современных реалий, которые отмечаются нестабильностью и осложненной международной обстановкой.

Согласно мнению А.А. Деркача и В.Г. Зазыкина, участие в рядах вооруженных сил Российской армии можно охарактеризовать как одновременно долг и обязанность, возложенные на молодое поколение, в то же время рассматривая защиту Родины в качестве одного из вариантов профессиональной и учебно-профессиональной деятельности, что, в свою очередь, обуславливает выбор молодых людей, стремящихся поступить в высшие военные учебные заведения и институты страны [Деркач, Зазыкин: 134].

Изменение условий жизнедеятельности, преобразования социального окружения, а также вовлечение в новый вид профессиональной деятельности представляют собой значимые факторы, оказывающие определяющее влияние на кризис адаптации молодых солдат-призывников, курсантов и студентов-первокурсников к новым для них условиям, которые сопровождаются нарастающим уровнем тревожности, усложнением процессов установления новых социальных контактов.

Согласно мнению специалистов в области психологии и социальной адаптации, таких как Е.Л. Николаев, Е.Ю. Лазарев и Р.Э. Якубов, можно утверждать, что понятие жизнестойкости выполняет функцию «посредника между социальной адаптацией и психическим благополучием студентов, при этом являясь значимым фактором, способствующим улучшению взаимосвязей социальной поддержки и психического благополучия» [Николаев, Лазарева, Якубов: 425].

Методы исследования. В целях проведения исследования и дальнейшего сравнительного анализа жизнестойкости студентов высших учебных заведений, курсантов образовательных учреждений силовых структур, а также солдат, призванных на военную службу в вооруженные силы РФ, были сформированы три группы респондентов, объединенных общей переменной – возрастом, относящимся к периоду юности. В данной работе была применен «Тест

жизнестойкости Мадди» («Personal Views Survey», PVS III-R), разработанный Сальваторе Мадди; русскоязычная адаптация данной методики осуществлена Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой. В соответствии с концептуальными основами указанной методологии, жизнестойкость трактуется как «диспозиция, включающая в себя три сравнительно автономных компонента: вовлеченность, контроль и принятие риска. Выраженность указанных компонентов и жизнестойкости в целом способствует предотвращению возникновения внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях, что достигается за счет эффективного совладания со стрессами и восприятия их как менее значительных». Также респондентам был предложен опросник, цель которого заключалась в выявлении факторов, затрудняющих и содействующих развитию жизнестойкости у данных категорий респондентов.

В исследовании приняли участие 120 человек, среди которых 40 первокурсников (средний возраст – 18,4 года) ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет» (КГУ), 48 курсантов первого курса (средний возраст – 18,6 года) Владимирского юридического института Федеральной службы исполнения наказаний (ВЮИ ФСИН России), а также 38 солдат срочной службы, призванных в ракетные войска стратегического назначения (средний возраст – 19,1 года). Группа наших респондентов – это молодые люди от 18 до 20 лет, в соответствии с типологией и хронологией В.А. Слободчикова принадлежащие к возрастной стадии «молодости». На данном этапе своей жизни все молодые люди начинают активно искать ответы на вопросы, касающиеся масштабов их способности адаптироваться к новым жизненным условиям, включая реалии военной службы, а также условиям обучения и жизни в качестве курсантов и студентов.

Анализ результатов исследования. Проведенное нами исследование было сосредоточено на осуществлении сравнительного анализа жизнестойкости среди трех категорий респондентов, принадлежащих к одной возрастной группе, куда вошли молодые люди, а именно студенты, курсанты, а также военнослужащие, призванные на срочную службу

в Вооруженные Силы РФ. Все участники исследования стояли перед необходимостью адаптации к новым условиям своей жизнедеятельности, всем молодым людям – участникам исследования требовалось осознание своих личностных ресурсов, способствующих поддержанию высокого уровня жизнестойкости на этом трудном этапе их жизни (табл. 1).

Анализируя результаты исследования и сравнивая показатели жизнестойкости, зарегистрированные среди студентов, курсантов и военнослужащих, призванных на обязательную военную службу, была выделена серия значимых различий, выявленных при помощи t-критерия Стьюдента, с достоверностью различий при уровне значимости $p = 0,01$. В процессе сравнительного анализа были установлены статистически значимые различия между показателями курсантов и студентов, а также между солдатами-военнослужащими и студентами по компоненту жизнестойкости, известному как «Контроль». Для молодых людей в данном контексте характерна уверенность в том, что их активность и готовность «бороться» и «противостоять» создают возможность влиять на результаты происходящих событий, хотя и не гарантируют абсолютного успеха. Возможно, увеличенные значения компонента «Принятие риска» у респондентов юношеского возраста являются возрастной особенностью, что видно в сравнении со средними стандартами данного компонента, рассматриваемого в рамках концепции жизнестойкости. При анализе полученных данных можно утверждать, что у курсантов и солдат, проходящих срочную службу, наблюдаются значительно более высокие показатели по интегральной шкале «Жизнестойкость» по сравнению с группой первокурсников. Таким образом, результаты, связанные со шкалами «Принятие риска» и «Контроль», могут быть объяснены наличием уверенности и отсутствием колебаний среди курсантов и солдат в определении своей позиции, ориентированной на готовность осуществлять влияние на исход происходящего посредством «напора» и «борьбы», даже если такое влияние не является абсолютным и успех не гарантирован. Эти молодые люди проявляют готовность к восприятию нового, а их настрой направлен на принятие жизни

Таблица 1

Параметры жизнестойкости, относящиеся к военнослужащим, курсантам, а также учащимся гражданских высших учебных заведений

Показатели	Студенты (n = 40)	Курсанты (n = 48)	Солдаты срочной службы
Вовлеченность (max-54)	30	41	42
Контроль (max-51)	15	36	37
Принятие риска (max-30)	8	17	10
Жизнестойкость (max-136)	60	94	89

через опыт приобретения новых знаний, что подразумевает готовность к риску и действию даже в условиях неопределенности относительно успеха, что демонстрирует их смелость и дерзость.

Не было обнаружено значительных различий в показателе «Вовлеченность» между курсантами и студентами, однако были зафиксированы различия по отношению к группе солдат, призванных на срочную службу. Данная ситуация может свидетельствовать о том, что студенты и курсанты в большей степени, нежели солдаты, ориентированы на получение удовлетворения от своей профессиональной деятельности; они осознают, что их вовлеченность в события, происходящие в их жизни, может оказаться решающим фактором в поиске чего-то значимого и увлекательного для себя. Результаты проведенного опроса позволили выявить факторы, которые, по мнению солдат, курсантов и студентов, оказывают воздействие на жизнестойкость и ее составляющие. Студенты указали, что самостоятельный выбор профессии оказывает положительное влияние на уровень вовлеченности, в то время как страх утраты востребованности в профессии в условиях, характеризующихся высокой динамичностью рынка труда, сказывается отрицательно на этом показателе. Курсантами также было отмечено, что факторы, связанные с их профессиональным выбором, такие как поддержка со стороны ближайшего социального окружения (например, «служба родителей в силовых структурах» или «наличие старшего брата, который уже завершил обучение и служит»), положительно влияют на показатели категории «Вовлеченность». В свою очередь, солдаты, призванные на военную службу, также указали, что наличие опыта службы у ближайших членов их социального окружения (например, «отец служил, и я должен это пройти» или восприятие службы в армии как этапа или ступени в будущей карьере, когда «везде требуется наличие опыта службы в армии») значительно содействует повышению их вовлеченности.

Большинство представителей курсантов и солдат констатируют значительно обострившуюся ясность в понимании специфики бытовых условий, в которых проходят службу военнослужащие. В ходе своих наблюдений они подчеркивали, что «все аспекты не совпали с их первоначальными представлениями, в которых присутствовала значительная доля романтики». Указанные респонденты идентифицировали это обстоятельство как позитивный фактор, оказывающий благоприятное воздействие на шкалу «Контроль». При этом в качестве негативного показателя курсанты и солдаты выявили частоту наличия «болезненного» чувства ограничения своих действий, что связано с жесткой регламентацией и субординацией как в военных структурах, так и в учреждениях

высшего образования, связанных с подготовкой кадров силовых структур. Как указывает в своей выдающейся работе «Массовая психология и анализ Я» З. Фрейд, «церковь и армия... эти внутренние психические силы участвуют в формировании групповой идентичности и подчинения» [Фрейд: 164].

Группа респондентов, состоящая из студентов высшего учебного заведения, осуществила выделение негативно воздействующих факторов, влияющих на шкалу «Контроль». Среди них особое место занимают: нестабильность внешней среды, выражающаяся в таких обстоятельствах, как материальное положение семьи и индивидуальные финансовые ресурсы; неуверенность в завтрашнем дне, отражающаяся в контексте «геополитической обстановки»; личные вопросы, касающиеся состояния здоровья. В качестве положительных переменных, оказывающих воздействие на показатель «Принятие риска», участники исследования предоставили ряд интересных ответов. В частности, группа курсантов отметила, что наличие определенных обязательных условий для достижения успешности в своей профессиональной деятельности, сформированных в ходе образовательного процесса, заключается в способности решать задачи, касающиеся служения Отечеству, что является особенно критически важным в контексте силовых структур, где молодые люди начинают строить свои жизненные перспективы. Значительное большинство участников в группе солдат отметило, что данный аспект также в настоящий момент представляет для них необходимое условие, однако они желают «сократить» или «минимизировать» его, поскольку не рассматривают «службу в армии» как долгосрочный проект и стремятся избегать предельной нагрузки, акцентируя внимание на информационно-обучающем характере получаемых сведений. Респонденты, относящиеся к категории «студенты», в значительной мере обозначили негативные факторы, оказывающие влияние на измерение параметра «Принятие риска», что может свидетельствовать о наличии у студентов чувства неуверенности в своих способностях и их опасении по поводу принятия рисков, а также о нежелании брать на себя ответственность за возможные негативные последствия.

Обсуждение и выводы. Можно утверждать, что жизнестойкость представляет собой способность индивида к самообладанию, что в свою очередь проявляется в умении личности преодолевать сложные и стрессовые жизненные ситуации, при этом сохраняя внутренний баланс и продуктивность осуществляемой деятельности. В ходе сравнительного анализа жизнестойкости среди студентов, курсантов и солдат-призывников юношеского возраста было выявлено, что показатели солдат и курсантов существенно превышают таковые у студентов как по ин-

тегральной шкале жизнестойкости, так и по таким аспектам, как «Контроль» и «Принятие риска». При этом отсутствуют значимые различия между студентами и курсантами по показателю «Вовлеченность». Необходимо отметить, что положительное воздействие на жизнестойкость и ее составляющие у студентов высших учебных заведений в период ранней взрослости оказывают такие факторы, как «возможность самостоятельного выбора профессии из широкого и разнообразного спектра современного рынка труда». Солдаты и курсанты образовательных учреждений силовых структур также отмечают положительное влияние внешних факторов, определяющих выбор ими профессии, относя, например, к таким факторам семью, члены которой являются представителями данной системы, а также осознание на этапе выбора профессии значимости показателей жизнестойкости для избранного пути, воспитанной в процессе получаемого ими профессионального образования и службы в армии, где одинаково важно следовать установленным нормам, препятствующим проявлению слабости. Это также чрезвычайно значимо для поддержания авторитета как в соответствующей образовательной среде или при прохождении службы в армии, так и в дальнейшем, при службе в среде силовых структур.

Список литературы

- Банищикова Т.Н., Соколовский М.Л., Фомина Е.А. Саморегуляция и жизнестойкость на разных стадиях профессионального становления // Теоретическая и экспериментальная психология. 2022. № 2. С. 67–92.
- Богомаз С.А., Баланев Д.Ю. Жизнестойкость как компонент инновационного потенциала человека // Сибирский психологический журнал. 2009. № 32. С. 23–28.
- Булаева М. Н., Еришов В.Ю., Багдасарян Р.В. Особенности проявления жизнестойкости студентов // Проблемы современного педагогического образования. 2023. № 78–1. С. 72–75.
- Деркач А.А., Зазыкин В.Г. Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях. Москва: Изд-во РАГС, 2003. 152 с.
- Личностный потенциал структура и диагностика: сб. ст. / под ред. Д.А. Леонтьева. Москва: Смысл, 2011. 679 с.
- Ненашева М.В. Феномен жизнестойкости в контексте глобальных вызовов современности // Вестник Северного (Арктического) федерального университета. Сер.: Гуманитарные и социальные науки. 2022. № 5. С. 69–77.
- Николаев Е.Л., Лазарева Е.Ю., Якубов Р.Э. Особенности проявлений и взаимосвязей жизнестойкости у российских и иностранных студентов вуза // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2021. № 4 (35). С. 423–432.
- Покальчук Е.В., Воробьева К.И. Жизнестойкость как субъектная характеристика личности // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2022. Т. 5-1 (68). С. 158–164.
- Татьянченко Н.П. Развитие психологических знаний о феномене жизнестойкости в трудах отечественных и зарубежных авторов // Вестник Московского университета МВД России. 2013. № 5. С. 240–241.
- Фрейд З. Массовая психология и анализ человеческого Я. Москва: ЭКСМО, 2022. С. 250.
- Maddi S.R., Khoshaba D.M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 1994, vol. 63, pp. 265–274.

References

- Banshchikova T.N., Sokolovsky M.L., Fomina E.A. *Samoreguljacija i zhiznestojkost' na raznyh stadijah professional'nogo stanovleniya* [Self-Regulation and Resilience at Different Stages of Professional Development]. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psihologiya* [Theoretical and Experimental Psychology], 2022, vol. 2, pp. 67–92. (In Russ.)
- Bogomaz S.A., Balanov D.Yu. *Zhiznestojkost' kak komponent innovacionnogo potenciala cheloveka* [Resilience as a Component of Human Innovative Potential]. *Sibirskij psihologicheskij zhurnal* [Siberian Psychological Journal], 2009, vol. 32, pp. 23–28. (In Russ.)
- Bulaeva M.N., Ershov V.Yu., Bagdasaryan R.V. *Osobennosti proyavleniya zhiznestojkosti studentov* [Features of the Resilience of Students]. *Problemy sovremenno-go pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of Modern Pedagogical Education], 2023, vol. 78–1, pp. 72–75. (In Russ.)
- Derkach A.A., Zazikin V.G. *Professionalizm deyatel'nosti v osobyh i ekstremal'nyh usloviyah* [Professionalism of activity in special and extreme conditions]. Moscow, RAGS Publ., 2003, 152 p. (In Russ.)
- Freud Z. *Massovaya psihologiya i analiz chelovecheskogo Ya* [Mass Psychology and the Analysis of the Human Self]. Moscow, EXMO Publ., 2022, 250 p. (In Russ.)
- Lichnostnyj potencial struktura i diagnostika: sb. st. [Personal potential structure and diagnostics: collection of articles], ed. by D.A. Leontiev. Moscow, Smysl Publ., 2011, 679 p. (In Russ.)
- Nenasheva M.V. *Fenomen zhiznestojkosti v kontekste global'nyh vyzovov sovremennosti* [The Phenomenon of Resilience in the Context of Global Challenges of the Present]. *Vestnik Severnogo (Arkticheskogo) federal'nogo universiteta. Ser.: Gumanitarnye i social'nye nauki* [Bulletin of the Northern (Arctic) Federal University. Ser.: Humanities and Social Sciences Publ.], 2022, vol. 5, pp. 69–77. (In Russ.)

Nikolaev E.L., Lazareva E.Yu., Yakubov R.E. *Osobennosti proyavlenij i vzaimosvyazej zhiznestojkosti u rossijskih i inostrannyh studentov vuza* [Features of Manifestations and Interconnections of Resilience in Russian and Foreign University Students]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptaciya, razvitie* [Personality in a Changing World: Health, Adaptation, and Development Publ.], 2021, vol. 4 (35), pp. 423–432. (In Russ.)

Pokalchuk E.V., Vorobyeva K.I. *Zhiznestojkost' kak sub"ektnaya harakteristika lichnosti* [Resilience as a Subjective Characteristic of Personality]. *Mezhdunarodnyj zhurnal gumanitarnyh i estestvennyh nauk* [International Journal of Humanities and Natural Sciences Publ.], 2022, vol. 5-1 (68), pp. 158–164. (In Russ.)

Tat'yanchenko N.P. *Razvitie psichologicheskikh znaniy o fenomene zhiznestojkosti v trudah otechestvennyh i*

zarubezhnyh avtorov [Development of Psychological Knowledge about the Phenomenon of Resilience in the Works of Russian and Foreign Authors]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii* [Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia Publ.], 2013, vol. 5, pp. 240–241. (In Russ.)

Maddi S.R., Khoshaba D.M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 1994, vol. 63, pp. 265–274.

Статья поступила в редакцию 11.12.2025; одобрена после рецензирования 22.02.2026; принята к публикации 22.02.2026.

The article was submitted 11.12.2025; approved after reviewing 22.02.2026; accepted for publication 22.02.2026.