

Научная статья  
УДК 159.9.07  
doi: 10.35750/2071-8284-2023-3-196-208

**Наталья Александровна Семенова**  
кандидат психологических наук, доцент  
<https://orcid.org/0000-0003-0687-0472>, [natalya\\_deeva@bk.ru](mailto:natalya_deeva@bk.ru)

*Краснодарский университет МВД России  
Российская Федерация, 350005, Краснодар, ул. Ярославская, д. 128*

## **Жизненная успешность, диспозиционный оптимизм и резилентность молодёжи с различным характером учебно-профессиональной деятельности**

**Аннотация: Введение.** Статья содержит теоретические и эмпирические данные изучения взаимосвязи компонентов жизненной успешности, диспозиционного оптимизма и резилентности.

Актуальность научной проблемы заключается в поиске и обосновании комплекса личностных ресурсов, которые бы позволяли личности наиболее конструктивно жить в современном мире.

Новизна исследования заключается в выявлении взаимосвязей таких ресурсов личности, как диспозиционный оптимизм и резилентность с метаресурсом жизненной успешности.

**Методологическими основаниями** метаресурсной концепции жизненной успешности являются принципы регулятивного, субъектного и ресурсного подходов. Жизненная успешность как метаресурс личности является психологическим регулятивом, обеспечивающим рефлексивное соотнесение личности целей с предполагаемыми и достигнутыми результатами личной активности исходя из собственного ценностно-смыслового пространства и складывающихся социокультурных условий посредством таких компонентов, как рефлексивные механизмы, качества личности и переживания.

**Цель исследования:** изучить выраженность и взаимосвязи жизненной успешности, диспозиционного оптимизма и резилентности как ресурсов, необходимых для конструктивной жизни молодёжи в современном мире (на примере курсантов и студентов образовательных организаций высшего образования).

**Методы.** В исследовании приняли участие 460 респондентов в возрасте от 18 до 23 лет, из них 346 курсантов образовательных организаций МВД России (231 мужчина и 115 женщин) и 114 студентов гражданских университетов (41 мужчина и 73 женщины). Были применены исследовательские методики, направленные на выявление личностных ресурсов: «Жизненная успешность» (Н. А. Деева), «Краткая шкала резилентности (Brief Resilience Scale, BRS)» в адаптации В. И. Марковой, Л. А. Александровой, А. А. Золотарева; Тест диспозиционного оптимизма (ТДО-П) (LOT-R М. Шейера, Ч. Карвера и М. Бриджеса) в адаптации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина. Сбор данных происходил посредством опроса с использованием Google Forms.

**Результаты.** Личностные ресурсы выражены на уровне среднестатистической возрастной нормы, имеют большое количество взаимосвязей и дифференцированы в зависимости от пола и характера учебно-профессиональной деятельности; в выборке курсантов наблюдается наиболее благоприятная картина; мужская студенческая выборка показала наиболее неблагоприятную картину связанную с низкой выраженностью всех показателей, меньшим количеством значимых взаимосвязей между ними и несоответствием реальной картины и субъективной оценки собственной успешности; резилентность и диспозиционный оптимизм не связаны с эмоциональными переживаниями жизненной успешности.

**Ключевые слова:** жизненная успешность, диспозиционный оптимизм, резилентность, метаресурсы, личностные ресурсы

**Для цитирования:** Семенова Н. А. Жизненная успешность, диспозиционный оптимизм и резилентность молодёжи с различным характером учебно-профессиональной деятельности // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2023. – № 3 (99). – С. 196–208; doi: 10.35750/2071-8284-2023-3-196-208.

Natalya A. Semenova

Cand. Sci. (Psy.), Docent

<https://orcid.org/0000-0003-0687-0472>, [natalya\\_deeva@bk.ru](mailto:natalya_deeva@bk.ru)

Krasnodar University of the MIA of Russia

128, Yaroslavskaya str., Krasnodar, 350005, Russian Federation

## Life successfulness, dispositional optimism and resilience as personal resources of modern youth with a different nature of educational and professional activities

**Abstract: Introduction.** The article contains theoretical and empirical data on the study of the relationship between the components of success in life, dispositional optimism and resilience.

The relevance of the scientific problem lies in the search and justification of a complex of personal resources that would allow the individual to live most constructively in the modern world.

The novelty of the study lies in identifying the relationship of such personality resources as dispositional optimism and resilience with the meta-resource of success in life.

**The methodological foundations** of the meta-resource concept of success in life are the principles of regulatory, subjective and resource approaches. Success in life as a meta-resource of a personality is a psychological regulator that provides a reflexive correlation by a personality of goals with the expected and achieved results of personal activity based on their own value-semantic and emerging socio-cultural conditions through such components as reflexive mechanisms, personality qualities and experiences.

**The purpose of the study:** to study the severity and interrelationships of success in life, dispositional optimism and resilience as resources necessary for the constructive life of young people in the modern world (on the example of cadets and students of educational institutions of higher education).

**Methods.** The study involved 460 respondents aged 18 to 23, including 346 cadets of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia (231 men and 115 women) and 114 students of civil universities (41 men and 73 women). Research methods aimed at identifying personal resources were applied: "Life success" (N. A. Deeva), "Brief Resilience Scale (BRS)" adapted by V. I. Markova, L. A. Aleksandrova, A. A. Zolotareva; Dispositional optimism test (DOT-P) (LOT-R by M. Scheyer, C. Carver and M. Bridges) adapted by T. O. Gordeeva, O. A. Sycheva, E. N. Data collection was carried out through a survey using Google forms.

**Results.** Personal resources are expressed at the level of the average age norm, have a large number of relationships and are differentiated depending on gender and the nature of educational and professional activities; in the sample of cadets, the most favorable picture is observed; the male student sample showed the most unfavorable picture associated with the low severity of all indicators, fewer significant relationships between them and the discrepancy between the real picture and the subjective assessment of one's own success; resilience and dispositional optimism are not associated with emotional experiences of success in life.

**Keywords:** life successfulness, dispositional optimism, resilience, metaresources, personal resources

**For citation:** Semenova N. A. Life successfulness, dispositional optimism and resilience as personal resources of modern youth with a different nature of educational and professional activities // Vestnik of St. Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia. – 2023. – № 3 (99). – P. 196–208; doi: 10.35750/2071-8284-2023-3-196-208.

### Введение

Несмотря на то что проблемное поле изучения личностных ресурсов уже достаточно давно очерчено психологической наукой, актуальность их исследования только возрастает. Одним из наиболее востребованных направлений является поиск и систематизация таких ресурсов личности, которые бы позволяли полноценно жить в условиях современной реальности с присущими ей новыми вызовами. С позиций ресурсного подхода возможно обращение к конструктивному началу личности и поиску её сильных сторон. «Психологические ресурсы могут играть буферную роль в отношении уязвимости к негативным психологическим по-

следствиям ... и помогать находить позитивные возможности» [25, с. 274].

Такие характеристики современной реальности, как неопределённость, изменчивость, неоднозначность, нелинейность и т. п., уже становятся для нас привычными. В психологической науке используется акроним BANI-мир, предложенный Jaisais Cascio. В этой ситуации цивилизацию характеризуют: хрупкость (Brittle), беспокойство (Anxious), нелинейность (Nonlinear), непостижимость (Incomprehensible) [27, с. 59]. В таком мире личности требуются ресурсы, помогающие, с одной стороны, сохранить себя и свой внутренний мир, а с другой – эффективно взаимодействовать с реальностью, учитывая её крайнюю нестабильность.

Важным моментом является и то, что сам BANI-мир может являться внешним (средовым) ресурсом для развития и становления личности. В этом случае современная реальность становится неким объективом видения и структурирования происходящего в мире, новым способом осмысления и оценки меняющейся реальности и способов реагирования на неё. Как отмечает Дж. Кашио, для каждой характеристики современного мира существует определённая возможность реагирования, которая позволяет использовать данные характеристики как ресурс. Однако личность может это обнаружить только в том случае, когда у неё есть собственные внутренние ресурсы. Например, в исследованиях центра Ipsos<sup>1</sup> выявлены основные личностные характеристики россиян, которые позволят им наиболее эффективно преодолевать ситуации неоднозначности и хрупкости. Особое место среди таких характеристик занимает позитивное мышление<sup>2</sup>. В исследованиях других авторов отмечается, что в мире хрупкости людям необходимы осознанность и здоровье, как физическое, так и ментальное, устойчивость (баланс между возникающими рисками и возможностями) [13].

На наш взгляд, у личности должны быть сформированы ресурсы, носящие интегративный характер, представляющие собой некое «ядро» в системе ресурсов, обеспечивающих конструктивную жизнь в современном мире. Исходя из данных теоретического анализа и эмпирических исследований, к таким ресурсам целесообразно отнести жизненную успешность личности, диспозиционный оптимизм и резилентность. Ядерная роль данных ресурсов проявляется в способности человека обнаружить координаты собственной жизненной успешности, умении ставить и реализовывать цели на основании истинных ценностей и принципов, при этом иметь обобщённые позитивные ожидания относительно будущего и уметь быстро восстанавливаться после негативных воздействий.

Особую значимость данные ресурсы имеют для современной молодёжи, в частности, студенческого возраста, когда происходит освоение профессиональной деятельности и вхождение во «взрослый мир». В этот период происходит построение проекта жизни, перспективы проходят проверку на прочность, формируется мировоззрение, возникает структура принципов, определяющих отношение к будущему и способы реагирования на вызовы. Личность озабочена поиском себя через освоение социальных ролей с учётом собственных профессиональных

возможностей. На этом фоне современную молодёжь особо интересуют вопросы успешности, проблемы видения будущего, возможности психологического восстановления после воздействия негативных факторов.

Проблематика жизненной успешности затрагивается в ведущих направлениях психологической науки. Одним из наиболее выразительных примеров в данном случае является позитивная психология, где успешность личности рассматривается с позиции её ресурсного потенциала и во взаимосвязи с подлинностью целевых ориентиров, долговременностью успеха [34]. В рамках субъектно-деятельностной парадигмы проблематика, связанная с жизненной успешностью, прослеживается во взаимосвязи с такими категориями, как жизненная стратегия, осознанность, целенаправленность, самореализация и т. п., что подчёркивает её взаимосвязь с странством жизни и саморегуляцией. В последних исследованиях наращивается значимость темы жизненной успешности [4; 7; 22 и др.]. Успешность понимается как интегративное психологическое образование [5], связанное с различными личностными ресурсами, влияющими на продуктивность жизни и профессиональной деятельности [8; 12; 18; 28; 34 и др.].

Личностные ресурсы представляют собой иерархичную систему, в которой метаресурсы занимают высший уровень и являются интегративными психологическими образованиями, обеспечивающими наиболее эффективное разрешение противоречий, возникающих у личности как субъекта за счёт трансформации и преобразования ценностно-смысловой сферы личности в процессе саморегуляции [9]. Метаресурсы обеспечивают эффективность системы «психического управления поведением и развитием личности», показывают, «в какой мере личности удалось освоить управление своими внутренними и внешними ресурсами для целей максимальной самореализации» [16, с. 10]. Феномен жизненной успешности представляет собой метаресурс такого рода, который встроен с системой саморегуляции и выполняет акцепторную функцию, а именно, функцию предвидения и оценки результатов действия с учётом обозначенных личностью критериев успеха [2; 14; 17]. Успех является неотъемлемой частью жизни личности, так как позволяет понять ей границы своего существования. Успешность же выполняет регулятивную функцию для определения координат и проектирования данных границ. Таким образом, личность создаёт для себя индивидуальный проект успеха, и чем более гармонично сформирован метаресурс жизненной успешности, тем более эффективно личность будет реализовывать свои потенциалы, находить свой путь. В результате проведённого теоретического анализа и серии эмпирических исследований мы пришли к пониманию жизненной успешности личности как метаресурса в системе саморегуляции, осуществляющего функцию рефлексивного соотношения превосхищаемых и уже достигнутых целей и результатов субъектной активно-

<sup>1</sup> Исследовательская компания, которая проводит маркетинговые исследования по широкому спектру методологий, а также занимается разработкой собственных программных продуктов для автоматизации работы с большими базами данных [Электронный ресурс] // Ipsos : сайт. – URL : <https://www.ipsos.com/> (дата обращения: 03.02.2023).

<sup>2</sup> Новиченкова М. Культурный профиль россиян. Путь от мира VUCA к миру BANI – 2022 [Электронный ресурс] // YouTube : сайт. – URL : <https://www.youtube.com/watch?v=D5UvK4iBKvA> (дата обращения: 03.02.2023).

сти в пространстве ценностно-смыслового поля личности с учётом складывающихся социокультурных условий. Структурно-функционально-жизненная успешность включает в себя взаимосвязь следующих механизмов, свойств и состояний: 1) рефлексивные механизмы; 2) интегральные свойства личности; 3) эмоциональные переживания, связанные с успешностью [9].

Рефлексивные механизмы жизненной успешности функционируют на уровне целей, ценностей и смыслов. Функционирование рефлексивно-технологического механизма обеспечивает процесс сопоставления, анализа и прогнозирования целей и результатов, выбор оптимальных путей достижения цели. Рефлексивно-аксиологический механизм обеспечивает конструирование взаимодействия личности с социальной реальностью, исходя из ценностных оснований, понимания значимости собственной деятельности. Рефлексивно-онтологический механизм раскрывается в рефлексии жизненного опыта и в освоении усвоенных жизненных принципов и зависит от степени осмысленности и реалистичности данных принципов.

Как интегральное свойство личности жизненная успешность включает в себя совокупность комплексов субъектных качеств, которые образуются в зависимости от контекста «цель–ценность–смысл»: инструментальные качества, направленность на успех и жизненная позиция личности. Инструментальные качества обуславливают когнитивно-поведенческие и волевые возможности личности в постановке и достижении целей. К таким качествам относятся: умение формулировать цели, прогнозировать ход событий, видеть происходящее со стороны, гибкость мышления, развитое воображение, гибкость поведения, сила воли, целеустремлённость, настойчивость, дисциплинированность. Комплекс качеств, характеризующих направленность личности на успех, обуславливает способность личности расставлять ценностные приоритеты, изменять ценностные стереотипы, соизмерять ценность собственного успеха с общественными нормами, находить баланс между эгоизмом и альтруизмом, увлечённостью процессом и желанием получить результат. Совокупность данных качеств представлена: мотивацией достижения успеха; оптимальной склонностью к риску; потребностью в саморазвитии; увлечённостью деятельностью; лидерскими качествами; умением работать в команде; социальным интересом. Совокупность качеств, характеризующих жизненную диспозицию по отношению к успешности, проявляется в особенностях осмысления реальности, создании и выборе стратегий жизнедеятельности с опорой на экзистенциальные ценности и смыслы, жизненные принципы. К таким качествам относятся оптимистичность, реалистичность, принципиальность, жизнестойкость, внутренняя свобода, уверенность в себе, активная позиция, ответственность, совесть.

Функционирование метаресурса жизненной успешности сопровождается определёнными эмоциональными переживаниями также в поле

«цель–ценность–смысл». В целевом контексте успешности функционирование рефлексивно-технологического механизма во взаимосвязи с инструментальными качествами сопровождается возникновением чувств, которые можно охарактеризовать как практические (деятельностные): удовлетворённость и увлечённость процессом деятельности, усталость от деятельности, удовлетворённость результатом деятельности и связанные с этим более яркие эмоции (восторг, радость и т. п.). Ценностный контекст жизненной успешности, в котором разворачивается рефлексивно-аксиологический механизм во взаимосвязи с направленностью личности, характеризуется проявлением эмоциональных переживаний, связанных с морально-нравственной проблематикой: чувство собственного достоинства, чувство значимости своей деятельности (профессии), гордость, любовь, альтруистические чувства, чувство патриотизма, долга. На уровне контекста смыслов, где функционирует рефлексивно-онтологический механизм и разворачиваются основные диспозиции жизнедеятельности личности, возникают бытийные переживания: переживание наполненности, осмысленности и значимости своей жизни, пиковые экзистенциальные переживания.

Таким образом, жизненная успешность как сложная характеристика личности интегрирует в себе специфические механизмы свойства и состояния, которые работают в контекстах «цель–ценность–смысл» и выполняют роль настройки всех личностных ресурсов для наиболее конструктивной жизни личности.

Жизненная успешность как метаресурс личности, вероятно, связана с такими образованиями, как оптимизм и резилентность.

В современной психологии признаны две измеряемые модели оптимизма: как атрибутивного стиля [32; 35] и как диспозиционного оптимизма [26; 33]. В последних исследованиях отечественной психологии усиленное внимание уделяется диспозиционному оптимизму, выражающему генерализованное отношение человека к жизни. Оптимизм в данном случае выступает устойчивой личностной чертой, выражающей обобщённое отношение человека к жизни посредством веры в то, что его ожидает больше хороших событий [8; 10; 21].

Достаточно лёгкая измеримость данного феномена позволила выявить его разнообразные взаимосвязи с позитивными личностными образованиями. Установлено, что оптимизм имеет устойчивые взаимосвязи с физическим здоровьем, психологическим благополучием, успешностью деятельности [8]. Обнаружены устойчивые положительные взаимосвязи диспозиционного оптимизма с проактивным поведением [20], с успешностью профессиональных спортсменов [11], с надеждой, способностью находить пути решения проблем и удовлетворённостью качеством жизни человека [3], способностью адаптироваться, уверенностью в себе [23]. В зарубежных исследованиях, посвящённых молодому возрасту, также определяются

положительные взаимосвязи оптимизма с уровнем стрессоустойчивости [31], физическим здоровьем и благополучием [24], глубокой верой в преобразующую силу упорного труда [29]. При этом выявлено наличие отрицательной взаимосвязи с депрессивными симптомами и эпизодами у молодого населения [36], а непосредственно в ситуации пандемии молодые люди с низким уровнем диспозиционного оптимизма менее стрессоустойчивы и обладают сниженным психологическим благополучием [30].

Взаимосвязь оптимизма и резилентности также отмечается в исследованиях. Люди с выраженной резилентностью обладают устойчивой верой в свои способности эффективно справляться с жизненными трудностями.

Термин резилентность (от лат. *resilire* – «прыгнуть обратно») заимствован психологией из физики и означает способность физического тела к восстановлению первоначальной после деформации [1]. В большинстве современных исследований понимание резилентности опирается на взгляды Э. Вернера и Р. Смита, которые определяют её как «процесс успешной адаптации в неблагоприятных условиях, или способность быстрого восстановления после травмы, трагической ситуации, негативных воздействий или угрозы» [37, с. 24]. В исследованиях отечественных авторов резилентность чаще определяется как интегративная способность, которая включает в себя две обязательных составляющих: с одной стороны, это устойчивость и преодоление, с другой – быстрое и продуктивное восстановление личности [1; 6; 19]. В таком понимании резилентность – это не только жизнестойкость личности, но и её жизнеспособность [19]. Так, автор концепции жизнестойкости С. Мадди считает, что жизнестойкость и жизнеспособность имеют принципиальные различия, хотя и проявляются во взаимосвязи. Если жизнестойкость человека предполагает умение выстоять перед стрессорами, то жизнеспособность даёт человеку возможность восстановиться после стрессов [15]. Сущностными характеристиками резилентности являются положительные личностные качества, позитивная устойчивая мотивация и успешная адаптация в сложных жизненных условиях; сопротивление разрушению, эффективная защита собственной личности при сильном давлении окружающей среды; построение полноценной, социально адаптированной жизни в трудных условиях.

Таким образом, диспозиционный оптимизм и резилентность в совокупности дают личности некую опору в виде способности преодолевать трудности и при этом не терять своей сути, устремляться в будущее и верить в то, что трудности будут преодолимы. Для современного мира с его «новой нормальностью» это является крайне важным, так как позволяет человеку очерчивать горизонты взаимодействия с миром, проектировать и прогнозировать свою жизнь, находить координаты собственной успешности. При этом жизненная успешность как метаре-

курс, вероятно, будет включать данные феномены в собственную систему ресурсов.

Проведённый анализ позволил сформулировать проблему исследования, которая заключается в эмпирической проверке характера взаимосвязей жизненной успешности, резилентности и диспозиционного оптимизма в молодом возрасте в зависимости от специфики учебно-профессиональной деятельности. Решение данной проблемы позволит определить сильные стороны и проблемные моменты, учёт которых в учебно-воспитательном процессе и рамках психологического сопровождения будет способствовать профессионально-личностному становлению.

**Цель исследования:** изучить выраженность и взаимосвязи жизненной успешности, диспозиционного оптимизма и резилентности.

**Задачи исследования:** изучить выраженность показателей исследуемых ресурсов в зависимости от пола и специфики учебно-профессиональной деятельности; выявить взаимосвязи между показателями и обосновать их с позиций ресурсного подхода; определить конструктивные характеристики данной системы ресурсов, а также проблемные зоны.

#### **Методы**

Исследовательская выборка составила 460 респондентов в возрасте от 18 до 23 лет, из них 252 мужчины и 208 женщин. Выборка состояла из 346 курсантов образовательных организаций МВД России (231 мужчина и 115 женщин) и 114 студентов гражданских университетов (41 мужчина и 73 женщины). По большинству показателей в выборке были установлены значимые различия в показателях по переменным пола и принадлежности к образовательной организации.

Целесообразность выбора исследовательских методик определялась поставленной проблемой, удобством в применении, надёжностью и валидностью. Сбор данных происходил посредством опроса с использованием Google Forms.

Авторская методика «Жизненная успешность» направлена на измерение показателей компонентов жизненной успешности: механизмов, качеств и переживаний, а также обобщённую оценку собственной жизненной успешности [9].

«Краткая шкала резилентности (Brief Resilience Scale, BRS)» в адаптации В. И. Марковой, Л. А. Александровой, А. А. Золотаревой направлена на измерение показателя выраженности резилентности [1].

Тест диспозиционного оптимизма (ТДО-П) (LOT-R М. Шейера, Ч. Карвера и М. Бриджеса) в адаптации Т.О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина направлен на измерение показателя выраженности диспозиционного оптимизма [8].

Обработка эмпирических данных осуществлялась с использованием пакета программ SPSS 25.0 и Excel, были применены методы описательной статистики, критерий Краскала-Уоллиса для

независимых выборок, проведён корреляционный анализ по критерию Пирсона.

**Результаты**

Большинство показателей имеют значимые различия по полу и принадлежности к образовательным организациям (находящимся в ведом-

стве МВД России и гражданских университетов), значения критерия Краскала-Уоллиса колеблются в пределах 9342 – 44707 при  $p \geq 0,05$ . Не имеют значимых различий следующие показатели: инструментальные качества, практические и бытийные переживания; диспозиционный оптимизм.

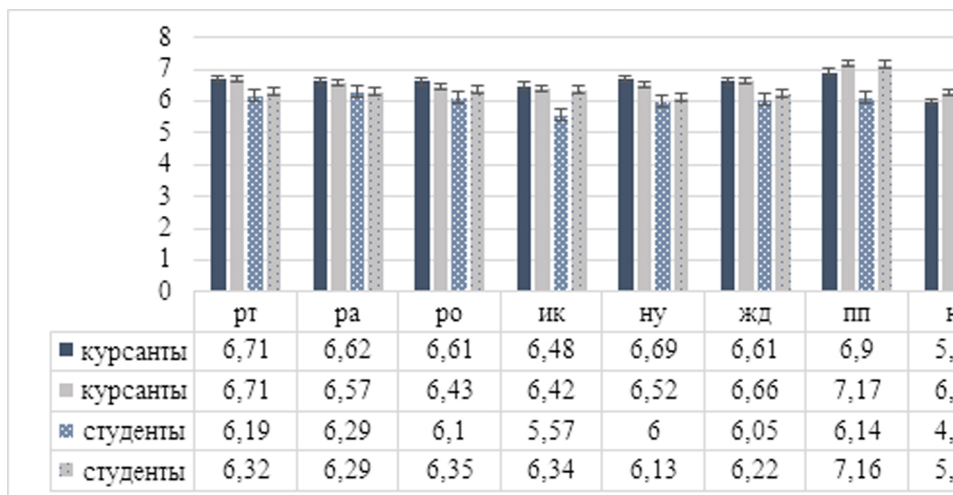


Рис 1. Выраженность показателей компонентов жизненной успешности, где

рт – рефлексивно-технологический механизм; ра – рефлексивно-аксиологический механизм; ро – рефлексивно-онтологический механизм; ик – инструментальные качества; ну – направленность на успех; жд – жизненная диспозиция; нп – нравственные переживания; бп – бытийные переживания.

Показатели компонентов жизненной успешности в целом близки к среднестатистическим по данному возрасту и в большей степени выражены в выборке курсантов (как юношей, так и девушек) по сравнению со студенческой выборкой (рис.1). Для всех выборок характерна наименьшая выраженность показателей нравственных и бытийных переживаний, при этом практические пережи-

вания выражены достаточно хорошо. В мужской выборке студентов показатели жизненной успешности значительно ниже по сравнению с другими выборками, при этом самое низкое значение имеет показатель нравственных переживаний (4,81 балла). В женской выборке как курсантов, так и студентов наиболее выраженными являются практические переживания (7,17 баллов).

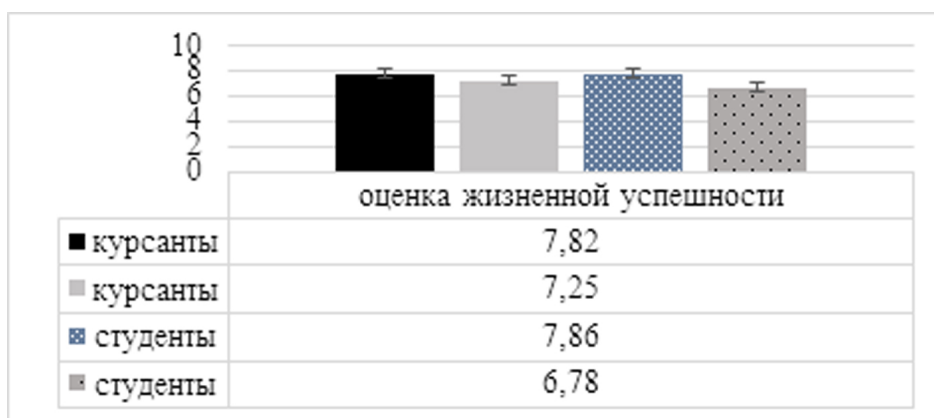


Рис. 2. Выраженность показателей субъективной оценки собственной жизненной успешности

Значения показателя собственной жизненной успешности были получены при её субъективной оценке респондентами по десятибалльной шкале. Полученные данные значимо различаются во всех выборках (зна-

чение критерия Краскала-Уоллиса 25,813, при  $p \geq 0,05$ ). Наиболее выражены показатели оценки жизненной успешности в мужских выборках курсантов и студентов (7,82 б. и 7,86 б. соответственно).

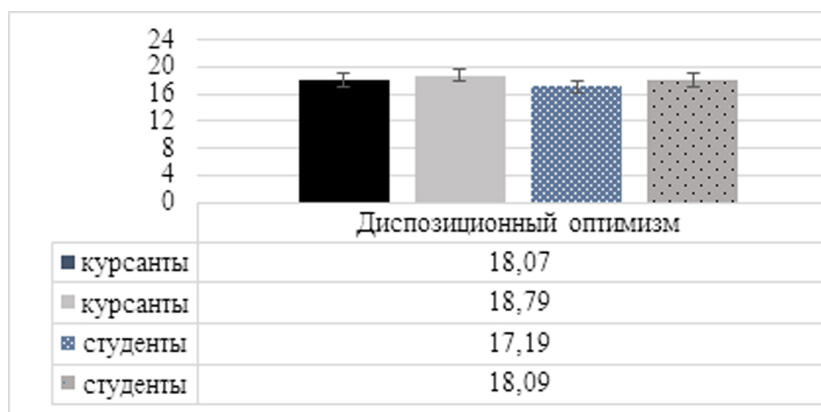


Рис. 3. Выраженность показателей диспозиционного оптимизма

Показатели диспозиционного оптимизма не имеют значимых различий и выражены в преде-

лах среднестатистической нормы свойственной данному возрасту.

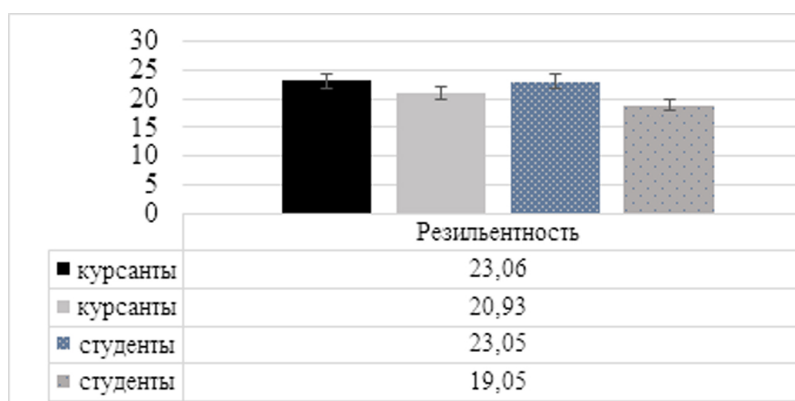


Рис. 4. Выраженность показателей резилентности

Показатели резилентности значимо различаются во всех выборках (значение критерия Краскала–Уоллиса 44,707, при  $p \geq 0,05$ ). В наибольшей степени показатель резилентности вы-

ражен в мужской выборке курсантов и студентов 23,06 б. и 23,05 б. соответственно). Наименьшая выраженность переменной присуща девушкам студенческой выборки 19,05 б.).

Таблица 1

**Взаимосвязь измеряемых показателей в выборке курсантов мужского пола**

	рт	ра	ро	нк	ну	жд	пп	нп	бп	ожу	опт	рез
рт	1											
ра	,934**	1										
ро	,929**	,898**	1									
нк	,835**	,819**	,841**	1								
ну	,923**	,903**	,904**	,821**	1							
жд	,913**	,892**	,921**	,835**	,931**	1						
пп	,878**	,873**	,828**	,836**	,878**	,857**	1					
нп	,619**	,619**	,606**	,573**	,638**	,678**	,645**	1				
бп	,652**	,647**	,606**	,618**	,685**	,662**	,715**	,832**	1			
ожу	,317**	,296**	,352**	,312**	,331**	,346**	,243**	,217**	,196**	1		
опт	,447**	,451**	,418**	,426**	,444**	,406**	,463**	,175**	,237**	,204**	1	
рез	,374**	,375**	,381**	,374**	,410**	,377**	,405**	,158*	,167*	,249**	,656**	1

Примечания для таблиц 1 – 4: \* $p \geq 0,05$ ; \*\* $p \geq 0,01$ ; рт – рефлексивно-технологический механизм; ра – рефлексивно-аксиологический механизм; ро – рефлексивно-онтологический механизм; ик – инструментальные качества;

ну – направленность на успех; жд – жизненная диспозиция; нп – нравственные переживания; бп – бытийные переживания; ожу – оценка собственной жизненной успешности; опт – диспозиционный оптимизм; рез – резилентность.

Таблица 2

**Взаимосвязь измеряемых показателей в выборке курсантов женского пола**

	рт	ра	ро	ик	ну	жд	пп	нп	бп	ожу	опт	рез
рт	1											
ра	,833**	1										
ро	,778**	,774**	1									
ик	,641**	,620**	,662**	1								
ну	,767**	,712**	,711**	,624**	1							
жд	,808**	,783**	,793**	,689**	,860**	1						
пп	,782**	,732**	,696**	,614**	,772**	,776**	1					
нп	,504**	,518**	,507**	,414**	,505**	,528**	,542**	1				
бп	,507**	,459**	,476**	,493**	,544**	,587**	,579**	,795**	1			
ожу	,205*	,353**	,270**	,207*	,203*	,282**	0,130	0,114	0,086	1		
опт	,400**	,458**	,371**	,296**	,449**	,486**	,503**	,185*	0,156	,306**	1	
рез	,284**	,252**	,294**	,219*	,388**	,392**	,283**	-0,052	0,022	,359**	,506**	1

Таблица 3

**Взаимосвязь измеряемых показателей в выборке студентов мужского пола**

	рт	ра	ро	ик	ну	жд	пп	нп	бп	ожу	опт	рез
рт	1											
ра	,977**	1										
ро	,951**	,938**	1									
ик	,710**	,736**	,668**	1								
ну	,897**	,915**	,812**	,614**	1							
жд	,954**	,979**	,906**	,720**	,894**	1						
пп	,939**	,966**	,904**	,794**	,841**	,972**	1					
нп	,641**	,645**	,641**	,657**	,637**	,591**	,557**	1				
бп	,686**	,688**	,688**	,481*	,683**	,644**	,670**	,718**	1			
ожу	0,387	0,385	0,322	0,257	,495*	0,418	0,376	0,112	0,241	1		
опт	,495*	,530*	0,376	,581**	,579**	,546*	,540*	0,243	0,208	,536*	1	
рез	,616**	,608**	,520*	,460*	,688**	,627**	,617**	0,149	0,350	,636**	,708**	1

Таблица 4

**Взаимосвязь измеряемых показателей в выборке студентов женского пола**

	рт	ра	ро	ик	ну	жд	пп	нп	бп	ожу	опт	рез
рт	1											
ра	,716**	1										
ро	,762**	,707**	1									
ик	,771**	,702**	,807**	1								
ну	,649**	,653**	,755**	,743**	1							
жд	,732**	,763**	,796**	,757**	,809**	1						
пп	,658**	,650**	,694**	,674**	,683**	,707**	1					
нп	,379**	,423**	,497**	,484**	,565**	,609**	,593**	1				
бп	,489**	,607**	,575**	,585**	,675**	,681**	,645**	,676**	1			
ожу	,261*	,319**	,274**	,327**	,453**	,490**	0,176	0,136	,235*	1		
опт	,301**	,246*	,299**	,287**	,440**	,443**	,425**	,257*	,250*	,351**	1	
рез	,338**	,303**	,329**	,279**	,316**	,339**	0,067	-0,018	0,173	,282**	,413**	1

Проведённый корреляционный анализ показал, что во всех выборках респондентов имеется большое количество значимых положительных взаимосвязей. В мужской выборке

курсантов все измеряемые показатели значимо взаимосвязаны (табл. 1). В женской выборке курсантов отсутствуют значимые взаимосвязи переживаний как компонента жизненной успеш-



ности с субъективной оценкой собственной жизненной успешности; оптимизма и бытийных переживаний; резилентности с нравственными и бытийными переживаниями (табл. 2).

Наибольшее количество незначимых корреляций наблюдается в мужской выборке студентов (табл. 3). Отсутствуют взаимосвязи оценки собственной жизненной успешности с основными компонентами жизненной успешности как метаресурса. Диспозиционный оптимизм не связан с рефлексивно-онтологическим механизмом, нравственными и бытийными переживаниями; резилентность не связана с нравственными и бытийными переживаниями. В женской студенческой выборке резилентность и оценка собственной жизненной успешности также не связана с переживаниями (табл. 4).

### Обсуждение

Анализ полученных данных позволил выявить особенности выраженности компонентов жизненной успешности, диспозиционного оптимизма и резилентности, а также их взаимосвязей в исследуемых выборках курсантов и студентов с учётом их половой принадлежности.

Наибольшая выраженность практически всех показателей жизненной успешности в выборке курсантов как мужского, так и женского пола говорит о более активном функционировании данного метаресурса по сравнению со студентами. Курсанты умеют более эффективно ставить и достигать цели, выстраивать взаимодействие с социумом, они в большей степени понимают ценность и значение выполняемой ими деятельности, в этом им помогают сформированные комплексы качеств личности. Это также подтверждают данные, полученные при проведении корреляционного анализа.

При этом внутри выборки студентов по половому признаку наблюдается то, что у мужчин показатели жизненной успешности выражены в меньшей степени, чем у женщин. Соответственно, метаресурс жизненной успешности у студентов функционирует более активно.

Настораживают данные, полученные в мужской выборке студентов, где некоторые показатели ниже среднестатистических (инструментальные качества, нравственные и бытийные переживания). Можно предположить, что студентам, учувствовавшим в исследовании, сложно даётся поиск координат собственной успешности, осознание ценностей и смыслов деятельности, у них есть недостаток сформированности личностных качеств и переживаний, которые обеспечивают функционирование данного механизма. Отметим, что в исследовательскую выборку были включены студенты мужского пола, обучающиеся на социально-гуманитарных направлениях.

Интересно, что наиболее высоко собственную жизненную успешность оценивают мужчины в выборке курсантов и выборке студентов. При этом высокая оценка собственной жизненной успешности у курсантов соотносится с высокими показателями компонентов метаресурса.

У студентов наблюдается иная картина: наличие высоких показателей оценки собственной жизненной успешности присутствует наряду с наиболее низкими показателями компонентов метаресурса. Это может свидетельствовать о расхождении субъективных представлений о своей успешности и реальном её функционировании.

Показатели диспозиционного оптимизма во всех выборках выражены равномерно на уровне среднестатистической нормы и свидетельствуют, что молодым людям свойственно по большей части положительное отношение к будущему, они склонны верить, что в будущем их ждёт больше хороших событий, чем плохих. Следовательно, диспозиционный оптимизм как ресурс личности достаточно актуализирован.

Резилентность как способность восстанавливаться после трудностей в большей степени свойственна мужчинам – как курсантам, так и студентам. Меньшая выраженность резилентности у студентов характеризует их как более ранимых, и менее устойчивых по сравнению с мужской выборкой, а также с выборкой курсанток. Возможно, это связано с культурными нормами, особенностями воспитания юношей и девушек.

В исследуемых выборках достаточно хорошо сформирован метаресурс жизненной успешности. Это подтверждается результатами корреляционного анализа с множеством значимых взаимосвязей. Также показатели жизненной успешности имеют значимые положительные взаимосвязи с диспозиционным оптимизмом и резилентностью, что отчасти подтверждает предположение об интеграции ресурсов, обеспечивающих конструктивную жизнь в современном мире. Соответственно, умение рефлексивно соотносить предвосхищаемые и достигнутые цели и результаты субъектной активности в соответствии с программой действий в пространстве ценностно-смыслового поля личности с учётом складывающихся социокультурных условий на основе выборов и решений связано с положительным отношением к будущему и способностью быстро восстанавливаться после трудных событий.

Различия выборок по корреляционному анализу определяются отсутствием взаимосвязей между некоторыми показателями. Наиболее неблагоприятная картина опять-таки наблюдается в мужской студенческой выборке. Отсутствие взаимосвязи оценки собственной жизненной успешности с основными компонентами жизненной успешности как метаресурса подтверждает высказанное выше предположение о расхождении субъективных представлений о своей успешности и реальном её функционировании. Отсутствие связей диспозиционного оптимизма с рефлексивно-онтологическим механизмом говорит о том, что он не осмысливается как жизненный принцип. Возможно, студенты не в полной мере понимают значение оптимистических взглядов для наиболее успешной жизни.

Интересным фактом является отсутствие взаимосвязей диспозиционного оптимизма

и резилентности с нравственными и бытийными переживаниями жизненной успешности. Это можно объяснить тем, что данного рода переживания являются сложными для респондентов, а вера в хорошее и способность восстанавливаться не рассматриваются с позиций нравственности и экзистенции, что может говорить о некоторой поверхностности данных ресурсов. Например, способность к восстановлению вне нравственного контекста может быть недостаточно эффективной.

Отметим, что похожая картина с переживаниями наблюдается и в женских выборках курсантов и студентов, где наряду с этим нет связей переживаний с собственной оценкой жизненной успешности. Однако в выборке студенток оптимизм имеет взаимосвязи с переживаниями, соответственно, он наиболее значим как ресурс и встроен в их личностный опыт.

### **Заключение**

В результате анализа эмпирических данных были выявлены следующие особенности в исследуемой выборке.

1. В целом жизненная успешность, диспозиционный оптимизм и резилентность выражены на уровне среднестатистической возрастной нормы, имеют большое количество взаимосвязей.

2. Значимые различия большинства показателей в исследуемых выборках свидетель-

ствуют о дифференциации данных ресурсов в зависимости от пола и характера учебно-профессиональной деятельности.

3. Наиболее неблагоприятная картина получена в студенческой выборке мужского пола: более низкая выраженность всех показателей жизненной успешности, большее количество незначимых корреляций, расхождения реальной картины и субъективной оценки собственной успешности. Данный факт требует более пристального изучения в расширенной выборке (различные направления обучения, регионы проживания и т. п.).

4. При этом в выборке курсантов как мужского, так и женского пола наблюдается наиболее благоприятная картина, что характеризует респондентов как людей, умеющих ставить подлинные цели и достигать их, понимать значимость своей деятельности, осмысливать собственные принципы, находить субъективные координаты жизненной успешности, с оптимизмом смотреть в будущее и способных быстро восстанавливаться после воздействия стрессовых факторов

5. Факт отсутствия либо малого количества значимых корреляций переживаний как компонента метаресурса жизненной успешности с оптимизмом и резилентностью в выборке студентов, а также в женской выборке курсантов свидетельствует о недостаточной включенности данных ресурсов в опыт респондентов и понимании их значимости.

### **Список литературы**

1. Александрова Л. А., Золотарева А. А., Маркова В. И. Русскоязычная версия краткой шкалы резилентности: психометрический анализ на примере выборок студентов, многодетных родителей и родителей детей с инвалидностью // Национальный психологический журнал. – 2022. – № 1. – С. 65–75. DOI: 10.11621/nprj.2022.0106.
2. Анохин П. К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем / Принципы системной организации функций. – Москва: Наука, 1973. – С. 5–61.
3. Барышева Е. И. Оптимистический / пессимистический локус отношения как отражение субъективного жизненного пространства личности // Человек. Наука. Социум. – 2021. – № 3 (7). – С. 57–78.
4. Батурин Н. А. Успех и неудача: теория, исследование, практика : монография. – Челябинск: Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет), 2018. – 144 с.
5. Батурина Н. В., Черняева Ю. Е. Отношение успеха, жизненной успешности и личностного благополучия // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2018. – № 4. – Т. 11. – С. 18–23.
6. Валиева Ф. И. Индивидуально-личностные предпосылки резильентного поведения // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени К. Л. Хетагурова. – 2016. – № 4. – С. 97–101.
7. Гельфонд М. Л., Мищук О. Н., Мирошина Е. Ю. Успех как ценность: опыт количественного анализа (на материалах Тульской области) // Вестник Тульского филиала Финуниверситета. – 2020. – № 1. – С. 330–333.
8. Гордеева Т. О., Сычев О. А., Осин Е. Н. Диагностика диспозиционного оптимизма, валидность и надежность опросника ТДО-П // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2021. – Т. 18. – № 1. – С. 34–55. DOI:10.17323/1813-8918-2021-1-34-55.
9. Деева Н. А. Методика «Жизненная успешность»: структура и валидизация // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2022. – Т. 19. – № 3. – С. 494–520. DOI: 10.17323/1813-8918-2022-3-494-520.
10. Джидарьян И. А. Оптимизм: проблемы теории и методов изучения // Психологический журнал. – 2013. – Т. 34. – № 1. – С. 25–35.
11. Дробышева К. А. Личностные регуляторы формирования диспозиционного оптимизма спортсменов разной квалификации // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2019. – Т. 21. – С. 93–97.

12. *Ерофеева В. Г.* Особенности личных нарративов о достижениях в зависимости от настойчивости // Психологические исследования. – 2021. – Т. 14. – № 75 [Электронный ресурс] // Психологические исследования : сайт. – URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/150> (дата обращения: 28.04.2023). DOI: 10.54359/ps.v14i75.150.
13. *Жарикова А. В., Александрова А. А.* Человеческий капитал как ресурс поддержания устойчивости общества в эпоху турбулентности: трансформация трактовки понятия // Современные вопросы устойчивого развития общества в эпоху трансформационных процессов : сборник материалов III Международной научно-практической конференции, Москва, 11 ноября 2022 года. – Москва: Общество с ограниченной ответственностью «Издательство АЛЕФ», 2022. – С. 104–108. DOI: 10.34755/IROK.2022.36.83.039.
14. *Конопкин О. А.* Структурно-функциональный и содержательно-психологический аспекты осознанной саморегуляции // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2005. – № 1. – Т. 2. – С. 27–42.
15. *Мадди С. Р.* Теории личности: сравнительный анализ / пер. с англ. – Санкт-Петербург: Речь, 2002. – 539 с.
16. *Марков В. Н.* Ресурсный подход к психологической диагностике: основные принципы // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2010. – № (4). – С. 5–10.
17. *Моросанова В. И.* Психология осознанной саморегуляции: от истоков к современным исследованиям // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2022. – Т. 15. – № 3. – С. 57–83. DOI: 10.24412/2073-0861-2022-3-57-82.
18. *Реан А. А., Ставцев А. А., Кузьмин Р. Г.* Сильные стороны личности в модели VIA как медиатор психологического благополучия личности в профессиональной деятельности // Национальный психологический журнал. – 2022. – № 2 (46). – С. 25–34. DOI:10.11621/npj.2022.0203.
19. *Селиванова О. А., Быстрова Н. В., Дереча И. И., Мамонтова Т. С., Панфилова О. В.* Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы // Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – № 3 [Электронный ресурс] // Журнал «Мир науки. Педагогика и психология» : сайт. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf> (дата обращения: 28.04.2023).
20. *Филатова О. А., Ушакова А. А.* Диспозиционный оптимизм в структуре проактивного со- владания (на примере периода ранней взрослости) // Психология развития и образования. – 2022. – № 1. – С. 19–22.
21. *Циринг Д., Эвнина К.* Вопросы диагностики оптимизма и пессимизма в контексте теории диспозиционного оптимизма // Психологические исследования. – 2013. – № 6 (31) [Электронный ресурс] // Психологические исследования : сайт. – URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/674> (дата обращения: 28.04.2023). DOI: 10.54359/ps.v6i31.674.
22. *Шабунова А. А., Доброхлеб В. Г., Медведева Е. И., Крошилин С. В., Сухоцка Л., Шухатович В. Р., Леонидова Г. В., Молчанова Е. В.* Успешность современного человека: теоретико-методологические аспекты исследования // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2019. – № 6. – Т. 12. – С. 27–50. DOI: 10.15838/esc.2019.6.66.2.
23. *Шумкова А. А.* Оптимизм в структуре пятифакторной модели черт личности / В. С. Мерлин и современная психология: наука, образование, практика : материалы Всероссийской научно-практической конференции, Пермь, 15–16 мая 2015 года. – Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2015. – С. 39–41.
24. *Amoha Bajaj M. S., Caitlin A. Bronson M. S., Matthew Habel B. A., Saif Rahman B. A., Holly R. Weisberg M. A., Richard J. Contrada.* Dispositional Optimism and Cardiovascular Reactivity // Accompanying Anger and Sadness in Young Adults, *Annals of Behavioral Medicine*. – 2019. – № 53 (5). – P. 466–475. DOI: 10.1093/abm/kay058.
25. *Bokhan T. G., Galazhinsky E. V., Leontiev D. A., Rasskazova E. I., Terekhina O. V., Ulyanich A. L., Shabalovskaya M. V., Bogomaz S. A., Vidyakina T. A.* Covid-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behavior // *Psychology Journal of the Higher School of Economics*. – 2021. – Т. 18. – № 2. – P. 259–275. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-2-259-275.
26. *Carver C. S., Scheier M. F.* Optimism. *Handbook of Positive psychology*. – Oxford University Press, 2002. – 829 p.
27. *Cascio J.* A educação em um mundo cada vez mais caótico // *Boletim Técnico do Senac*. – 2021. – № 47 (1). – P. 101–105.
28. *Duckworth A., Gross J. J.* Self-control and grit: related but separable determinants of success // *Current Directions in Psychological Science*. – 2014. – Vol. 23(5). – P. 319–325. DOI: 10.1177/0963721414541462.
29. *Franceschelli M., Keating A.* Imagining the Future in the Neoliberal Era: Young People's Optimism and Their Faith in Hard Work // *YOUNG*. – 2018. – № 26 (4). – P. 1–17. DOI:10.1177/1103308817742287.
30. *Genc E., Arslan G.* Optimism and Dispositional hope to promote college students subjective well-being in the context of the COVID-19 pandemic // *Journal of Positive School Psychology*. – 2021. – Том 5. – № 2. – P. 87–96. DOI:10.47602/jpsp.v5i2.255.
31. *Moliner R. Gómez, Zayas A., Ruiz-Gonzalez P., Rocio G.* Optimism and resilience among university students // *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. – 2018. – № 1 (1). – P. 147–154. DOI: 10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1179.

32. Peterson C., Tracy A. Steen. Optimistic explanatory style // In book: Handbook of positive psychology. – Oxford University Press, 2002. – P. 244–256 DOI:10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0029.
33. Scheier M. F., Carver C. S. Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies // Health Psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association. – 1985. – № 4 (3). – P. 219–247.
34. Seligman Martin E. P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. – New York: NY: Free Press, 2011. – 349 p.
35. Seligman Martin E. P., Abramson L. Y., Semmel A., Von Baeyer C. Depressive attributional style // Journal of Abnormal Psychology. – 1979. – № 88 (3). – P. 242–247. DOI:10.1037/0021-843X.88.3.242.
36. Uribe F.A.R., de Oliveira S.B., Junior A.G. et al. Association between the dispositional optimism and depression in young people: a systematic review and meta-analysis // Psicol. Refl. Crit. – 2021. – № 34 (1) : 37. DOI:10.1186/s41155-021-00202-y.
37. Werner E. E., Smith R. S. Vulnerable but invincible. – New York: McGraw-Hill, 1982. – 229 p.

### References

1. Aleksandrova L. A., Zolotareva A. A., Markova V. I. Russkoyazychnaya versiya kratkoy shkaly rezilientnosti: psikhometricheskoy analiz na primere vyborok studentov, mnogodetnykh roditeley i roditeley detey s invalidnost'yu // Natsional'nyy psikhologicheskoy zhurnal. – 2022. – № 1. – S. 65–75. DOI: 10.11621/npj.2022.0106.
2. Anokhin P. K. Printsipial'nyye voprosy obshchey teorii funktsional'nykh sistem / Printsipy sistemnoy organizatsii funktsiy. – Moskva: Nauka, 1973. – S. 5–61.
3. Barysheva Ye. I. Optimisticheskoy / pessimisticheskoy lokus otnosheniya kak otrazheniye sub'yektivnogo zhiznennogo prostranstva lichnosti // Chelovek. Nauka. Sotsium. – 2021. – № 3 (7). – S. 57–78.
4. Baturin N. A. Uspekh i neudacha: teoriya, issledovaniye, praktika : monografiya. – Chelyabinsk: Yuzhno-Ural'skiy gosudarstvennyy universitet (natsional'nyy issledovatel'skiy universitet), 2018. – 144 s.
5. Baturina N. V., Chernyayeva Yu. Ye. Otnosheniye uspekha, zhiznennoy uspehnosti i lichnostnogo blagopoluchiya // Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya. – 2018. – № 4. – T. 11. – S. 18–23.
6. Valiyeva F. I. Individual'no-lichnostnyye predposylki rezil'yentnogo povedeniya // Vestnik Severo-Osetinskogo gosudarstvennogo universiteta imeni K. L. Khetagurova. – 2016. – № 4. – S. 97–101.
7. Gel'fond M. L., Mishchuk O. N., Mirosheva Ye. Yu. Uspekh kak tsennost': opyt kolichestvennogo analiza (na materialakh Tul'skoy oblasti) // Vestnik Tul'skogo filiala Finuniversiteta. – 2020. – № 1. – S. 330–333.
8. Gordeyeva T. O., Sychev O. A., Osin Ye. N. Diagnostika dispozitsionnogo optimizma, validnost' i nadezhnost' oprosnika TDO-P // Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki. – 2021. – T. 18. – № 1. – S. 34–55. DOI:10.17323/1813-8918-2021-1-34-55.
9. Deyeva N. A. Metodika «Zhiznennaya uspehnost'»: struktura i validizatsiya // Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki. – 2022. – T. 19. – № 3. – S. 494–520. DOI: 10.17323/1813-8918-2022-3-494-520.
10. Dzhidar'yan I. A. Optimizm: problemy teorii i metodov izucheniya // Psikhologicheskoy zhurnal. – 2013. – T. 34. – № 1. – S. 25–35.
11. Drobysheva K. A. Lichnostnyye regulatory formirovaniya dispozitsionnogo optimizma sportsmenov raznoy kvalifikatsii // Aktual'nyye voprosy fizicheskoy kul'tury i sporta. – 2019. – T. 21. – S. 93–97.
12. Yerofeyeva V. G. Osobennosti lichnykh narrativov o dostizheniyakh v zavisimosti ot nastoychivosti // Psikhologicheskoye issledovaniya. – 2021. – T. 14. – № 75 [Elektronnyy resurs] // Psikhologicheskoye issledovaniya : sayt. – URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/150> (data obrashcheniya: 28.04.2023). DOI: 10.54359/ps.v14i75.150.
13. Zharikova A. V., Aleksandrova A. A. Chelovecheskiy kapital kak resurs podderzhaniya ustoychivosti obshchestva v epokhu turbulentnosti: transformatsiya traktovki ponyatiya // Sovremennyye voprosy ustoychivosti razvitiya obshchestva v epokhu transformatsionnykh protsessov : sbornik materialov III Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, Moskva, 11 noyabrya 2022 goda. – Moskva: Obshchestvo s ogranichennoy otvetstvennost'yu «Izdatel'stvo ALEF», 2022. – S. 104–108. DOI: 10.34755/IROK.2022.36.83.039.
14. Konopkin O. A. Strukturno-funktsional'nyy i sodержatel'no-psikhologicheskoy aspekty osoznannoy samoregulyatsii // Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki. – 2005. – № 1. – T. 2. – S. 27–42.
15. Maddi S. R. Teorii lichnosti: sravnitel'nyy analiz / per. s angl. – Sankt-Peterburg: Rech', 2002. – 539 s.
16. Markov V. N. Resursnyy podkhod k psikhologicheskoy diagnostike: osnovnyye printsipy // Vestnik Rossiyskogo universiteta druzhby narodov. Seriya: Psikhologiya i pedagogika. – 2010. – № (4). – S. 5–10.
17. Morosanova V. I. Psikhologiya osoznannoy samoregulyatsii: ot istokov k sovremennym issledovaniyam // Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya. – 2022. – T. 15. – № 3. – S. 57–83. DOI: 10.24412/2073-0861-2022-3-57-82.
18. Rean A. A., Stavtsev A. A., Kuz'min R. G. Sil'nyye storony lichnosti v modeli VIA kak mediator psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti v professional'noy deyatel'nosti // Natsional'nyy psikhologicheskoy zhurnal. – 2022. – № 2 (46). – S. 25–34. DOI:10.11621/npj.2022.0203.
19. Selivanova O. A., Bystrova N. V., Derecha I. I., Mamontova T. S., Panfilova O. V. Izucheniye fenomena rezil'yentnosti: problemy i perspektivy // Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya. – 2020. – № 3 [Elektronnyy resurs] // Zhurnal «Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya» : sayt. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pd> (data obrashcheniya: 28.04.2023).

20. *Filatova O. A., Ushakova A. A.* Dispozitsionnyy optimizm v strukture proaktivnogo sovladaniya (na primere perioda ranney vzroslosti) // *Psikhologiya razvitiya i obrazovaniya*. – 2022. – № 1. – S. 19–22.
21. *Tsiring D., Evnina K.* Voprosy diagnostiki optimizma i pessimizma v kontekste teorii dispozitsionnogo optimizma // *Psikhologicheskiye issledovaniya*. – 2013. – № 6 (31) [Elektronnyy resurs] // *Psikhologicheskiye issledovaniya* : sayt. – URL: <https://psystudy.ru/index.php/num/article/view/674> (data obrashcheniya: 28.04.2023). DOI: 10.54359/ps.v6i31.674.
22. *Shabunova A. A., Dobrokhleb V. G., Medvedeva Ye. I., Kroshilin S. V., Sukhotska L., Shukhatovich V. R., Leonidova G. V., Molchanova Ye. V.* Uspeshnost' sovremennogo cheloveka: teoretiko-metodologicheskiye aspekty issledovaniya // *Ekonomicheskkiye i sotsial'nyye peremeny: fakty, tendentsii, prognoz*. – 2019. – № 6. – T. 12. – S. 27–50. DOI: 10.15838/esc.2019.6.66.2.
23. *Shumkova A. A.* Optimizm v strukture pyatifaktornoy modeli chert lichnosti / V. S. Merlin i sovremennaya psikhologiya: nauka, obrazovaniye, praktika : materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, Perm', 15–16 maya 2015 goda. – Perm': Permskiy gosudarstvennyy gumanitarno-pedagogicheskiy universitet, 2015. – S. 39–41.
24. *Amoha Bajaj M. S., Caitlin A. Bronson M. S., Matthew Habel B. A., Saif Rahman B. A., Holly R. Weisberg M. A., Richard J.* Contrada Dispositional Optimism and Cardiovascular Reactivity // *Accompanying Anger and Sadness in Young Adults*, *Annals of Behavioral Medicine*. – 2019. – № 53 (5). – R. 466–475. DOI: 10.1093/abm/kay058.
25. *Bokhan T. G., Galazhinsky E. V., Leontiev D. A., Rasskazova E. I., Terekhina O. V., Ulyanich A. L., Shabalovskaya M. V., Bogomaz S. A., Vidyakina T. A.* Covid-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behavior // *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*. – 2021. – T. 18. – № 2. – P. 259–275. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-2-259-275.
26. *Carver C. S., Scheier M. F.* Optimism. *Handbook of Positive psychology*. – Oxford University Press, 2002. – 829 r.
27. *Cascio J.* A educação em um mundo cada vez mais caótico // *Boletim Técnico do Senac*. – 2021. – № 47 (1). – R. 101–105.
28. *Duckworth A., Gross J. J.* Self-control and grit: related but separable determinants of success // *Current Directions in Psychological Science*. – 2014. – Vol. 23(5). – R. 319–325. DOI: 10.1177/0963721414541462.
29. *Franceschelli M., Keating A.* Imagining the Future in the Neoliberal Era: Young People's Optimism and Their Faith in Hard Work // *Young*. – 2018. – № 26 (4). – R. 1–17. DOI:10.1177/1103308817742287.
30. *Gench E., Arslan G.* Optimizm i dispozitsional'naya nadezhda dlya sodeystviya sub'yektivnomu blagopoluchiyu studentov v usloviyakh pandemii COVID-19 // *Zhurnal pozitivnoy shkol'noy psikhologii*. – 2021. – Tom 5. – № 2. – R. 87–96. DOI: 10.47602/jpsp.v5i2.255.
31. *Molinero R. Gomes, Zayas A., Ruis-Gonsales P., Rosio G.* Optimizm i ustoychivost' sredi studentov vuzov // *Mezhdunarodnyy zhurnal psikhologii razvitiya i obrazovaniya*. – 2018. – № 1 (1). – R. 147–154. DOI: 10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1179.
32. *Peterson S., Treysi A. Stin.* Optimisticheskyy ob'yasnitel'nyy stil' // V kn.: *Spravochnik po pozitivnoy psikhologii*. – Izdatel'stvo Oksfordskogo universiteta, 2002. – S. 244–256 DOI: 10.1093/oxford/hb/9780195187243.013.0029.
33. *Scheier M. F., Carver C. S.* Optimizm, preodoleniye trudnostey i zdorov'ye: otsenka i posledstviya obobshchennykh ozhidayemykh rezul'tatov // *Psikhologiya zdorov'ya: Ofitsial'nyy zhurnal Otdeleniya psikhologii zdorov'ya Amerikanskoy psikhologicheskoy assotsiatsii*. – 1985. – № 4 (3). – R. 219–247.
34. *Seligman Martin E. P.* *Flourish: dal'novidnoye novoye ponimaniye schast'ya i blagopoluchiya*. – N'yu-York: N'yu-York: Free Press, 2011. – 349 s.
35. *Seligman Martin E. P., Abramson L. Yu., Zemmel' A., Fon Bayyer K.* Depressivnyy atributivnyy stil' // *Zhurnal anomal'noy psikhologii*. – 1979. – № 88 (3). – R. 242–247. DOI: 10.1037/0021-843X.88.3.242.
36. *Uribe F.A.R., de Oliveyra S.B., Dzhunior A.G. i dr.* Assotsiatsiya dispozitsionnogo optimizma i depressii u molodykh lyudey: sistematicheskyy obzor i metaanaliz // *Psikol. Refl. krit.* – 2021. – № 34 (1):37. DOI: 10.1186/s41155-021-00202-y.
37. *Verner E. E., Smit R. S.* *Uyazvimyye, no nepobedimyye*. – N'yu-York: McGraw-Hill, 1982. – 229 s.

Статья поступила в редакцию 31.03.2023; одобрена после рецензирования 04.04.2023; принята к публикации 26.06.2023.

The article was submitted March 31, 2023; approved after reviewing April 04, 2023; accepted for publication June 26, 2023.