

УДК 159.9.016+316.6

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ УСПЕШНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СИТУАЦИЯХ УГРОЗ И ДАВЛЕНИЯ СО СТОРОНЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

**Е.В. Губина<sup>1</sup>, О.Н. Комарова<sup>2</sup>, А.Л. Рассказова<sup>3</sup>, Е.В. Темнова<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>ФГБУ «Российская государственная библиотека», Москва

<sup>2</sup>АНО ВО «Московский информационно-технологический университет –  
Московский архитектурно-строительный институт», Москва

<sup>3</sup>ГАОУ ВО города Москвы «Московский городской педагогический  
университет», Москва

<sup>4</sup>ФГАОУ ВО «Московский государственный институт международных  
отношений (университет) МИД Российской Федерации, Москва

DOI: 10.26456/vtpsyed/2020.4.017

Рассматриваются проблемные аспекты поиска смыслообразующих ресурсов личности в трудных жизненных ситуациях, анализируется феномен жизнестойкости в философско-психологическом аспекте, начиная с экзистенциальной модели личностного функционирования (М. Хайдеггер, А. Камю, Э. Фромм, В. Франкл) и заканчивая современной трактовкой феномена «жизнестойкости» (С. Мадди, А. Антоновский). Представлены результаты эмпирического исследования: дан анализ показателей жизнестойкости и ее компонентов, а также характеристик переживания одиночества; выявлены взаимосвязи между ними. В исследовании приняли участие 147 студентов московских вузов. Сбор данных производился методом опроса с использованием теста жизнестойкости Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; опросника переживания одиночества Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева. Обработка результатов проводилась с помощью программы SPSS Version. Отмечается возможность использования полученных результатов преподавателями, работниками психологических служб в работе со студентами, молодежью.

***Ключевые слова:** трудные жизненные ситуации, современные студенты, жизнестойкость, переживание одиночества.*

Проблема исследования личности, находящейся в трудных жизненных обстоятельствах, в последнее время приобретает особую значимость. Трагедия последних месяцев жизни мирового сообщества в условиях пандемии поставила во главу угла проблему жизни и смерти, смысла человеческого существования, человеческой свободы, веры, духовной разобщенности людей. Все это ввергло часть населения в состояние психической дезадаптации, связанное с невозможностью удовлетворить основные базовые потребности личности, в том числе физиологические потребности и потребности в безопасности. Вышеизложенное свидетельствует о том, что люди вынуждены жить и работать не просто в трудных жизненных обстоятельствах, а в

экстремальных условиях, длительное пребывание в которых сопряжено с возникновением стрессовых реакций, потерей адаптационных способностей, появлению психических и соматических расстройств. Каждый день в обыденности своего существования человек утверждает себя, противопоставляя в осуществлении бытия экзистенциальному страху и тревоге, в основе которых лежит понимание конечности своего существования и собственного несовершенства. Это так называемый житейский страх (Furcht), который, по мысли М. Хайдеггера, лежит в основе проявления массового сознания (Э. Фромм), бытия без основополагающих ориентиров, без Бога, приводит к вырождению национальных традиций и идей, патологизированию сознания людей, утверждению примата маленького человека. Общество «все больше становится похожим на невротика», который в попытке обезопасить свое сознание от трудноразрешимых жизненных проблем, понять происходящее и внести хоть какой-то смысл в свое существование делает все возможное, чтобы избежать душевной травмы и экзистенциального одиночества (цинизм, легковерие, анонимность, безответственность, конформизм, жестокость). Не имея «трансцендентной опоры», человеку все труднее справиться с житейскими невзгодами. Пессимистическим взглядам М. Хайдеггера противопоставляется жизнеутверждающая, бунтующая концепция А. Камю: «Поскольку нам угрожает смерть, надо доказать, что смерть – это ничто» [2, с. 81].

Невозможность примириться со смертью, поиски своего предназначения, желание жизни во всем ее многообразии и красоте – вот те основополагающие рычаги, которые способны «перевернуть» вспять природу человека, поднять бунт за обретение смысла жизни: «Бороться против смерти – значит требовать смысла жизни» [2, с. 52–53]. Бунтуя против бесконечного «ничто», бросая вызов окружающему миру, человек осуществляет «бытие для себя», отказавшись от божественной благодати, находясь в той степени морального и духовного напряжения, чтобы справляться с тяготами жизни. Философское осмысление личности, преодолевающей жизненные трудности, получило широкое распространение в оптимистической ветви экзистенциализма, утверждающей активное начало человеческой сущности: «экзистенциальная отвага», «готовность действовать вопреки», «мужество быть» Пауля Тиллиха в противовес хайдеггеровскому «ощущению заброшенности». Зародившаяся в недрах экзистенциализма гуманистическая психология основана на конструктивном понимании личности, обладающей огромным потенциалом в разрешении сложных жизненных ситуаций и возможностями личностного роста (например, в традициях «логотерапии» В. Франкла, утверждавшего, что именно в трудной жизненной ситуации актуализируется проблема смысла жизни).

Все вышеперечисленное актуализирует задачу поиска ресурсов,

которые могла бы использовать личность для эффективного преодоления трудных жизненных ситуаций в условиях глобального кризиса. Особенно востребованными становятся внутренние ресурсы личности, ее психологические характеристики: самоорганизация, устойчивость, активность в достижении своих целей, независимость и самостоятельность поведения, чувство личной ответственности за происходящие с человеком события, что играет важную роль в разрешении разнообразных жизненных ситуаций.

Студенческий возраст – это период интенсивного становления молодого человека не только как профессионала, но и как личности. В реалиях современной жизни значимость приобретают те личностные характеристики, которые могут помочь человеку успешно справляться с трудными жизненными ситуациями [6, 1].

Особое место в исследовании стратегического потенциала личности в ситуациях угроз и давления со стороны окружающей среды занимает феномен жизнестойкости «hardiness», впервые введенный в научный обиход С. Мадди [10]. Предложенная им модель жизнестойкости рассматривается как «те убеждения человека, которые позволяют ему оставаться активным и препятствуют негативным последствиям стресса» [3, с. 178]. Рассматривая жизнестойкость как личностный конструкт, С. Мадди теоретически обосновывает его трехкомпонентную структуру. Первый структурный компонент – это вовлеченность в реальность происходящего, почти тождественен адлеровскому «социальному интересу». Вовлеченность выступает, с одной стороны, как способность к децентрации и широкому социальному сотрудничеству с другими людьми, с другой – как способность к реалистическому восприятию действительности. Вовлеченность – это убежденность в том, что участие в происходящем «дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, отчужденности от жизни. Второй компонент – контроль – способность индивида объективно оценивать свои потенциальные возможности совладания с трудной жизненной ситуацией, использовать имеющиеся у него ресурсы для выбора той или иной стратегии взаимодействия. Контроль – убежденность в том, что человек может влиять на происходящие события, может извлекать преимущества из любой ситуации. При отсутствии контроля человек испытывает чувство беспомощности при встрече с трудностями. Третий компонент – принятие риска – убежденность в том, что все, что с ним происходит, является уникальным жизненным опытом – как отрицательным, так и положительным и так или иначе попадает в «копилку» его личных побед и поражений, становясь ресурсом его личностного развития. Если человек боится рисковать, то он упускает возможности для своего развития.

Концептуальные построения А. Антоновского в русле

салютогенетической ориентации отражают важные аспекты концепции жизнестойкости С. Мадди, обнаруживая более жизнеутверждающее и оптимистическое начало. «Чувство связности», по А. Антоновскому, – это «общая ориентация личности, связанная с тем, в какой степени человек испытывает проникающее во все сферы жизни, устойчивое, но динамическое чувство, что: 1) стимулы, поступающие из внешних и внутренних источников опыта в процессе жизни, являются структурированными, предсказуемыми и поддаются толкованию; 2) имеются ресурсы, необходимые для того, чтобы соответствовать требованиям, которые вызваны этими стимулами; 3) эти требования являются вызовами, которые стоят того, чтобы вкладывать в них ресурсы и самого себя» [8, с. 19].

А. Антоновский отмечает, что чувство связности предполагает постижимость, управляемость и осмысленность ситуации и распространяется не на все аспекты жизнедеятельности человека, а только на те области жизни, которые являются жизненно важными и смыслообразующими для самой личности. В русле своей теории Антоновский утверждает, что стресс сам по себе не всегда является патогенным жизненным фактором, выступая во многих случаях салютогенным фактором.

Основной методикой, определяющей базовый ресурс личности по преодолению трудных жизненных ситуаций, стала методика измерения жизнестойкости С. Мадди (в переводе и адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой) [4]. Тест жизнестойкости состоит из 45 вопросов, отвечать на которые респондент должен по 4-балльной шкале. Баллы каждого респондента суммировались, и определялся общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из трех субшкал.

В нашем исследовании проблема жизнестойкости видится особенно актуальной в связи с изучением преодоления одиночества в условиях вынужденной самоизоляции и депривации социальной потребности [11]. Для изучения переживания студентами одиночества была использована методика «Дифференциальный опросник переживания одиночества» (ДОПО-3) Е.Н. Осина, Д.А. Леонтьева [5].

Методика представляет собой опросник, основанный на экзистенциальных представлениях об отношении личности к одиночеству, в соответствии с которыми принятие одиночества как экзистенциального факта открывает человеку возможность ценить ситуации уединения и использовать их как ресурс для аутокоммуникации и личностного роста. Неприятие или страх одиночества, напротив, приводят к избеганию уединения, постоянному поиску социальных контактов, что становится избеганием встречи человека с самим собой и препятствием для личностного роста. Преимущество этой методики заключается в том, что она измеряет не только негативный аспект одиночества – социально-коммуникативную

изоляция, отчуждение от своей жизни, своего жизненного пути, своего дела и т.п., но и диагностирует позитивный ресурс одиночества, который необходим для развития личности.

Исследование проводилось в апреле-мае 2020 года (в период самоизоляции) на базе АОЧУ ВО «Московский финансово-юридический университет МФЮА» и АНО ВО «Московский информационно-технологический университет – Московский архитектурно-строительный институт». В исследовании приняли участие 147 студентов 1-го курса, обучающихся по направлениям: «Таможенное дело», «Юриспруденция», «Психология», «Землеустройство и кадастры», «Экономика», «Журналистика». Возраст испытуемых – от 17 до 20 лет.

Рассмотрим средние значения показателей жизнестойкости в исследуемой выборке и проведем сравнение значений показателей жизнестойкости у студентов с нормативами показателей (по Д.А. Леонтьеву и Е.И. Рассказовой), табл. 1.

Таблица 1

Средние и стандартные отклонения общего показателя и шкал жизнестойкости в исследуемой выборке в сравнении с нормами

|                        | Общая жизнестойкость |                     | Вовлеченность |                     | Контроль |                     | Принятие риска |                     |
|------------------------|----------------------|---------------------|---------------|---------------------|----------|---------------------|----------------|---------------------|
|                        | Норма                | Исследуемая выборка | Норма         | Исследуемая выборка | Норма    | Исследуемая выборка | Норма          | Исследуемая выборка |
| Среднее                | 80,72                | 79,33               | 37,64         | 33,37               | 29,17    | 28,89               | 13,91          | 17,02               |
| Стандартное отклонение | 18,53                | 22,07               | 8,08          | 10,40               | 8,43     | 8,29                | 4,39           | 5,54                |

Средние показатели жизнестойкости у студентов («Общий показатель жизнестойкости» и «Контроль») находятся в рамках средних значений, полученных в исследовании Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой при разработке ими русскоязычной версии методики Мадди. Более низкие значения по шкале «Вовлеченность» в исследуемой выборке студентов могут быть связаны с социально-психологическими особенностями жизни в мегаполисе (анонимность, отстраненность). Средние показатели по шкале «Принятие риска» у студентов в нашем исследовании выше нормативных: 17,02 по сравнению с 13,91. На наш взгляд, это можно объяснить возрастными особенностями испытуемых, что согласуется с мнением авторов методики: «Выраженность жизнестойкости и ее компонентов в среднем не различается у мужчин и женщин, не зависит от образования, но зависит от возраста: у молодых людей (< 35 лет) принятие риска в

среднем значимо выше, чем в более старшей группе. Это может быть связано с большей готовностью молодых людей к получению нового опыта – часто ввиду недостатка уже имеющегося» [4, с. 31].

Далее мы подсчитывали количество студентов с высоким, средним и низким уровнем жизнестойкости (%) по показателю общей жизнестойкости и субшкалам (табл. 2).

Таблица 2  
Количество студентов с разным уровнем жизнестойкости и ее компонентов, %

| Жизнестойкость и компоненты |                      | Уровень жизнестойкости |         |        |
|-----------------------------|----------------------|------------------------|---------|--------|
|                             |                      | Высокий                | Средний | Низкий |
| 1                           | Общая жизнестойкость | 35                     | 34      | 30     |
| 2                           | Вовлеченность        | 25                     | 24      | 51     |
| 3                           | Контроль             | 45                     | 22      | 33     |
| 4                           | Принятие риска       | 59                     | 25      | 16     |

По общему показателю жизнестойкости студенты распределились в процентном отношении приблизительно поровну: у 35 % студентов – высокий уровень выраженности, у 34 % – средний, у 30 % – низкий. Однако при анализе распределения студентов по уровням выраженности компонентов жизнестойкости результаты не были так однозначны. По шкале «Вовлеченность» более чем у половины студентов (51 %) выявлен низкий уровень выраженности этого компонента. Вероятно, это объясняется не только индивидуальными особенностями студентов, но и социальными условиями их жизни в столице. Предполагаем, что у первокурсников еще не сформировалась способность к широкому социальному сотрудничеству с другими людьми, к реалистическому восприятию действительности.

По шкале «Контроль» почти половина участников исследования (45 %) демонстрирует высокий уровень. Можно предположить, что это связано с успешной адаптацией студентов-первокурсников к новым условиям: новой социальной роли и новой деятельности. Они способны использовать имеющиеся у них ресурсы для выбора той или иной стратегии взаимодействия. Однако треть участников исследования (33 %) обнаружили низкий уровень проявления данного компонента, что может свидетельствовать об испытываемом ими чувстве беспомощности при встрече с новыми трудностями.

Более чем у половины студентов (59 %) выявлен высокий уровень по компоненту «Принятие риска», что свидетельствует об убежденности в ценности и положительного, и отрицательного жизненного опыта, который становится ресурсом личностного развития. Это может быть связано с возрастом участников исследования, с желанием многое попробовать, их открытость возможностям. Студентов с низким уровнем по данной шкале всего 16 %.

Выявленные в ходе исследования данные о низком уровне

вовлеченности у 51 % студентов и высоком уровне принятия риска у 59 % студентов согласуются с высказываниями авторов методики о том, что «вовлеченность и принятие риска как компоненты жизнестойкости отражают в корне противоположные установки».

Основные результаты по опроснику переживания одиночества представлены в табл. 3.

Таблица 3

| Шкала                         | Уровни, % |         |        |
|-------------------------------|-----------|---------|--------|
|                               | Высокий   | Средний | Низкий |
| Общее переживание одиночества | 10        | 47      | 43     |
| Зависимость от общения        | 51        | 39      | 10     |
| Позитивное одиночество        | 59        | 39      | 2      |

10 % студентов переживают одиночество как изоляцию, им не хватает близкого общения с другими людьми, существующие контакты поверхностны и формальны. Респонденты осознают себя одиночками, у них отсутствуют навыки открытого общения, умение устанавливать контакты. Мы считаем, что такая оценка собственного одиночества прежде всего связана с определенным отношением к своему окружению и опытом взаимодействия с ним. Такое переживание может стать источником серьезных психологических проблем и нарушений [9]. Актуальное ощущение одиночества препятствует адаптации к условиям обучения в университете.

47 % участников исследования имеют средний уровень по данной шкале. Скорее всего, эти студенты сталкиваются с переживанием одиночества в критические периоды, когда возникают трудности в учебной деятельности или общении. Как видим, более 50 % обучающихся периодически или постоянно болезненно переживают одиночество, что может осложнять многие аспекты их жизни. 43 % не испытывают нехватку близости или общения и не считают себя одиночками.

51 % респондентов демонстрируют высокий уровень зависимости от общения, 39 % – средний. В юношеском возрасте увеличивается потребность в сотрудничестве с людьми и укрепляются связи со своей социальной группой. Современные студенты боятся быть изолированными, оторванными, ненужными, непонятыми, склонны искать общение любой ценой. Интернет во многом помогает им избегать переживания одиночества и отчуждения. 10 % отражают спокойное отношение к ситуациям уединения и одиноким людям.

Безусловно, общение является формой существования и проявления человеческой сущности; общение – важнейшая жизненная потребность человека, условие его благополучного индивидуального существования, но вместе с тем одиночество также является одним из условий человеческой жизни, человеческим опытом, который помогает индивиду сохранять, развивать и углублять свою человечность. Эти две

потребности дополняют друг друга. Только 2 % первокурсников испытывают сильный дискомфорт, оставаясь один на один с самим собой. 59 % студентов способны находить ресурс в уединении, использовать его для самопознания и саморазвития. У 39 % средние показатели по шкале «Позитивное одиночество». Можно сделать вывод о том, что большинство участников исследования умеют ценить ситуации уединения, используют это время для творчества, внутреннего диалога.

Таким образом, проведенный анализ показал, что студенты в основном не видят проблемы в одиночестве, не склонны к болезненному его переживанию, спокойно относятся к вынужденной изоляции. Можно утверждать, что юноши и девушки переживают положительные эмоции, оставаясь в уединении, обращают внимание на позитивные аспекты одиночества, рассматривают его как потенциал для самопознания и саморазвития. Статистически значимых различий в переживании одиночества между юношами и девушками не выявлено, что согласуется с литературными данными [7].

Далее нами проводилось изучение взаимосвязи между результатами измерений (табл. 4).

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа показателей личностных характеристик в исследуемой выборке (по Спирмену)

|                      | Переживание одиночества | Зависимость от общения | Позитивное одиночество |
|----------------------|-------------------------|------------------------|------------------------|
| Вовлеченность        | <b>-,676**</b>          | ,130                   | -,236                  |
| Контроль             | <b>-,533**</b>          | -,060                  | -,149                  |
| Принятие риска       | <b>-,495**</b>          | -,070                  | -,055                  |
| Жизнестойкость общая | <b>-,646**</b>          | ,030                   | -,177                  |

\*\* – корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонняя);

\* – корреляция значима на уровне 0,05 (двусторонняя).

Выявлены значимые обратные связи между показателем «Переживание одиночества» и показателями «Общая жизнестойкость», «Вовлеченность», «Контроль», «Принятие риска». Это свидетельствует о том, что жизнестойкость позволяет человеку противостоять сложным жизненным ситуациям, в том числе и в общении, а переживание одиночества связано, напротив, с наличием трудностей в установлении близких отношений контактов с людьми, с негативным ощущением изолированности и осознанием себя человеком, покинутым всеми. Вовлеченность как компонент жизнестойкости предполагает активное участие человека в происходящих событиях, получение удовольствия от своей деятельности и общения. Отсутствие же вовлеченности порождает у человека ощущение себя как бы вне жизни, ведет к возникновению чувства одиночества. Ощущение одиночества не дает человеку возможности почувствовать себя способным что-то изменить в жизни, то есть, находясь в изоляции, трудно контролировать ситуацию, влиять на

результат происходящего, брать на себя ответственность. Выраженное переживание изоляции лишает человека возможности рисковать, а следовательно, приобретать новый опыт – в частности, и опыт отношений.

Значимых корреляций показателей по тесту жизнестойкости с показателями «Зависимость от общения» и «Позитивное одиночество» не обнаружено.

Проведенное исследование показало, что в исследуемой выборке выраженность общего показателя жизнестойкости определяется неодинаковым вкладом каждого из компонентов этого личностного образования. Респонденты демонстрируют низкий уровень вовлеченности, высокий уровень контроля и высокий уровень принятия риска. Студенты тем самым обнаруживают неспособность к широкому социальному сотрудничеству с другими людьми, оторванность от реалий жизни, но при этом для них характерна убежденность в собственных способностях объективно оценивать свои потенциальные возможности и влиять на происходящее, а также убежденность в том, что все, что с ними происходит, является уникальным жизненным опытом и становится ресурсом их личностного развития. Полученные результаты согласуются с особенностями исследуемой выборки: возрастом, социальным статусом, социально-психологическими эффектами жизни в мегаполисе. Изучение и анализ жизнестойкости студентов позволяют рассматривать ее как внутренний ресурс, необычайно востребованный в неблагоприятных ситуациях современной жизни.

Выраженность переживания чувства одиночества в данной выборке была представлена в основном на уровнях средней и низкой степени выраженности. Только 10 % студентов испытывают нехватку полноценного доверительного общения по причине отсутствия, нарушения или разрыва социальных связей. Мы установили, что наличие тенденции к негативному переживанию одиночества характерно для юношей и девушек, которые не доверяют себе, не верят в свои силы, не уверены в привлекательности своей личности для других, обладают высоким уровнем неудовлетворенности собой. Юноши и девушки с позитивным отношением к себе, принимающие себя как личность, имеющую равную ценность с другими, не испытывают болезненного переживания одиночества. Таким образом, принятие одиночества напрямую связано с положительным отношением к себе, а неприятие – с отрицательным.

Как видим, переживание одиночества снижает способность контролировать события своей жизни, формирует пассивную жизненную позицию. Для юношей и девушек с высоким уровнем переживания одиночества характерны неуверенность в себе, беспокойство, нерешительность при возникающих затруднениях, страх допустить ошибку. Студентам с низким уровнем переживания одиночества присуща определенная автономность, независимость, самодостаточность, преобладают самостоятельные принятия решений и

действия в одиночку. Таким образом, одиночество препятствует вхождению личности в широкий контекст социальных отношений и тем самым является детерминантой деформированного развития личности.

В заключение отметим возможность использования полученных результатов преподавателями, работниками психологических служб в работе со студентами, молодежью.

### **Список литературы**

1. Боязитова И.В., Эркенова М.М. Личностный потенциал как основа жизнестойкости в студенческом возрасте // *Russian J. of Education and Psychology*. 2018. V. 9. № 12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnyu-potentsial-kak-osnova-zhiznestoykosti-v-studencheskom-vovraste> (дата обращения: 22.08.2020).
2. Камю А. Бунтующий человек / пер. с фр.; общ. ред., сост. предисл. и примеч. А. Руткевича. М.: Терра – Книжный клуб; Республика, 1999. 415 с.
3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала. М.: Смысл, 2011. 680 с.
4. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с. URL: [https://www.aksp.ru/work/activity/nac\\_strateg/resurs\\_centra/files/soln\\_testgizn.pdf](https://www.aksp.ru/work/activity/nac_strateg/resurs_centra/files/soln_testgizn.pdf) (дата обращения: 21.08.2020).
5. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Дифференциальный опросник переживания одиночества: структура и свойства // *Психология. Журн. Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10. № 1. С. 55–81. URL: [https://psy-journal.hse.ru/data/2013/10/31/1283223356/Osin\\_Leontiev\\_10-01pp55-81.pdf](https://psy-journal.hse.ru/data/2013/10/31/1283223356/Osin_Leontiev_10-01pp55-81.pdf) (дата обращения: 23.08.2020).
6. Селезнева Е.В., Галлере И. Психологический портрет современной молодежи: культурно-инвариантные характеристики // *Вестн. Моск. гос. обл. ун-та (e-journal)*. 2019. № 2. С. 141–155. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskij-portret-sovremennoy-molodezhi-kulturno-invariantnye-harakteristiki/viewer/> (дата обращения: 09.09.2020).
7. Ami Rokach (2018) The Effect of Gender and Culture on Loneliness: A Mini Review. *Emerging Science J.*, V. 2. № 2. URL: <https://www.semanticscholar.org/paper/The-Effect-of-Gender-and-Culture-on-Loneliness%3A-A.Rokach/46a0472e57ec999527b7c81e5f5380225da11b> (дата обращения: 07.09.2020).
8. Antonovsky A. *Health, Stress and Coping*. San Francisco: Jossey-Bass, 1979. URL: <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1480370> (дата обращения: 23.03.2020).
9. Beutel M.E., Klein E.M., Brähler E, Reiner, I., Jünger C., Michal M., Wiltink J., Wild P.S. Münzel T.M., Lackner K.J. & Tibubos A.N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17:97. URL: <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-017-1262-x> (дата обращения: 02.09.2020).
10. Maddi S. Hardiness: An Operationalization of existential Courage // *J. of Humanistic Psychology*. 2004. V. 44, № 3. Pp. 279–298. URL: [https://www.researchgate.net/publication/247719255\\_Hardiness\\_An\\_Operationalization\\_of\\_Existential\\_Courage](https://www.researchgate.net/publication/247719255_Hardiness_An_Operationalization_of_Existential_Courage) (дата обращения: 23.08.2020).
11. Owens J. and Sirois F. 2019. Review of the impact of loneliness and social isolation on health and well-being and whether people who experience loneliness/social isolation have higher use of public services. Cardiff: Welsh

Government, GSR report number 46. URL: <https://gov.wales/loneliness-and-use-public-services-literature-review> (дата обращения: 02.09.2020).

*Об авторах:*

ГУБИНА Елена Владимировна – кандидат психологических наук, доцент, ведущий научный сотрудник научно-исследовательского отдела библиографии ФГБУ «Российская государственная библиотека», (119019, Москва, ул. Воздвиженка, 1), e-mail: GubinaEV@rsl.ru

КОМАРОВА Оксана Николаевна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психолого-педагогических и театральные дисциплин АНО ВО «Московский информационно-технологический университет – Московский архитектурно-строительный институт», (109316, Москва, Волгоградский пр., 32, к. 11, стр. 1), e-mail: okomarova2009@yandex.ru

РАССКАЗОВА Алла Львовна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и практической психологии ГАОУ ВО города Москвы «Московский городской педагогический университет» (129226, Москва, 2-й Сельскохозяйственный пр-д, 4, корп. 1), e-mail: allarasskazova@mail.ru

ТЕМНОВА Елена Владимировна – кандидат филологических наук, старший преподаватель кафедры английского языка №2 ФГАОУ ВО «Московский государственный институт международных отношений (университет) МИД РФ», (119454, Москва, пр-т Вернадского, 76), e-mail: elena.temnova@gmail.com

## **PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF SUCCESS UNDER THREAT AND PRESSURE FROM THE ENVIRONMENT**

**E.V. Gubina<sup>1</sup>, O.N. Komarova<sup>2</sup>, A.L. Rasskazova<sup>3</sup>, E.V. Temnova<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Russian State Library, Moscow

<sup>2</sup>Moscow Information and Technology University – Moscow Architecture and Construction Institute, Moscow

<sup>3</sup>Moscow City Teacher Training University, Moscow

<sup>4</sup>MGIMO University, Moscow

The paper dwells upon searching for meaningful resources of the personality in difficult life situations and analyses the notion of hardiness in the philosophical and psychological aspect regarding the existential model of personal fulfillment (M. Heidegger, A. Camus, E. Fromm, V. Frankl) and focusing on the modern interpretation of «hardiness» (S. Maddy, A. Antonovsky). The paper presents the results of the empirical research that scope the analysis of hardiness and its components, and also the characteristics of loneliness experience, with a particular focus on the relationship between them. 147 students of Moscow universities took part in the study. The data collection was carried out using a survey method based on Hardiness Test by D. Leontiev & E. Rasskazova, and Multidimensional Inventory of Loneliness Experience by E. Osin & D. Leontiev. The results were processed using the SPSS Version program. The results obtained can be used in teaching and in psychological support for students and representatives of the youth.

**Keywords:** *life's challenges; today's students, hardiness; loneliness experience.*