



С. Б. Пашкин, Е. П. Кораблина, Н. Б. Лисовская, Е. И. Бражник, Г. Ю. Иконникова

## Взаимосвязь личностных особенностей и жизнестойкости у студентов педагогического вуза

**Проблема и цель.** Проблема жизнестойкости весьма актуальна в настоящее время. Бурные социальные, экономические, политические изменения в обществе, скорость технических и технологических изменений отражаются на психологическом здоровье человека, провоцируя стрессы, неврозы, неадекватное поведение, депрессивные состояния. В современном мире молодежь все чаще сталкивается со стрессами, функциональными нагрузками, проблемами утраты смысла жизни.

**Цель статьи** – выявить и описать взаимосвязь личностных особенностей и жизнестойкости у студентов.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 50 студентов РГПУ им. А.И. Герцена в возрасте от 20 до 25 лет. Исследование проводилось в период с октября по декабрь 2020 года (в период Пандемии COVID-19) осуществлялось дистанционно. В исследовании использовались следующие методики: тест жизнестойкости (опросник Hardiness Survey, С. Мадди); пятифакторный опросник личности 5PFQ; многофакторный личностный опросник 16PF Р. Кеттелла; новый опросник толерантности к неопределённости Т.В. Корниловой. Методы количественного и качественного анализа; методы описательной статистики, коэффициент ранговой корреляции r-Спирмена.

**Результаты исследования.** В ходе исследования была выявлена статистически значимая положительная взаимосвязь между шкалой «Жизнестойкость» и такими показателями Многофакторного личностного опросника 16PF, как фактор А: «замкнутость-общительность» ( $r=0,28$ ;  $p \leq 0,05$ ), фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность» ( $r=0,64$ ;  $p \leq 0,05$ ) и др. Статистически значимая отрицательная взаимосвязь выявлена между шкалой «Жизнестойкость» и такими показателями Многофакторного личностного опросника 16PF, как фактор М: «практичность-мечтательность» ( $r=-0,38$ ;  $p \leq 0,05$ ), фактор О: «спокойствие-тревожность» ( $r=-0,39$ ;  $p \leq 0,05$ ) и др.

**Обсуждение и заключение.** Проведенное исследование доказало, что жизнестойкость и ее компоненты положительно связаны с коммуникативными факторами (общительность, доверчивость, пластичность и доминирование в социальных контактах), интеллектуальными факторами (пластичность, радикализм, любопытство), эмоциональными факторами (эмоциональная устойчивость, сдержанность, сензитивность) и регуляторными факторами (самоконтроль, ответственность). Решение проблемы исследования предлагается в виде создания и реализации практико-ориентированной программы по развитию жизнестойкости у студентов.

**Ключевые слова:** жизнестойкость, компоненты жизнестойкости, личностные особенности, толерантность к неопределённости, межличностная интолерантность к неопределённости, студенты педагогического вуза.

### Ссылка для цитирования:

Пашкин С. Б., Кораблина Е. П., Лисовская Н. Б., Бражник Е. И., Иконникова Г. Ю. Взаимосвязь личностных особенностей и жизнестойкости у студентов педагогического вуза //

Перспективы науки и образования. 2021. № 6 (54). С. 374-388. doi: 10.32744/pse.2021.6.25



S. B. PASHKIN, E. P. KORABLINA, N. B. LISOVSKAYA, E. I. BRAZHNIK, G. Y. IKONNIKOVA

## Relationship of personal factors and hardiness in students

**Problem and purpose.** The issue of resilience is very urgent today. Rapid social, economic, political changes in society, the speed of technical and technological changes affect the psychological health of a person, provoking stress, neuroses, inappropriate behavior, depressive states. The study of the relationship of resilience and its components with personality traits will serve as the basis for creating programs for the development of resilience, through the formation of personal characteristics of students necessary for harmonious development and professional self-realization in society.

*The purpose of the article* is to identify and describe the relationship between personality traits and resilience in students.

**Materials and methods.** The study involved 50 students between the ages of 20 and 25 of The Herzen State Pedagogical University of Russia. The study was conducted from October to December 2020 (during the COVID-19 Pandemic) and was carried out remotely, using a Google form. The following methods were used in the study: Hardiness Survey (Hardiness Survey, S. Maddy), 5PFQ personality questionnaire, Multifactorial personality questionnaire 16PF R. Cattell, T.V. Kornilova New questionnaire uncertainty tolerance. To process the data obtained, methods of quantitative and qualitative analysis were used; descriptive statistics methods, r-Spearman rank correlation coefficient.

**Results.** The results of a theoretical and empirical study of hardiness and its relationship with personal factors in students of a pedagogical university are presented. Statistical data are presented, on the basis of which the relationship of hardiness and its components with communicative, intellectual, emotional and regulatory properties of a person is revealed. The study revealed a statistically significant positive relationship between the scale "Resilience" and such indicators of the Multifactorial Personality Questionnaire 16PF as factor A: "isolation-sociability" ( $r = 0.28$ ;  $p \leq 0.05$ ), factor C: "emotional instability-emotional stability" ( $r = 0.64$ ;  $p \leq 0.05$ ), and etc.

**Conclusion.** It was found that hardiness and its components are positively associated with communicative factors (sociability, courage, that is, the activity of social communication, gullibility, plasticity and dominance in social contacts), intellectual factors (plasticity, radicalism, curiosity, that is, flexibility and efficiency of thinking), emotional factors (emotional stability, restraint, calmness and relaxation, expressiveness, that is, expressiveness, sensitivity) and regulatory factors (self-control, responsibility). The solution to the research problem is proposed in the form of creating and implementing a practice-oriented program for the development of hardiness in students.

**Keywords:** hardiness, components of hardiness, personal factors, tolerance to uncertainty, interpersonal intolerance to uncertainty, students of a pedagogical university

### For Reference:

Pashkin, S. B., Korablina, E. P., Lisovskaya, N. B., Brazhnik, E. I., & Ikonnikova, G. Y. (2021). Relationship of personal factors and hardiness in students. *Perspektivy nauki i obrazovaniya – Perspectives of Science and Education*, 54 (6), 374-388. doi: 10.32744/pse.2021.6.25

## Введение

Современный мир достаточно нестабилен и напряжён, он быстротечен и изменчив, и это не может не оказать влияние на человека, живущего в нем, особенно это касается молодых людей, которые только начинают свой профессиональный путь. Проблемы подготовки специалистов, формирования интеллектуального и творческого потенциала личности, а также проблемы формирования психологической готовности к профессиональной деятельности активно исследуются в настоящее время [1]. Чтобы приспособиться к различного рода ситуациям в любой сфере жизни (межличностное взаимодействие, профессиональная деятельность, личностный духовный рост и здоровье), студенту необходимо выработать структурные компоненты жизнестойкости, копинг-стратегии и умения справляться с трудностями, принимать решения и их последствия, не теряя при этом веру в себя, в свои силы. В современном мире такое качество определяется зарубежными и отечественными психологами как «hardiness» или «жизнестойкость».

Здесь также важно отметить, что большое количество исследований «hardiness» или «жизнестойкости» проводятся в связи с проблемами совладания и преодоления стрессовых ситуаций, адаптации в обществе, а также в связи со здоровьем, физическим, психологическим, психическим, социальным. И лишь совсем немного работ посвящено понятию «жизнестойкость» в связи с личностными факторами, качествами человека.

Теория об особом личностном качестве «hardiness» S. R. Maddi возникла в связи с разработкой им проблем творческого потенциала личности и регуляции стресса [2].

По S. R. Maddi, «hardiness» – это набор установок и убеждений о себе во взаимодействии с окружающим миром, который (набор) обеспечивает мужество (смелость) и мотивацию для выполнения сложной задачи по превращению стрессовых ситуаций из потенциальных бедствий в возможности роста [2].

S. R. Maddi был разработан конструкт или структура «hardiness», включающая в себя 3С: Commitment, Control, Challenge (вовлечённость, контроль, принятие риска – пер. Д.А. Леонтьева).

Впоследствии S. R. Maddi проводил различные исследования качества «hardiness» на разных выборках, в разных сферах профессиональной деятельности, а также вместе с D. Khosaba создал тренинг повышения «hardiness» [3].

S. R. Maddi вместе с соавторами на выборке, состоящей из военнослужащих и государственных служащих, изучали, насколько «hardiness» и религиозность соотносятся с депрессией и гневом, а также с механизмами выживания и социальной поддержки [4].

Исследования I. Solcova и J. Sykora были посвящены отношениям между «hardiness» и напряжениям в условиях, вызывающих тревогу. Менее тревожные личности с высокими показателями «hardiness» имели более слабые физиологические реакции при столкновении со стрессовой ситуацией. При этом были обнаружены более высокие показатели вариабельности сердечного ритма у людей с высоким уровнем контроля, что означает выраженность попыток у таких людей совладания с подобными ситуациями [5].

Vjørn H. Johnsen с группой норвежских учёных в исследовании на выборке офицеров полиции выявили, что «hardiness» как модератор была обнаружена только для связи между самооффективностью и удовлетворённостью трудом. Положительный эффект был выявлен для субъектов с высокой «hardiness», отрицательный эффект – для субъектов с низкой. Учёные пришли к выводу, что использование «hardiness» в отборе офицеров полиции должно сопровождаться обучением и моделированием, направленных на укрепление убеждений в самооффективности. Это, в свою очередь, приведёт к удовлетворённости трудом [6].

A. Tantry, A.P. Singh исследовали «hardiness» на выборке специалистов различных профессий и выявили, что существуют значительные отличия у между представителями различных профессий, таких, как банковское дело, сфера образования, полиция, сфера здравоохранения [7].

S. Corso-de-Zúñiga, B. Moreno-Jiménez, E. Garrosa, L.M. Blanco-Donoso, I. Carmona-Cobo в 2017 году провели исследование «hardiness» в связи с профессиональной деятельностью. Результаты показали, что «hardiness» частично опосредует отношения между рабочими ресурсами и работой, и что она уменьшает выгорание работы. «Hardiness» играет роль личного ресурса в мотивационном процессе и что она также выполняет превентивную функцию против выгорания работы [8].

В исследовании N. D. Tho выявлялось влияние и степень необходимости «hardiness», а также отдельных её компонентов в обучении студентов-предпринимателей. Результаты показали положительный эффект на обучение [9].

Результаты исследования, проведённого группой норвежских учёных A. G. Thomassen, S. W. Hystad, B. H. Johnsen, G. E. Johnsen, P. T. Bartone, подчеркнули значимость «hardiness» как ресурса личности, что может повлиять при отборе военного персонала и их подготовки. Стратегии преодоления стресса увеличивают количество предупреждений о симптомах ПТСР [10].

Mojgan Karbakhsh, Shokouh-Alsadat Banijamali и Morvarid Ahadi оценивали «hardiness» у врачей в зависимости от специальности, пола, возраста и семейного положения, а также изучали взаимосвязь между «hardiness» и агрессией, межличностной чувствительностью и успехами в образовании [11].

C. M. Kowalski, J. A. Schermer оценивали «hardiness», беспокойство, размышления, внимательность, невротизм, тревога, соматизация, совладание и здоровье у студентов бакалавриата. «Hardiness» отрицательно коррелировала с невротизмом, размышлениями, беспокойством и тревогой и положительно коррелировала с внимательностью, совладанием с собой и здоровьем [12].

Интересным толчком для дальнейших исследований подобного типа внесло изучение влияния личностных факторов «Big five» вместе с «hardiness» на эффективность лидерства у курсантов военной академии США. По сути, это первое исследование, проведённое группой учёных, одни из которых уже были упомянуты выше (Paul T. Bartone, Vjørn Helge Johnsen), изучающее взаимосвязь личностных факторов и «hardiness» [13].

В начале 2020 года известный норвежский исследователь «hardiness» Paul Bartone написал и выпустил книгу о «hardiness», основываясь на 40-летних научных исследованиях. Автор подтвердил важность «hardiness» как ресурса стрессоустойчивости, который защищает людей от негативных последствий стресса, для здоровья, счастья и продуктивности. Книга включает в себя примеры исследований, информацию о «hardiness», истории из реальной жизни и упражнения, помогающие развить «hardiness». В аннотации книги приводится определение автора этому понятию:

«Hardiness – ваша способность противостоять разрушительному воздействию стресса – оказывает большое влияние на способность человека адаптироваться и эффективно справляться с трудными и неожиданными условиями» [14].

Д.А. Леонтьев в 2000 году предложил обозначить личностную переменную «hardiness» словом «жизнестойкость», добавив к «стойкости» слово «жизнь», тем самым придав понятию особое значение, особую важность, усилив смысловую и эмоциональную нагрузку данного феномена.

По Леонтьеву, «жизнестойкость – это система установок и убеждений, в определённой мере поддающаяся формированию и развитию. Это интегративная характеристика личности, ответственная за успешность преодоления личностью жизненных трудностей, это то, что характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешности деятельности» [15].

Д.А. Леонтьев также адаптировал три компонента жизнестойкости – вовлечённость (commitment), контроль (control), принятие риска (challenge). Вместе с Е.И. Расказовой проводили работу по разработке и апробации русскоязычной версии теста жизнестойкости С. Мадди.

А.А. Нестерова в 2017 году исследовала взаимосвязь самоорганизации и жизнестойкости у военнослужащих. Результаты показали, что у мужчин-военнослужащих жизнестойкость положительно связана в большей степени с уровнем эмоционального самоконтроля, а у женщин – в большей степени с уровнем целеполагания [16].

Е.С. Письменюк рассматривает особенности взаимосвязи характеристик жизнестойкости и мотивации менеджеров в группах, отличающихся разным уровнем подверженности стрессу [17].

М.А. Фризен в своём исследовании предположила, что у учителей в сравнении с другими профессиональными группами специфика жизнестойкости и уровни её выраженности отличаются, жизнестойкость по-разному задействуется педагогами, имеет отличия в связи с включённостью в управленческую деятельность, и также может отличаться в связи с местом проживания [18].

Другое исследование раскрывает взаимосвязь агрессивности и жизнестойкости личности. М.Г. Чухровой, О.Е. Митрофановой, Т.А. Филь, С.В. Прониным, А.А. Александровой были обследованы 50 спортсменов-триатлонистов. Показано и статистически подтверждено, что отдельные составляющие жизнестойкости личности коррелируют с показателями агрессивности и трансформируют её в конструктивное русло [19].

Е.А. Шерешкова изучала взаимосвязь личностных свойств и жизнестойкости у студентов заочного отделения, обучающихся на педагогических специальностях, средний возраст которых составил 40 лет. Результаты показали, что жизнестойкость положительно коррелирует с общительностью, экспрессивностью, доминантностью, радикализмом, высоким самомнением, экстраверсией, и отрицательно – с тревожностью, конформностью [20].

А.А. Земскова исследовала взаимосвязь жизнестойкости с личностными особенностями у курсантов МЧС России. Результаты исследования показали, что структура жизнестойкости представлена биологическим (психофизиологическим) компонентом, социальным и психологическим. Предикторами жизнестойкости являются осмысленность жизни, стратегии совладающего поведения – самоконтроль, принятие ответственности, бегство–избегание; личностный адаптационный потенциал и его компоненты – поведенческая регуляция и коммуникативный по-

тенциал; ригидный и эмотивный типы акцентуаций характера; внешняя отрицательная мотивация; психофизиологические показатели – вагосимпатический баланс (LF/HF), среднее время реакции [21].

Таким образом, можно заключить, что в настоящее время понятие «жизнестойкость» является установленным объектом в психологической науке, оно успешно развивается и разрабатывается. Большое количество исследований «hardiness» или «жизнестойкости» проводятся в связи с проблемами совладания и преодоления стрессовых ситуаций, адаптации в обществе, а также в связи со здоровьем, физическим, психологическим, психическим, социальным, и лишь совсем немного работ посвящено изучению взаимосвязи жизнестойкости с личностными факторами, качествами человека, в особенности молодежи.

---

## Материалы и методы

В исследовании приняли участие 50 студентов РГПУ им. А.И. Герцена в возрасте от 20 до 25 лет. Выборка исследования включала женщин- студенток второго курса, средний возраст – 21 год. Исследование проводилось в период с октября по декабрь 2020 года (в период Пандемии COVID-19) осуществлялось дистанционно.

Исследование проводилось в период с октября по декабрь 2020 года (в период Пандемии COVID-19) осуществлялось дистанционно с помощью Google Forms.

Google Forms включала в себя нижеприведенные методики: Тест жизнестойкости (опросник Hardiness Survey, С. Мадди), адаптация Е.Н. Осина и Е.И. Рассказовой, 2010 г. [15]., Пятифакторный опросник личности 5PFQ, адаптация А.Б. Хромова, 1999-2000 г. [22]., Многофакторный личностный опросник 16PF Р. Кеттелла (сокращённая адаптация, 105 вопросов, Э. С. Чугуновой, А. Н. Капустиной, Л. В. Мургулец при консультации И. М. Палея) [23], Новый опросник толерантности к неопределённости (русскоязычная интегральная методика) Т.В. Корниловой, 2009 г. [24].

В исследовании использовались следующие методики: Тест жизнестойкости (опросник Hardiness Survey, С. Мадди), адаптация Е.Н. Осина и Е.И. Рассказовой, 2010 г. [15]., Пятифакторный опросник личности 5PFQ, адаптация А.Б. Хромова, 1999-2000 г. [22]., Многофакторный личностный опросник 16PF Р. Кеттелла (сокращённая адаптация, 105 вопросов, Э. С. Чугуновой, А. Н. Капустиной, Л. В. Мургулец при консультации И. М. Палея) [23], Новый опросник толерантности к неопределённости (русскоязычная интегральная методика) Т.В. Корниловой, 2009 г. [24].

Для обработки полученных данных использовались методы количественного и качественного анализа; методы описательной статистики, коэффициент ранговой корреляции r-Спирмена. Обработка результатов экспериментального исследования осуществлялась на ПК с применением SPSS 12.0.

---

## Результаты

Исследование показало, что существует взаимосвязь личностных особенностей и жизнестойкости у студентов. Результаты исследования взаимосвязей показателей опросника «Тест жизнестойкости» с показателями методик «Многофакторный личностный опросник 16PF», «Пятифакторный опросник личности», «Новый опросник толерантности к неопределённости» у студентов представлены в Таблице 1.

Таблица 1

## Анализ взаимосвязи личностных особенностей и жизнестойкости у студентов

Шкалы	Жизнестойкость	Вовлечённость	Контроль	Принятие риска
Фактор А: «замкнутость-общительность»	0,28*	0,35*		
Фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность»	0,64*	0,65*	0,64*	0,45*
Фактор Н: «робость-смелость»	0,34*	0,33*	0,33*	0,30*
Фактор М: «практичность-мечтательность»	-0,38*	-0,40*	-0,35*	
Фактор О: «спокойствие-тревожность»	-0,39*	-0,36*	-0,38*	-0,32*
Фактор Q3: «низкий самоконтроль-высокий самоконтроль»	0,32*		0,29*	0,34*
Фактор Q4: «расслабленность-напряжённость»	-0,39*	-0,42*	-0,39*	
I. Экстраверсия-Интроверсия	0,44*	0,37*	0,41*	0,49*
1.1 активность-пассивность	0,46*	0,36*	0,46*	0,54*
1.2 доминирование-подчинённость	0,46*	0,34*	0,49*	0,53*
1.4 поиск новых впечатлений-избегание новых впечатлений	0,29*	0,28*	0,28*	
1.5 привлечение внимания-избегание внимания	0,28*			0,33*
II. Привязанность-Отделённость		0,28*		
2.3 доверчивость-подозрительность	0,37*	0,43*	0,30*	
III. Самоконтроль-Естественность	0,48*	0,42*	0,44*	0,50*
3.1 аккуратность-неаккуратность	0,44*	0,41*	0,44*	0,38*
3.2 настойчивость-отсутствие настойчивости	0,33*	0,30*	0,31*	0,32*
3.3 ответственность-безответственность	0,30*			0,42*
3.4 самоконтроль поведения-импульсивность				0,29*
3.5 предусмотрительность-беспечность	0,43*	0,42*	0,37*	0,41*
IV. Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность	-0,49*	-0,45*	-0,50*	-0,43*
4.2 напряжённость-расслабленность	-0,45*	-0,37*	-0,49*	-0,44*
4.3 депрессивность-эмоциональная комфортность	-0,45*	-0,48*	-0,39*	-0,34*
4.4 самокритика-самодостаточность	-0,65*	-0,64*	-0,65*	-0,51*
V. Игривость-Практичность				0,32*
5.1 любопытство-консерватизм	0,43*	0,44*	0,37*	0,38*
5.4 сензитивность-низкая чувствительность	0,35*	0,37*		0,38*
5.5 пластичность-ригидность				0,34*
Межличностная интолерантность к неопределённости	-0,35*	-0,34*	-0,36*	

\*- корреляция значима на уровне при  $p \leq 0,05$

## Интерпретация результатов

В ходе исследования была выявлена статистически значимая положительная взаимосвязь между шкалой «Жизнестойкость» и такими показателями Многофакторного личностного опросника 16PF, как фактор А: «замкнутость-общительность» ( $r=0,28$ ;  $p \leq 0,05$ ), фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность» ( $r=0,64$ ;  $p \leq 0,05$ ), фактор Н: «робость-смелость» ( $r=0,34$ ;  $p \leq 0,05$ ), фактор Q3: «низкий

самоконтроль-высокий самоконтроль» ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это означает, что испытуемые с развитым уровнем жизнестойкости общительные и открытые миру, готовые к сотрудничеству, эмоционально устойчивые и сдержанные, смелые и предприимчивые и при этом обладают высоким уровнем самоконтроля.

Выявлена статистически значимая положительная взаимосвязь с такими показателями Пятифакторного опросника личности, как фактор I. Экстраверсия-Интроверсия ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор 1.1 активность-пассивность ( $r=0,46$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор 1.2 доминирование-подчинённость ( $r=0,46$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор 1.4 поиск новых впечатлений-избегание новых впечатлений ( $r=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор 1.5 привлечение внимания-избегание внимания ( $r=0,28$ ;  $p\leq 0,05$ ), что свидетельствует об общительности, активности в социальных контактах, тяготения к впечатлениям, привлечение внимания и доминировании в общении. В данном случае эти факторы выступают как средства достичь поставленных целей, как индивидуальных, так и коллективных.

Положительная взаимосвязь с фактором 2.3 доверчивость-подозрительность ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) говорит о том, что для сотрудничества с людьми и для открытости к миру в целом, прежде всего, нужно доверие к этому миру и людям, которые могут способствовать достижению целей, такие люди часто отзывчивы к другим.

Фактор III. Самоконтроль-Естественность ( $r=0,48$ ;  $p\leq 0,05$ ) и его первичные факторы такие, как 3.1 аккуратность-неаккуратность ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.2 настойчивость-отсутствие настойчивости ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.3 ответственность-безответственность ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.5 предусмотрительность-беспечность ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ), говорят о том, что самоорганизация и самодисциплина способствуют успешности деятельности и положительно связаны с жизнестойкостью. В достижении поставленных целей и преодолении, а также преодолении стрессовых ситуаций человек должен обладать высокой волевой регуляцией, должен быть ответственен за свои действия, аккуратен, настойчив и предусмотрителен в делах.

Положительная взаимосвязь с такими первичными факторами, как 5.1 любопытство-консерватизм ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ) и 5.4 сензитивность-низкая чувствительность ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), говорят о том, что испытуемые с развитым уровнем жизнестойкости проявляют интерес, здоровое любопытство к различным сторонам жизни, а также обладают достаточно высокой чувствительностью к этим же различным явлениям жизни.

Статистически значимая отрицательная взаимосвязь выявлена между шкалой «Жизнестойкость» и такими показателями Многофакторного личностного опросника 16PF, как фактор M: «практичность-мечтательность» ( $r=-0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор O: «спокойствие-тревожность» ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ), Фактор Q4: «расслабленность-напряжённость» ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ). Таким образом, чрезмерная мечтательность и «витание в облаках», чрезмерное романтическое отношение к жизни, частые беспокойства, подверженность смене настроения, страху, самобичеванию и депрессиям, фрустрированность, чрезмерное внутреннее напряжение, взвинченность отрицательно связаны с развитым уровнем жизнестойкости.

Отрицательная взаимосвязь выявлена по фактору IV. Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность ( $r=-0,49$ ;  $p\leq 0,05$ ) Пятифакторного личностного опросника и некоторым его первичным факторам таким, как 4.2 напряжённость-расслабленность ( $r=-0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.3 депрессивность-эмоциональная комфортность ( $r=-0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.4 самокритика-самодостаточность ( $r=-0,65$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это ещё раз подтверждает, что не владение способностью контролировать свои эмоции и импульсы, внутреннее напря-

жение и тревожность, склонность человека к частому унынию и депрессии негативно отражается на уровне жизнестойкости.

Отрицательная взаимосвязь была выявлена по опроснику толерантности к неопределённости по шкале «Межличностная интолерантность к неопределённости» ( $r=-0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), в случае конфликтных, нестандартных, неожиданно неприятных ситуациях в межличностном взаимодействии испытуемые с недостаточно развитым уровнем жизнестойкости испытывают дискомфорт, растерянность и часто, возможно, неспособность повлиять и разрешить эту ситуацию конструктивно.

Статистически значимые положительные взаимосвязи были выявлены между шкалой «Вовлечённость» и такими показателями, как фактор А: «замкнутость-общительность» ( $r=0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность» ( $r=0,65$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Н: «робость-смелость» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это означает, что для вовлечённости в индивидуальную или совместную деятельность, в процесс деятельности, а также в происходящее вокруг эти факторы достаточно необходимы.

Положительная взаимосвязь была выявлена по фактору I. Экстраверсия-Интроверсия ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) Пятифакторного личностного опросника и его первичным показателям таким, как 1.1 активность-пассивность ( $r=0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.2 доминирование-подчинённость ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.4 поиск новых впечатлений-избегание новых впечатлений ( $r=0,28$ ;  $p\leq 0,05$ ). Для любой деятельности и вовлечённости в процесс весьма важна активность. Поиск новых впечатлений вдохновит на новую деятельность и новые достижения, а доминирование в своей деятельности поможет чётко наметить план, стратегию, ориентиры и приоритеты.

Положительная взаимосвязь с фактором II. Привязанность-Отделённость ( $r=0,28$ ;  $p\leq 0,05$ ) и 2.3 доверчивость-подозрительность ( $r=0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ) говорит о том, что позитивное отношение человека к людям характерно для испытуемых с развитым уровнем жизнестойкости.

Вовлечённость имеет положительную связь с фактором III. Самоконтроль-Естественность ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,05$ ) и 3.1 аккуратность-неаккуратность ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.2 настойчивость-отсутствие настойчивости ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.5 предусмотрительность-беспечность ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эти факторы помогают в процессе деятельности, вовлечённости в какую-либо ситуацию. Аккуратность помогает сделать всё качественно, настойчивость – не сдаться и не бросить на полпути, предусмотрительность – разглядеть все нюансы и тонкости, которые могут повлиять на результат.

Факторы 5.1 любопытство-консерватизм ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ) и 5.4 сензитивность-низкая чувствительность ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ) положительно связаны с вовлечённостью. Чтобы действительно быть вовлечённым в происходящее важно тонко чувствовать все детали, которые тебя окружают, а также немаловажно интересоваться ими.

Статистически значимая отрицательная взаимосвязь выявлена между шкалой «Вовлечённость» и такими показателями, как фактор М: «практичность-мечтательность» ( $r=-0,40$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор О: «спокойствие-тревожность» ( $r=-0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Q4: «расслабленность-напряжённость» ( $r=-0,42$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эти факторы мешают и способствуют снижению деятельности, вовлечённости в процесс для достижения поставленных целей.

Фактор IV. Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность ( $r=-0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ) и его первичные факторы такие, как 4.2 напряжённость-расслабленность ( $r=-0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.3 депрессивность-эмоциональная комфортность ( $r=-0,48$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.4 самокритика-самодостаточность ( $r=-0,64$ ;  $p\leq 0,05$ ) также негативно связаны с вовлечённостью в

деятельность, эффективность этой деятельности и в итоге не дают возможности продвинуться вперёд.

Шкала «Межличностная интолерантность к неопределённости» ( $r=-0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ) также отрицательно связана с уровнем вовлечённости. Так как в совместной деятельности, например, это качество может помешать и снизить эффективность процесса деятельности.

В ходе исследования была выявлена статистически значимая положительная взаимосвязь между шкалой «Контроль» и такими показателями Многофакторного личностного опросника 16PF, как фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность» ( $r=0,64$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Н: «робость-смелость» ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Q3: «низкий самоконтроль-высокий самоконтроль» ( $r=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ). К сожалению, не всегда контроль всего происходящего может оказаться в нашей власти и какие-либо внешние обстоятельства могут сбить нас с пути, и чтобы с этим справиться, эмоциональная устойчивость очень необходима, так как умение держать эмоции под контролем помогает совладать с трудностями. Так же, как и смелость, которая помогает идти вперёд и не застревать в препятствиях.

Положительная взаимосвязь выявлена по шкалам Пятифакторного личностного опросника таким, как фактор I. Экстраверсия-Интроверсия ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.1 активность-пассивность ( $r=0,46$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.2 доминирование-подчинённость ( $r=0,49$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.4 поиск новых впечатлений-избегание новых впечатлений ( $r=0,28$ ;  $p\leq 0,05$ ), 2.3 доверчивость-подозрительность ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор III. Самоконтроль-Естественность ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.1 аккуратность-неаккуратность ( $r=0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.2 настойчивость-отсутствие настойчивости ( $r=0,31$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.5 предусмотрительность-беспечность ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ), 5.1 любопытство-консерватизм ( $r=0,37$ ;  $p\leq 0,05$ ). Все эти факторы также важны при определённом контроле, чтобы не переусердствовать в межличностных взаимодействиях и уметь вовремя позаботиться о себе, так как чрезмерная настойчивость и аккуратность, возможно, может привести к нервным срывам и другим психологическим проблемам.

Статистически значимая отрицательная взаимосвязь выявлена между шкалой «Контроль» и такими показателями как фактор М: «практичность-мечтательность» ( $r=-0,35$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор О: «спокойствие-тревожность» ( $r=-0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Q4: «расслабленность-напряжённость» ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ). Чрезмерная тревога и напряжённость, например, в ситуациях стресса, мешают контролировать какие-либо обстоятельства жизни человека. Так же, как и частые мечтания, эти личностные особенности тормозят саму деятельность как таковую, снижают внутренний контроль и контроль собственных ресурсов, а также в целом контроль происходящего.

Отрицательная взаимосвязь также выявлена по шкалам Пятифакторного опросника личности таких, как фактор IV. Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность ( $r=-0,50$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.2 напряжённость-расслабленность ( $r=-0,49$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.3 депрессивность-эмоциональная комфортность ( $r=-0,39$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.4 самокритика-самодостаточность ( $r=-0,65$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эти факторы фактически дезорганизуют человека.

Шкала «Межличностная интолерантность к неопределённости» ( $r=-0,36$ ;  $p\leq 0,05$ ) также отрицательно связана с развитым уровнем контроля, прежде всего, контроля в общении с другими людьми, во взаимодействии с ними, будь то близкие или мало знакомые люди, будь то личные или профессиональные взаимоотношения.

Статистически значимая положительная взаимосвязь была выявлена между шкалой «Принятие риска» и такими шкалами Многофакторного личностного опросника

16PF, как фактор С: «эмоциональная нестабильность-эмоциональная стабильность» ( $r=0,45$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Н: «робость-смелость» ( $r=0,30$ ;  $p\leq 0,05$ ), фактор Q3: «низкий самоконтроль-высокий самоконтроль» ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ). Достаточно эмоционально устойчивая личность, имеющая выдержку, эмоциональную зрелость, спокойствие, смелость, высокий самоконтроль, может принимать риски, результаты такими, какие они есть, и даже негативные. Такие люди готовы к риску и сотрудничеству с незнакомыми людьми в незнакомых обстоятельствах.

Положительная взаимосвязь также была выявлена по шкалам Пятифакторного опросника личности таким, как фактор I. Экстраверсия-Интроверсия ( $r=0,49$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.1 активность-пассивность ( $r=0,54$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.2 доминирование-подчинённость ( $r=0,53$ ;  $p\leq 0,05$ ), 1.5 привлечение внимания-избегание внимания ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,05$ ). Активность деятельности, доминирование в ней и при принятии решений, а также привлечение внимания со стороны положительно связаны с компонентом жизнестойкости «принятие риска», так как эти личностные факторы всегда несут определённые последствия, которые могут, однако, не всегда развернуться благоприятно для нас самих.

В отношении неблагоприятных последствий по шкале «принятие риска» была выявлена положительная взаимосвязь со всем третьим фактором опросника: фактором III. Самоконтроль-Естественность ( $r=0,50$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.1 аккуратность-неаккуратность ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.2 настойчивость-отсутствие настойчивости ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.3 ответственность-безответственность ( $r=0,42$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.4 самоконтроль поведения-импульсивность ( $r=0,29$ ;  $p\leq 0,05$ ), 3.5 предусмотрительность-беспечность ( $r=0,41$ ;  $p\leq 0,05$ ). Это те важные качества, которые помогают принимать абсолютно разные результаты, позитивные или негативные, в различных жизненных ситуациях или в деятельности, их последствия и разрешения этих ситуаций в случае неблагоприятного исхода.

Положительная взаимосвязь выявлена по таким показателям, как фактор V. Игровость-Практичность ( $r=0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ), 5.1 любопытство-консерватизм ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), 5.4 сензитивность-низкая чувствительность ( $r=0,38$ ;  $p\leq 0,05$ ), 5.5 пластичность-ригидность ( $r=0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ). Эти личностные факторы повышают интерес к результатам, к исходу той или иной ситуации. Эти факторы весьма необходимы в отношении различных ситуаций, особенно с негативным исходом, так как высокая чувствительность и пластичность помогают справиться с последствиями таких ситуаций.

Статистически значимая отрицательная взаимосвязь выявлена между шкалой «Принятие риска» и фактором O: «спокойствие-тревожность» ( $r=-0,32$ ;  $p\leq 0,05$ ). Слишком сильная озабоченность процессом и результатами, неуверенность в себе, страх, склонность к депрессии и недовольство собой – всё это негативно отражается на принятии жизни такой, какая она есть, всех её сторон, и позитивных, и негативных, а значит, это помешает извлекать опыт.

Отрицательная взаимосвязь была выявлена по фактору IV. Эмоциональность-Эмоциональная сдержанность ( $r=-0,43$ ;  $p\leq 0,05$ ) и его некоторым первичным факторам таким, как 4.2 напряжённость-расслабленность ( $r=-0,44$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.3 депрессивность-эмоциональная комфортность ( $r=-0,34$ ;  $p\leq 0,05$ ), 4.4 самокритика-самодостаточность ( $r=-0,51$ ;  $p\leq 0,05$ ). Очень сложно принимать все жизненные события, когда реакция на них чрезмерно эмоциональна, когда человеком владеет сильное внутреннее напряжение, он легко поддаётся депрессии и самобичеванию. С такими личностными факторами человеку сложно рисковать и действовать, ему также сложно понять, что любые жизненные события способствуют его же развитию как личности, получению жизненного опыта.

## Обсуждение результатов

Полученные нами данные согласуются с мнением Э.Ф. Зеера, который обобщил факторы, обуславливающие жизнеспособность и жизнестойкость человека на разных уровнях его жизнедеятельности: индивидуальные характеристики – соматическое и психическое здоровье, пол, телесность, возраст, наследственность; психофизиологические свойства – нейродинамические свойства (сила процессов возбуждения, уравновешенность и подвижность нервной системы). Тип высшей нервной деятельности и темперамент, психическая активность и эмоциональность (эмотивность); социально-психологические качества – интернальность и экстра- и интроверсия, волевые качества (целеустремлённость, настойчивость, самостоятельность, решительность), черты характера (самоотношение, саморегуляция, самоактуализация, самооценка, самопринятие, самоконтроль, жизнеспособность); жизненный опыт (бытие) – образованность, обучаемость, статус, толерантность к неопределённости, мобильность, адаптивность, трудоспособность, готовность к риску, субъектность; социально-психологическая направленность – смысло-жизненные ориентации, готовность к неблагоприятным ситуациям и событиям. Стиль поведения, социально-профессиональное самосохранение, прогнозирование позитивного будущего.

Анализ полученных данных позволяет сделать вывод о том, что жизнестойкость и ее компоненты положительно связаны с коммуникативными факторами (общительность, смелость, то есть активность социального общения, доверчивость, пластичность и доминирование в социальных контактах), интеллектуальными факторами (пластичность, радикализм, любопытство, то есть гибкость и оперативность мышления), эмоциональными факторами (эмоциональная устойчивость, сдержанность, спокойствие и расслабленность, выразительность, то есть экспрессивность, сензитивность) и регуляторными факторами (самоконтроль, ответственность). Результаты исследования могут быть использованы при разработке и реализации практико-ориентированных программ по развитию жизнестойкости у студентов [25].

## Заключение

1. Сделан вывод о том, что жизнестойкость положительно связана с такими личностными факторами, как коммуникабельность, эмоциональная стабильность, высокий самоконтроль, смелость, активность, доминирование, поиск новых впечатлений, привлечение внимания. Положительные взаимосвязи были выявлены с такими личностными факторами, как доверчивость, самоконтроль, аккуратность, настойчивость, ответственность, любопытство и высокая чувствительность.

2. Компонент жизнестойкости «вовлечённость» имеет положительную взаимосвязь с такими личностными факторами, как общительность, эмоциональная стабильность, смелость, активность, доминирование и поиск новых впечатлений, привязанность и доверчивость, самоконтроль, аккуратность, настойчивость и предусмотрительность, любопытство и сензитивность.

3. Компонент жизнестойкости «контроль» положительно взаимосвязан с такими личностными факторами, как эмоциональная стабильность и смелость, собственно,

самоконтроль, активность, доминирование и поиск новых впечатлений, доверчивость, аккуратность, настойчивость и предусмотрительность, любопытство.

4. Компонент жизнестойкости «принятие риска» положительно взаимосвязан с такими личностными факторами, как эмоциональная стабильность, смелость, высокий самоконтроль, активность, доминирование и привлечение внимания. Особого внимания здесь заслуживает фактор «Самоконтроль» и его первичные факторы такие, как аккуратность, настойчивость, ответственность, самоконтроль поведения, предусмотрительность. Также положительная взаимосвязь была выявлена с такими факторами, как любопытство, высокая чувствительность и пластичность.

5. Толерантность к неопределённости и радикальное отношение к различным сторонам жизни положительно взаимосвязаны с компонентом жизнестойкости «вовлечённость» в группе испытуемых со средним уровнем жизнестойкости. Межличностная интолерантность к неопределённости отрицательно взаимосвязана со шкалами «жизнестойкость», «вовлечённость» и «контроль».

## ЛИТЕРАТУРА

1. Пашкин С. Б., Кораблина Е. П., Лисовская Н. Б., Сивак А. Н., Турчин А. С. (2020) Факторы психологической готовности выпускников педагогического вуза к профессиональной деятельности // Перспективы науки и образования. № 6 (48). С. 358-373. DOI: 10.32744/pse.2020.6.28
2. Maddi, S. R. (2004) Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, Vol. 44 (3), 279–298. DOI: 10.1177/0022167804266101
3. Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173–185. DOI: 10.1037/1061-4087.54.3.173
4. Maddi, S. R., Brow, M., Khoshaba, D. M., & Vaitkus, M. (2006). Relationship of hardiness and religiousness to depression and anger. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 58(3), 148–161. DOI: 10.1037/1065-9293.58.3.148
5. Solcova, I., Sykora, J. (1995) Relation between psychological Hardiness and Physiological Response. *Homeostasis in Health & Disease*, Feb, v36 (n1) :30-34.
6. Johnsen, B. H., Espevik, R., Saus, E.-R., Sanden, S., Olsen, O. K., Hystad, S. W. (2017) Hardiness as a Moderator and Motivation for Operational Duties as Mediator: the Relation Between Operational Self-Efficacy, Performance Satisfaction, and Perceived Strain in a Simulated Police Training Scenario // *Journal of Police and Criminal Psychology*. Vol. 32. № 4. Pp. 331–339. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11896-017-9225-1>
7. Tantry, A., Singh, A. P. (2016) A study of psychological hardiness across different professions of Kashmir (J&K), INDIA *Int. J. of Adv. Res.* 4 (Feb). 1258-1263] (ISSN 2320-5407). [www.journalijar.com](http://www.journalijar.com)
8. Corso-de-Zúñiga, S., Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E., Blanco-Donoso, L. M., Carmona-Cobo, I. (2017) Personal resources and personal vulnerability factors at work: An application of the Job Demands-Resources model among teachers at private schools in Peru. *Current Psychology*. DOI: 10.1007/s12144-017-9766-6
9. Tho, N. D. (2017) Hardiness in Learning and Study Outcomes of Business Students. <http://digital.lib.ueh.edu.vn/handle/UEH/55499>
10. Thomassen, Ådne G., Hystad, Sigurd W., Johnsen, Bjørn Helge, Johnsen, Grethe E. & Bartone, Paul T. (2018) The effect of hardiness on PTSD symptoms: A prospective mediational approach, *Military Psychology*, 30:2, 142-151, DOI: 10.1080/08995605.2018.1425065
11. Karbakhsh, M., Banijamali, S., & Ahadi, M. (2019). The Study of Hardiness and Its Association with Aggression and Interpersonal Sensitivity in Physicians. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. DOI: 10.5812/ircmj.65867
12. Kowalski C.M, Schermer J.A. (2019) Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, and Health-Related Outcomes: A Case for and Against Psychological Hardiness. *Psychological Reports*.122(6):2096-2118. DOI: 10.1177/0033294118800444
13. Bartone, P. T., Eid, J., Johnsen, B. H., Laberg, J. C., Snook, S. A. (2009) Big five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance. *Leadership & organization development journal (Online)*, *Leadership and organization development journal* 30(6):498-521. DOI:10.1108/01437730910981908
14. Stein, S.J., Bartone, P. T. (2020) *Hardiness: making stress work for you to achieve your life goals*. Wiley & Sons. 288 p.
15. Леонтьев, Д.А. (2006) Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. М.: Смысл. 63 с.
16. Нестерова, А.А. (2017) Взаимосвязь самоорганизации и жизнестойкости у военнослужащих // *Экстремальная психология: теория и практика*. Ч. 2. С. 62-66.
17. Письменюк, Е.С. (2018) Жизнестойкость и мотивация менеджеров в стрессовых ситуациях // *Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология*. № 3. С. 32-39.
18. Фризен, М.А. (2018) Жизнестойкость как внутренний ресурс профессиональной деятельности педагога //

Организационная психология. № 2. С. 72-85.

19. Чухрова, М.Г. (2018) Анализ жизнестойкости в контексте агрессивности личности / М.Г. Чухрова, О.Е. Митрофанова, Т.А. Филь, С.В. Пронин, А.А. Александрова // Мир науки, культуры, образования. № 5 (72). С. 359-362.
20. Шерешкова, Е.А. (2019) Взаимосвязь личностных свойств и жизнестойкости будущих педагогов // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. № 1 (41). С. 116-124.
21. Земскова А.А., Кравцова Н.А. (2019) Жизнестойкость, как интегральная характеристика личности, у курсантов МЧС России. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. (3):94-105. <https://doi.org/10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105>
22. Хромов А.Б. (2000) Пятифакторный опросник личности: Учебно-методическое пособие Курган: Изд-во Курганского гос. Университета. 23 с. <http://osp.kgsu.ru/hromov/5faktor.pdf>
23. «Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла: Учеб.-метод. пособие», Капустина А. Н., СПб.: Речь, 2004 г. 104 с.
24. Корнилова, Т. В. (2010). Новый опросник толерантности—интолерантности к неопределенности. Психологический журнал, 31(1), 74–86.
25. Зеер Э.Ф. (2015) Социально-психологические аспекты развития жизнеспособности и формирования жизнестойкости человека // Педагогическое образование в России. № 8. С. 69-76. <http://elar.uspu.ru/handle/uspu/2163>

## REFERENCES

1. Pashkin, S. B., Korablina, E. P., Lisovskaya, N. B., Sivak, A. N., & Turchin, A. S. (2020). Factors of psychological readiness of pedagogical university graduates for professional activities. *Perspektivy nauki i obrazovania – Perspectives of Science and Education*, 48 (6), 358-373. DOI: 10.32744/pse.2020.6.28
2. Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An Operationalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44 (3), 279–298. DOI: 10.1177/0022167804266101
3. Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173–185. DOI: 10.1037/1061-4087.54.3.173
4. Maddi, S. R., Brow, M., Khoshaba, D. M., & Vaitkus, M. (2006). Relationship of hardiness and religiousness to depression and anger. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 58(3), 148–161. DOI: 10.1037/1065-9293.58.3.148
5. Solcova, I., Sykora, J. (1995). Relation between psychological Hardiness and Physiological Response. *Homeostasis in Health & Disease*, 36 (1), Feb, 30-34.
6. Johnsen, B. H., Espevik, R., Saus, E.-R., Sanden, S., Olsen, O. K., Hystad, S. W. (2017). Hardiness as a Moderator and Motivation for Operational Duties as Mediator: the Relation Between Operational Self-Efficacy, Performance Satisfaction, and Perceived Strain in a Simulated Police Training Scenario. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 32 (4), 331–339. Available at: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11896-017-9225-1> (accessed 15 November 2021)
7. Tantry, A., Singh, A. P. (2016). A study of psychological hardiness across different professions of Kashmir (J&K), INDIA *Int. J. of Adv. Res.*, 4 (Feb), 1258-1263.
8. Corso-de-Zúñiga, S., Moreno-Jiménez, B., Garrosa, E., Blanco-Donoso, L. M., Carmona-Cobo, I. (2017). Personal resources and personal vulnerability factors at work: An application of the Job Demands-Resources model among teachers at private schools in Peru. *Current Psychology*. DOI: 10.1007/s12144-017-9766-6
9. Tho, N. D. (2017) Hardiness in Learning and Study Outcomes of Business Students. Available at: <http://digital.lib.ueh.edu.vn/handle/UEH/55499> (accessed 15 November 2021)
10. Thomassen, Ådne G., Hystad, Sigurd W., Johnsen, Bjørn Helge, Johnsen, Grethe E. & Bartone, Paul T. (2018). The effect of hardiness on PTSD symptoms: A prospective mediational approach. *Military Psychology* 30 (2), 142-151, DOI: 10.1080/08995605.2018.1425065
11. Karbakhsh, M., Banijamali, S., & Ahadi, M. (2019). The Study of Hardiness and Its Association with Aggression and Interpersonal Sensitivity in Physicians. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. DOI: 10.5812/ircmj.65867
12. Kowalski C.M, Schermer J.A. (2019). Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, and Health-Related Outcomes: A Case for and Against Psychological Hardiness. *Psychological Reports*, 122(6), 2096-2118. DOI: 10.1177/0033294118800444
13. Bartone, P. T., Eid, J., Johnsen, B. H., Laberg, J. C., Snook, S. A. (2009). Big five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance. *Leadership and organization development journal*, 30(6), 498-521. DOI: 10.1108/01437730910981908
14. Stein, S.J., Bartone, P. T. (2020). *Hardiness: making stress work for you to achieve your life goals*. Wiley & Sons, 288.
15. Leontiev, D.A. (2006). *Test of vitality* / D.A. Leontiev and E.I. Rasskazova. Moscow, Meaning Publ., 63. (in Russ.)
16. Nesterova, A.A. (2017). The relationship between self-organization and vitality among military personnel / A.A. Nesterova. *Extreme psychology: theory and practice*, Part 2, 62-66. (in Russ.)
17. Pismenyuk, E.S. (2018) Resilience and motivation of managers in stressful situations. *Bulletin of the South Ural State University. Series: Psychology*, 3, 32-39. (in Russ.)
18. Friesen, M.A. (2018). Resilience as an internal resource of the teacher's professional activity. *Organizational Psychology*, 2, 72-85. (in Russ.)
19. Chukhrova, M.G. (2018). Analysis of resilience in the context of personality aggressiveness / M.G. Chukhrova, O.E. Mitrofanova, T.A. Fil, S.V. Pronin, A.A. Alexandrova. *World of Science, Culture, Education*, 72 (5), 359-362. (in Russ.)

20. Shereshkova, E.A. (2019) The relationship of personal properties and resilience of future teachers. *Bulletin of the Shadrinsk State Pedagogical University*, 41 (1), 116-124. (in Russ.)
21. Zemskova, A.A., Kravtsova, N.A. (2019). Resilience as an integral characteristic of personality among cadets of emercom of Russia. *Medico-Biological and Socio-Psychological Problems of Safety in Emergency Situations*, 3, 94-105. DOI: 10.25016/2541-7487-2019-0-3-94-105 (in Russ.)
22. Khromov, A.B. (2000). Five-factor personality questionnaire: Teaching aid. Kurgan, Kurgan State University Publ. Available at: <http://osp.kgsu.ru/hromov/5faktor.pdf> (in Russ.)
23. "Multifactorial personal methodology of R. Kettell: Textbook. Methodology. Manual" (2004)., Kapustina A. N., St. Petersburg, Speech Publ., 104. (in Russ.)
24. Kornilova, T.V. (2010). New questionnaire of tolerance – intolerance to uncertainty. *Psychological Journal*, 31 (1), 74–86. (in Russ.)
25. Zeer E.F. (2015). Socio-psychological aspects of the development of vitality and the formation of human resilience, *Pedagogical education in Russia*, 8, 69-76. Available at: <http://elar.uspu.ru/handle/uspu/2163> (in Russ.)

### **Информация об авторах**

#### **Пашкин Сергей Борисович**

(Российская Федерация, Санкт-Петербург)  
 Профессор, доктор педагогических наук,  
 профессор кафедры психологии профессиональной  
 деятельности  
 Российский государственный педагогический  
 университет имени А.И. Герцена  
 E-mail: [sergejppashkin@mail.ru](mailto:sergejppashkin@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0001-8791-3029  
 ResearcherID: E-3238-2017

#### **Кораблина Елена Павловна**

(Российская Федерация, Санкт-Петербург)  
 Профессор, доктор психологических наук,  
 профессор кафедры психологии профессиональной  
 деятельности  
 Российский государственный педагогический  
 университет имени А.И. Герцена  
 E-mail: [lina-korablina@mail.ru](mailto:lina-korablina@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0002-1171-5904  
 Researcher ID: K-7759-2018

#### **Лисовская Наталья Борисовна**

(Российская Федерация, Санкт-Петербург)  
 Доцент, кандидат психологических наук,  
 доцент кафедры психологии профессиональной  
 деятельности  
 Российский государственный педагогический  
 университет имени А.И. Герцена  
 E-mail: [lisovskaja@mail.ru](mailto:lisovskaja@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0001-6507-7680  
 ResearcherID: D-9751-2017

#### **Бражник Евгения Ивановна**

(Российская Федерация, Санкт-Петербург)  
 Профессор, доктор педагогических наук, профессор  
 кафедры воспитания и социализации  
 Российский государственный педагогический  
 университет имени А.И. Герцена  
 E-mail: [ev.brazhnik@gmail.com](mailto:ev.brazhnik@gmail.com)  
 ORCID ID: 0000-0003-0971-0271  
 ResearcherID: M-9225-2016

#### **Иконникова Галина Юрьевна**

(Российская Федерация, Санкт-Петербург)  
 Доцент, кандидат психологических наук,  
 доцент кафедры психологии профессиональной  
 деятельности  
 Российский государственный педагогический  
 университет имени А.И. Герцена  
 E-mail: [ikonnikova@inbox.ru](mailto:ikonnikova@inbox.ru)  
 ORCID ID: 0000-0002-9416-4190  
 ResearcherID: D-9800-2017

### **Information about the authors**

#### **Sergey B. Pashkin**

(Russian Federation, Saint Petersburg)  
 Doctor of Pedagogical Sciences, Professor  
 Professor of the Department psychology of professional  
 activity  
 The Herzen State Pedagogical University of Russia  
 E-mail: [sergejppashkin@mail.ru](mailto:sergejppashkin@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0001-8791-3029  
 Researcher ID E-3238-2017

#### **Elena P. Korablina**

(Russian Federation, Saint Petersburg)  
 Doctor of Psychology, Professor  
 Professor of the Department psychology of professional  
 activity  
 The Herzen State Pedagogical University of Russia  
 E-mail: [lina-korablina@mail.ru](mailto:lina-korablina@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0002-1171-5904  
 Researcher ID: K-7759-2018

#### **Natalia B. Lisovskaya**

(Russian Federation, Saint Petersburg)  
 PhD in Psychology, assistant professor of the  
 Department psychology of professional activity  
 The Herzen State Pedagogical University of Russia  
 E-mail: [lisovskaja@mail.ru](mailto:lisovskaja@mail.ru)  
 ORCID ID: 0000-0001-6507-7680  
 Researcher ID: D-9751-2017

#### **Eugenia I. Brazhnik**

(Russian Federation, Saint Petersburg)  
 Doctor of Pedagogy, Professor  
 Professor of the Department of Education and  
 Socialization  
 The Herzen State Pedagogical University of Russia  
 E-mail: [ev.brazhnik@gmail.com](mailto:ev.brazhnik@gmail.com)  
 ORCID ID: 0000-0003-0971-0271  
 Researcher ID: M-9225-2016

#### **Galina Yu. Ikonnikova**

(Russian Federation, Saint Petersburg)  
 PhD in Psychology, assistant professor of the  
 Department psychology of professional activity  
 The Herzen State Pedagogical University of Russia  
 E-mail: [ikonnikova@inbox.ru](mailto:ikonnikova@inbox.ru)  
 ORCID ID: 0000-0002-9416-4190  
 Researcher ID: D-9800-2017