

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ,
ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**

УДК 159.923

DOI 10.5930/1994-4683-2026-2-227-235

**Смысложизненные ориентации как психологический ресурс
жизнестойкости молодежи Донбасса, проживающей в зоне
военного конфликта**

Муханова Ирина Федоровна, кандидат психологических наук

Пузь Ирина Владимировна, кандидат психологических наук, доцент

*Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького
Минздрава России, Донецк*

Аннотация

Цель исследования – теоретический анализ смысловых ориентаций и жизнестойкости личности, а также эмпирическое исследование смысловых ориентаций как психологического ресурса жизнестойкости студенческой молодежи, проживающей в зоне военного конфликта.

Методы и организация исследования. Применяли теоретический анализ отечественных и зарубежных научных работ; эмпирические методы (опрос, тестирование): «Тест смысловых ориентаций» (СЖО, Д.А. Леонтьев), «Тест жизнестойкости» С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой; методы статистической обработки результатов, для измерения связей использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. В исследовании приняли участие студенты (юноши и девушки) в возрасте 17-20 лет из разных городов Донецкой Народной Республики.

Результаты исследования и выводы. Проведенное исследование позволило выявить положительную корреляционную связь между показателями смысловых ориентаций и компонентами жизнестойкости молодежи, продолжительно проживающей в условиях военного конфликта. Установлено, что смысловые ориентации у студенческой молодежи Донбасса в зоне конфликта выполняют функцию системообразующего психологического ресурса, существенно влияющего на жизнестойкость личности. Они служат опорой в периоды стресса и неопределенности, позволяя личности переосмыслить ситуации, сохранить мотивацию и чувство целостности. Полученные данные показали, что молодые люди, сумевшие сохранить или перестроить свои смыслы (цели, убежденность в ценности жизни и своей способности ею управлять), демонстрируют и более высокий потенциал к сопротивлению – жизнестойкость. Развитие и поддержка смысловых ресурсов является ключевым направлением для повышения психологической устойчивости молодежи. Результаты исследования представляют особый научный и практический интерес, так как отражают работу смысловой сферы молодежи в экстремальных условиях, связанных с военным конфликтом.

Ключевые слова: психология личности, жизнестойкость, смысловые ориентации, личностный ресурс, молодежь, вооруженный конфликт

**Purpose-in-life orientations as a psychological resource
for the resilience of Donbas youth living in a military conflict zone**

Mukhanova Irina Fedorovna, candidate of psychological sciences

Puz Irina Vladimirovna, candidate of psychological sciences, associate professor

M. Gorky Donetsk State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, Donetsk

Abstract

The purpose of the study is to conduct a theoretical analysis of purpose-in-life orientations and personal resilience, and to empirically investigate purpose-in-life orientations as a psychological resource supporting resilience among university students living in a military conflict zone.

Research methods and organization. The study employed a theoretical analysis of domestic and foreign scientific works; empirical methods (survey, testing): the 'Test of Meaningful Life Orientations' (MLO, D.A. Leontiev), the 'Hardiness Test' by S. Maddi, adapted by D.A. Leontiev and E.I. Rasskazova; statistical methods for data analysis, with Spearman's rank correlation coefficient

used to measure relationships. The study involved students (both male and female) aged 17-20 from various cities of the Donetsk People's Republic.

Research results and conclusions. The conducted study revealed a positive correlation between indicators of purpose-in-life orientations and the components of resilience in young people who have been living for an extended period under conditions of armed conflict. It has been established that purpose-in-life orientations among student youth in the Donbass conflict zone serve as a system-forming psychological resource, significantly influencing the resilience of an individual. They provide support during periods of stress and uncertainty, allowing individuals to reassess situations, maintain motivation, and preserve a sense of integrity. The obtained data showed that young people who were able to preserve or restructure their meanings (goals, conviction in the value of life, and their ability to manage it) also demonstrate a higher potential for resilience. The development and support of meaning-related resources is a key focus for enhancing the psychological stability of youth. The results of the study are of particular scientific and practical interest, as they reflect the functioning of the meaning-making sphere of youth in extreme conditions associated with military conflict.

Keywords: personality psychology, resilience, purpose-in-life orientations, personal resources, youth, armed conflict

Введение. Постоянный рост напряженности и экстремальности современной жизни, наиболее остро проявляющийся в периоды социально-политических кризисов и конфликтов, обуславливает особую значимость формирования устойчивых психологических ресурсов личности. Именно этим объясняется тот факт, что жизнестойкость как феномен в последние годы становится объектом пристального изучения науки и широкого общественного интереса.

Актуальность данного исследования обусловлена необходимостью изучения психологических механизмов адаптации молодежи к условиям затяжного кризиса, каким является вооруженный конфликт. На фоне вызовов, с которыми сталкивается молодежь Донбасса: продолжительной неопределенностью, порожденной военным конфликтом, социально-экономическими проблемами, информационным напряжением, разрывом привычных социальных связей, неясностью жизненных перспектив, – особенно остро встает вопрос о личностных ресурсах. Результатом этих вызовов становятся эмоциональные расстройства, чувство беспомощности, экзистенциальная тревога, апатия и др. В контексте этих вызовов на первый план выходит понятие жизнестойкости как психологического ресурса, помогающего преодолевать кризисные ситуации.

Понятие жизнестойкости (*hardiness*), введенное С. Мадди, рассматривается как ключевая личностная переменная, позволяющая не только противостоять стрессу, но и трансформировать негативный опыт в возможность для личностного роста [1]. Практическое значение модели С. Мадди заключается в том, что жизнестойкость рассматривается не просто как психологический феномен, а как важный внутренний ресурс (установка), который человек может осмыслить и изменить с целью поддержания своего физического, психического и социального здоровья.

Жизнестойкость (психологическая устойчивость) – это интегральная характеристика личности, которая позволяет человеку успешно справляться со стрессом, преодолевать кризисы, сохранять душевное равновесие и поддерживать оптимальную работоспособность. Поэтому ее можно рассматривать как необходимый адаптационный потенциал, в частности, современной молодежи, который будет способствовать ее профессиональному и личностному росту. Следует подчеркнуть, что

данная дефиниция включает три компонента: *вовлеченность* (commitment) – убежденность в том, что даже в сложных ситуациях стоит оставаться активным и включенным в жизнь; *контроль* (control) – убежденность в своей способности влиять на исход событий; и *принятие риска/вызов* (challenge) – восприятие жизненных трудностей как возможности для обучения и развития. Высокая степень выраженности этих компонентов позволяет личности эффективно овладевать внутренней тревожностью и напряженностью в стрессовых ситуациях, а также оптимизировать уровень собственной активности.

М.Ю. Луговская, изучая психологический феномен жизнестойкости у различных социальных групп людей посредством детального анализа исследовательских работ в этой области, созданных за последние несколько десятилетий, пришла к мнению, что количество исследований жизнестойкости студентов сравнительно невелико. Это означает, что исследовательское пространство значительно и перспективно. С практической точки зрения представляется целесообразной разработка проблемы повышения жизнестойкости студентов, испытывающих кризис [2].

Т.Ю. Иванова отмечает, что многочисленные исследования, проведенные на основе теории сохранения ресурсов, показывают, что наличие мощного ресурсного запаса является основным предиктором как успешного совладания со стрессовыми обстоятельствами, так и посттравматического роста [3]. Также автор обращает внимание на активное изучение в современной психологии личностных ресурсов (устойчивых феноменов, помогающих преодолевать трудности) – локус контроля, оптимизм, жизнестойкость, самоэффективность, толерантность к неопределенности, витальность и др. [3].

В исследованиях А.Н. Фоминовой отмечается, что жизнестойкость человека демонстрирует, насколько он способен воспользоваться личностными ресурсами, такими как: физические ресурсы (уровень физического и психического здоровья, уровень работоспособности); психологические ресурсы (интеллектуальные способности, эмоциональная и волевая регуляция); личностные ресурсы (самооценка и самоуважение, жизненные смыслы, установки, система мотивов поведения); материальные ресурсы (обеспечивающие доступ к информационным, юридическим, медицинским и другим формам помощи); социальные ресурсы (работа, поддержка семьи, друзей, социальный статус) [4].

Следует отметить, что развитие и формирование жизнестойкости автор предлагает рассматривать в ракурсе личностно-смыслового уровня психики, который связан с категориями личностного смысла, отношения к себе и окружающим, осознанного выбора и осознанной рефлексии. Проявлениями жизнестойкости на этом уровне психики человека являются позитивное мировосприятие и повышение субъективной оценки качества жизни. На значимость личностно-смыслового уровня в определении жизнестойкости указывал в своих исследованиях С.Л. Рубинштейн. Личностные образования, являющиеся жизненным ресурсом в критических условиях, – это прежде всего уверенность в своих силах контролировать все, вера в себя, готовность активно действовать и преодолевать трудности, а также система значимых отношений [4].

Фундамент жизнестойкости составляют психологические ресурсы – внутренние резервы личности, используемые для обеспечения адаптации и благополучия. Особое место среди них, на наш взгляд, занимают смысложизненные ориентации (СЖО) – система устойчивых представлений человека об общем смысле своего существования, целях и ценностях, которые выполняют регулирующую функцию, направляя его поведение и придавая жизни осмысленность [5]. В ситуации экзистенциального кризиса, который провоцирует военный конфликт, вопрос о смысле жизни и собственном месте в мире становится особенно острым. Мы предполагаем, что для студенческой молодежи Донбасса, чей процесс взросления и становления идентичности проходил на фоне травматических событий, именно наличие четкой системы смыслов (целей, жизненных интересов, убежденности в собственной способности управлять своей жизнью) является фундаментальной основой для формирования высокой жизнестойкости.

Изучение смысложизненных ориентаций как психологического феномена связано с именами В. Франкла, А. Маслоу, Э. Эриксона, К.Г. Юнга, Д.А. Леонтьева, В.Э. Чудновского, К.В. Карпинского. Согласно их исследованиям, смысложизненные ориентации выступают ключевым регулятором поведения и всей деятельности человека.

Концепция смысложизненных ориентаций, операционализованный Д.А. Леонтьевым на основе идей В. Франкла, включает пять основных шкал: цели в жизни – наличие целей и временной перспективы; процесс жизни – восприятие жизни как интересной, эмоционально насыщенной; результативность жизни – оценка пройденного отрезка как продуктивного; локус контроля-Я – убежденность в способности контролировать свою жизнь; локус контроля-жизнь – вера в возможность контролировать события жизни в целом.

Именно в условиях кризиса, когда рушатся внешние опоры (стабильность, безопасность, привычный уклад), внутренняя система смыслов становится последней инстанцией сопротивления. Как отмечал В. Франкл [6], у человека можно отнять все, кроме одного – свободы выбрать свое отношение к обстоятельствам, найти в них смысл. Для молодежи Донбасса, чье становление личности пришлось на период военного конфликта и нестабильности, поиск и удержание смысла приобретает особую актуальность.

Для исследования многофакторной природы и разнообразных проявлений данного феномена был применен комплекс методологических подходов, включающий: системно-структурный подход к изучению психики (Б. Г. Ананьев, А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов); психологию индивидуальности в рамках современного «человекознания» (Б. Г. Ананьев, Б. М. Теплов, В. С. Мерлин и др.); субъектно-деятельностный подход (С. Л. Рубинштейн, К. А. Абульханова-Славская, А. В. Брушлинский и др.); ресурсный подход (В. А. Бодров, Р. Лазарус, С. Мадди, С. Фолкман, Дж. Фреди, С. Хобфолл и др.); экзистенциальный подход к личности (В. Франкл, Э. Фромм, Д. А. Леонтьев и др.).

Таким образом, анализ научных исследований позволил выделить разные подходы к понятию жизнестойкости. Ученые определяют жизнестойкость как черту, качество, свойство личности, как личностный ресурс, как меру способности, как систему установок и диспозиций.

Методика и организация исследования. В данном исследовании предполагалось выявить характер взаимосвязи между уровнем жизнестойкости и компонентами смысловых ориентаций у студенческой молодежи Донбасса.

Эмпирическое исследование проводилось в период специальной военной операции в марте-мае 2022 г. со студентами Донецкого государственного медицинского университета им. М. Горького. Исследование осуществлялось в онлайн-формате (с помощью onlinetestpad – онлайн-тестовая панель). В исследовании приняли участие 331 студент (n=111 юношей и n=220 девушек) в возрасте 17-20 лет (M = 18,5) из разных городов Донецкой Народной Республики.

Исследование проводилось с помощью следующего психодиагностического инструментария: «Тест смысловых ориентаций» (СЖО, Д.А. Леонтьев) [5], «Тест жизнестойкости» С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой [7].

Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с использованием программы Statistica 10. Для оценки взаимосвязи между уровнем жизнестойкости и компонентами смысловых ориентаций применялся коэффициент корреляции Спирмена.

Результаты исследования. Анализ полученных результатов по смысловым ориентациям молодежи представлен в таблице 1. Показатели теста включают в себя общий показатель осмысленности жизни (ОЖ) и 5 субшкал, отражающих 3 конкретные смысловые ориентации и 2 аспекта локуса контроля. Таблица 1 – Средние показатели по шкалам СЖО у молодежи

Субшкалы	Среднее значение	Уровень
Цели в жизни	32,9	средний
Процесс жизни	28,6	средний
Результативность жизни	25,1	средний
Локус контроля-Я	21,1	средний
Локус контроля-жизнь	30,8	средний
Общий показатель ОЖ	138,1	высокий

Из таблицы 1 видно, что общий показатель осмысленности жизни (138,1) у студенческой молодежи, несмотря на объективно травмирующие условия, находится на высоком уровне. Это является наиболее значимым результатом, указывающим на сохранность базового психологического ресурса – восприятия жизни как ценной и наполненной смыслом. Данный факт можно рассматривать как проявление психологической устойчивости (резильентности) и адаптивной функции смысловой сферы в ситуации неопределенности и угрозы.

Средние показатели по шкале «Цели в жизни» у молодежи соответствуют среднему уровню (32,9). В условиях конфликта долгосрочное планирование часто объективно невозможно. Средний уровень по этой шкале может отражать смещение фокуса с отдаленных целей на краткосрочные и жизненно важные (выжить, закончить семестр, помочь семье, друзьям). Это не отсутствие целей, а их радикальная трансформация и актуализация. По шкале «Процесс жизни» также выражен средний уровень (28,6), что говорит о том, что текущая жизнь, несмотря на трудности, не воспринимается как полностью опустошенная или бесполезная. Удовлетворенность текущим процессом жизни в военных условиях является индикатором способности молодежи находить опору в повседневности, заботиться о безопасности, ценить

жизнь, моменты относительного спокойствия, общение с семьей и друзьями, учебу. Средние показатели по шкале «Результативность жизни» (25,1) указывают на оценку прожитой части жизни студентами как продуктивной, что может быть связано с переоценкой ценностей. В условиях кризиса ранее значимые достижения могут обесцениваться, а на первый план выходят экзистенциальные «достижения»: стойкость, сохранение человечности, помощь другим.

По средним показателям мы наблюдаем выраженность среднего уровня и по шкале «Локус контроля-Я» (21,1), что свидетельствует об адаптивном балансе: с одной стороны, понимание ограниченности контроля над событиями (обстрелы, разрушения), с другой – сохранение внутреннего убеждения в своей способности принимать решения и действовать в рамках доступных возможностей. Наиболее высокий результат среди субшкал – по шкале «Локус контроля-жизнь» (30,8), хотя также выражен на среднем уровне. Именно вера в контроль над собственной жизнью остается у молодежи относительно высокой. Это можно интерпретировать как компенсаторный механизм и защиту от ощущения полной беспомощности. Вера в то, что свою жизнь, ее смысл и направление можно удержать под контролем, становится психологическим ресурсом.

Профиль, где общая осмысленность жизни – высокая, а все ее компоненты – на среднем уровне, в контексте военного конфликта приобретает особое значение. Это, вероятно, специфическая адаптивная конфигурация смысловой сферы. В целом, высокий общий ОЖ выступает как буфер против травмы, защитный фактор, предотвращающий экзистенциальный вакуум и отчаяние. Средние значения по субшкалам отражают реалистичную адаптацию к новой реальности. Это показатель не «усреднённости», а психологического баланса, достигнутого в неравновесных условиях. Молодежь не демонстрирует «сверхсмысла» или «сверхконтроля» (что могло бы говорить об отрицании или мании), но и не показывает дезинтеграции. Данный феномен может указывать на процессы посттравматического роста, где переживание кризиса приводит не к крушению, а к перестройке и укреплению смысловых оснований жизни, смещению акцентов с внешних достижений на внутренние ценности и ресурсы, на важность человеческого общения.

Полученные результаты относительно проявления базовых компонентов жизнестойкости студенческой молодежи представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Средние показатели компонентов жизнестойкости молодежи

Субшкалы	Среднее значение	Уровень
Вовлеченность	34,9	низкий
Контроль	31,1	средний
Принятие риска	17,9	средний
Общая жизнестойкость	83,3	средний

Согласно результатам, представленным в таблице 2, наблюдается, что общий показатель жизнестойкости (83,3) находится на среднем уровне. Это указывает на ограниченность общего личностного ресурса, позволяющего преобразовывать стрессовые ситуации в возможности для развития. Данный ресурс не является низким, но и не достигает высоких значений, что в условиях постоянной угрозы может быть фактором риска для психологического благополучия молодежи в долгосрочной перспективе.

Представим структурный анализ средних показателей компонентов жизнестойкости:

- «Вовлеченность» (34,9 – низкий уровень) – это наиболее тревожный показатель. Низкая вовлеченность означает ощущение исключенности из жизни, потерю интереса к происходящему, чувство отверженности. В контексте военного конфликта это можно интерпретировать как проявление эмоционального выгорания, психологического истощения или защитной диссоциации, что вполне объяснимо, так как современная молодежь большую часть своей жизни (с 6-10 лет, когда в 2014 году на Донбассе начался военный конфликт) прожила в условиях боевых действий. Когда реальность слишком травматична, психика может реагировать снижением эмоциональной вовлеченности как способом самосохранения. Однако этот механизм снижает способность черпать силы и поддержку из деятельности и социальных связей.

- «Контроль» (31,1 – средний уровень). Показатель отражает стремление влиять на исход событий. Средний уровень свидетельствует о сохраняющейся, но напряженной борьбе за субъективную управляемость в объективно неуправляемой ситуации. Студенты пытаются контролировать то, что возможно (учебу, быт, коммуникацию), но их вера в эту способность ограничена травмирующим опытом нестабильности и угрозы, что и не позволяет показателю быть высоким. Средний уровень контроля указывает на потенциал для дальнейшего развития этого компонента жизнестойкости.

- «Принятие риска» (17,9 – средний уровень) – это вера в то, что жизненные трудности обогащают опыт. Средний уровень принятия риска является здоровым и адаптивным в условиях реальной опасности для жизни, а не условной. Он обеспечивает студентам возможность для развития, освоения нового опыта и достижения целей, не переходя границ разумной безопасности. Данный показатель отражает осторожное, реалистичное отношение: опыт воспринимается как испытание, но без романтизации или активного стремления к опасности.

Результаты корреляционного анализа по Спирмену между шкалами СЖО и компонентами жизнестойкости представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Взаимосвязь показателей жизнестойкости со смысложизненными ориентациями молодежи

	Цели в жизни	Процесс жизни	Результат жизни	Локус контроля-Я	Локус контроля-жизнь	Общий показатель ОЖ
Вовлеченность	0,648	0,704	0,724	0,666	0,683	0,741
Контроль	0,630	0,638	0,703	0,680	0,701	0,721
Принятие риска	0,500	0,574	0,556	0,550	0,625	0,610
Общая жизнестойкость	0,660	0,710	0,742	0,702	0,735	0,767

Примечания: все корреляционные связи представлены на уровне значимости $p < 0,05$.

Из таблицы 3 видно наличие статистически значимых положительных корреляционных связей между всеми показателями СЖО и жизнестойкости у молодежи.

Умеренные (средние) положительные связи имеются между вовлеченностью и целями в жизни, локусом контроля-Я и локусом контроля-жизнь. Контроль имеет положительные умеренные связи с целями в жизни, процессом жизни, локусом контроля-Я и локусом контроля-жизнь. Показатель принятия риска имеет положительные умеренные связи со всеми показателями СЖО. Имеются положительные умеренные корреляционные связи общей жизнестойкости с целями в жизни.

Корреляционный анализ показал наличие сильных положительных связей (табл. 3) между вовлеченностью и процессом жизни, результатом жизни и осмысленностью жизни. Показатель контроля имеет положительные сильные связи с показателем результат жизни, локусом контроля-жизнь и осмысленностью жизни. Общий уровень жизнестойкости имеет положительные сильные связи с процессом жизни, результатом жизни, локусом контроля-Я, локусом контроля-жизнь и осмысленностью жизни. Общий показатель осмысленности жизни демонстрирует наиболее тесную и комплексную связь с жизнестойкостью, выступая его интегративным предиктором.

Выводы. Полученные данные позволяют заключить, что смысложизненные ориентации выступают ключевым внутренним (личностным) психологическим ресурсом жизнестойкости у молодежи Донбасса, проживающей в условиях длительного военного конфликта. Статистически значимые и в большинстве своем сильные положительные корреляции между всеми компонентами жизнестойкости и показателями осмысленности жизни указывают на следующее:

1. В условиях внешней нестабильности и угрозы внутренняя система смыслов выполняет стабилизирующую и мобилизующую функцию. Наличие четких целей (умеренная связь с вовлеченностью и контролем) и ощущение управляемости жизнью (сильная связь локуса контроля с компонентом «Контроль») создает психологический «каркас», который позволяет молодым людям сохранять активную позицию (вовлеченность) и противостоять чувству беспомощности.

2. Осмысленность прошлого опыта и текущей деятельности является основой для сохранения психического благополучия. Наиболее сильные связи компонентов жизнестойкости с «Процессом жизни» и «Результатом жизни» свидетельствуют о том, что способность находить интерес и ценность в повседневности, а также позитивно оценивать уже прожитый отрезок пути, прямо способствует повышению устойчивости. Это особенно критично в контексте травматического опыта, позволяя интегрировать его в личную историю без потери общего смысла.

3. Принятие риска, демонстрирующее устойчивые умеренные связи со всеми аспектами СЖО, в данном контексте может интерпретироваться не как безрассудство, а как готовность к активному преодолению обстоятельств, поддержанная внутренними смыслами. Осознанные ценности и цели делают оправданной и психологически возможной готовность к разумному риску и адаптации к постоянным изменениям.

Таким образом, сформированная система смысложизненных ориентаций студенческой молодежи Донбасса, проживающей в условиях военного конфликта, не просто сопровождает, а структурно поддерживает жизнестойкость, обеспечивая когнитивную основу для интерпретации травмирующих событий через призму лич-

ных целей и ценностей; мотивацию для продолжения деятельности и развития (вовлеченность); ощущение субъектности и возможности влиять на свою судьбу (контроль), что является мощным защитным фактором против беспомощности.

Практическим следствием данного вывода является необходимость включения в программы психосоциальной помощи и поддержки молодежи в зонах конфликтов целенаправленной работы по восстановлению и развитию ценностно-смысловой сферы (проработка целей, рефлексия ценностей, формирование восприятия себя как автора жизни). Это подтверждает, что укрепление смысло-жизненных ориентаций является не второстепенной, а фундаментальной задачей в формировании психологической устойчивости.

Список источников

1. Maddi S. R. Hardiness as a pathway to resilience under stress. DOI 10.4324/9781315666716 // *Routledge international handbook of psychosocial resilience* / Edited by U. Kumar. Oxford : Routledge, 2016. P. 104–110.
2. Луговская М. Ю. Особенности жизнестойкости студентов в трудах исследователей // *Психология. Историко-критические обзоры исследования*. 2024. Т. 13, № 4А. С. 185–196. EDN: RIKFNI.
3. Иванова Т. Ю. Теория сохранения ресурсов как объяснительная модель возникновения стресса // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10, № 3. С. 119–135. EDN: SHBFZD.
4. Фомина А. Н. *Жизнестойкость личности : монография*. Москва : Прометей, 2012. 151 с. ISBN 978-5-4263-0110-8. EDN: RYRXIZ.
5. Леонтьев Д. А. *Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО)*. 2-е изд. Москва : Смысл, 2000. 18 с. ISBN 5-89357-088-X.
6. Франкл В. *Человек в поисках смысла*. Москва : Прогресс, 1990. 368 с. ISBN 5-01-001606-0. EDN: YQCMMA.
7. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. *Тест жизнестойкости*. Москва : Смысл, 2006. 63 с. ISBN 5-89357-228-9.

References

1. Maddi S. R. (2016) “Hardiness as a pathway to resilience under stress”, *Routledge international handbook of psychosocial resilience*, U. Kumar (Ed.), Oxford, Routledge, pp. 104–110, DOI 10.4324/9781315666716.
2. Lugovskaya M. Yu. (2024), “Features of students' resilience in the works of Russian researchers”, *Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches*, Vol. 13, No. 4A, pp. 185–196.
3. Ivanova T. Yu. (2013), “Conservation of resources theory as an explanatory model for stress” *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, Vol. 10, No 3, pp.119–135.
4. Fominova A. N. (2012), “The Hardiness of Personality: monograph”, Moscow, Prometheus, 151 p., ISBN 978-5-4263-0110-8.
5. Leontiev D. A. (2000), “Noetic orientations test”, 2nd ed., Moscow, Smysl, 18 p., ISBN 5-89357-088-X.
6. Frankl V. (1990), “Man 's Search for Meaning”, Moscow, Progress, 368 p., ISBN 5-01-001606-0.
7. Leontiev D. A. Rasskazova E. I. (2006), “Vitality test”, Moscow, Smysl, 63 p., ISBN 5-89357-088-X.

Информация об авторах:

Муханова И.Ф., доцент кафедры философии и психологии, ORCID: 0000-0003-3666-4581, SPIN-код 2594-4617.

Пузь И.В., доцент кафедры философии и психологии, ORCID: 0000-0003-3697-1637, SPIN-код 6315-1725.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 12.01.2026.

Принята к публикации 03.02.2026.