

DOI: 10.12731/2658-4034-2025-16-4-794

EDN: SKDFUZ

УДК 159.9



Научная статья | Общая психология, психология личности, история психологии

МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ПОДРОСТКОВ

К.А. Виноградова

Аннотация

Обоснование. Исследование жизнестойкости подростков является приоритетным направлением современной педагогической психологии. Автором обоснована модель психологических условий развития жизнестойкости подростков и приведена описательная характеристика связи психологических условий развития жизнестойкости подростков со структурными компонентами жизнестойкости подростков.

Цель – создание модели психологических условий развития жизнестойкости подростков и её описание.

Материалы и методы. В основе исследования лежит метод изучения литературных источников; анализ и синтез эмпирических материалов. Теоретико-методологической основой исследования составляет совокупность подходов к обеспечению развития жизнестойкости подростков, а также общеметодологические принципы: принцип детерминизма, принцип развития.

Результаты. Проведён теоретический анализ научной литературы по теме исследования. Описаны уровни развития структурных компонентов жизнестойкости подростков. Обоснована предлагаемая модель психологических условий развития жизнестойкости подростков, включающая внешние психологические условия (образовательные, семейные, социальные условия) и внутренние психологические условия (эмоционально-волевой, ценностно-мотивационный и когнитивно-деятельностный компоненты). Каждое условие содержательно охарактеризовано. Представлена описательная характеристика связи внешних и внутренних психологических условий развития жизнестойкости под-

ростков со структурными компонентами жизнестойкости подростков. Результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности специалистов образовательных организаций.

Ключевые слова: психологические условия; модель психологических условий; жизнестойкость; развитие жизнестойкости; жизнестойкость подростков

Для цитирования. Виноградова, К. А. (2025). Модель психологических условий развития жизнестойкости подростков. *Russian Journal of Education and Psychology*, 16(4), 412–428. <https://doi.org/10.12731/2658-4034-2025-16-4-794>

Original article | General Psychology, Personality Psychology, History of Psychology

A MODEL OF PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF THE DEVELOPMENT OF HARDINESS OF ADOLESCENT

K.A. Vinogradova

Abstract

Background. The study of the hardiness of adolescent is a priority area of modern educational psychology. The author substantiates a model of the psychological conditions for the development of the hardiness of adolescent and provides a descriptive characteristic of the relationship between the external and internal psychological conditions of the development of the hardiness of adolescent and the structural components of adolescent hardiness.

Purpose. The purpose is creation of a model of psychological conditions of the development of hardiness of adolescent and its description.

Materials and methods. The research is based on the study of literary sources; analysis and synthesis of empirical materials. The theoretical and methodological basis of the research is a set of approaches to ensuring the development of adolescent hardiness, as well as general methodological principles: the principle of determinism, the principle of development.

Results. A theoretical analysis of the scientific literature on the research topic has been carried out. The levels of development of the structural com-

ponents of adolescent hardiness are described. The proposed model of psychological conditions for the development of hardiness in adolescent has been substantiated, including external psychological conditions (educational, family, social conditions) and internal psychological conditions (emotional-volitional, value-motivational, and cognitive-activity components). Each condition is meaningfully characterized. A descriptive characteristic of the relationship between the external and internal psychological conditions of the development of the hardiness of adolescent with the structural components of adolescent hardiness is presented. The results of the research can be used in the practical activities of specialists in educational organizations.

Keywords: psychological conditions; model of psychological conditions; hardiness; development of hardiness; hardiness of adolescent

For citation. Vinogradova, K. A. (2025). A model of psychological conditions of the development of hardiness of adolescent. *Russian Journal of Education and Psychology*, 16(4), 412–428. <https://doi.org/10.12731/2658-4034-2025-16-4-794>

Введение

В монографии «Тест жизнестойкости» Д.А. Леонтьев и Е.И. Рассказова говорят о концепции жизнестойкости (hardiness), разработанной С. Мадди в рамках поиска личностных характеристик, позволяющих эффективно справляться со стрессом и трудными жизненными ситуациями. Жизнестойкость представляет собой особую структуру личностных установок и навыков, которая дает возможность трансформировать неблагоприятные жизненные изменения в потенциальные возможности для личностного роста и развития [7].

В отечественной психологии, несмотря на отсутствие единой теоретической парадигмы, согласно исследованию А.Н. Фоминовой, выделяются три основных направления понимания жизнестойкости: как ресурсного потенциала личности (Е.И. Рассказова, С.И. Кудинов, М.В. Логинова и др.), как интегрального психологического свойства (Т.В. Наливайко, Р.В. Овчарова и др.) и как способности к социально-психологической адаптации (Е.Н. Осин, И.В. Абаева и др.) [14].

Жизнестойкость подростков в современной психолого-педагогической науке находится в стадии активного развития, что подтверждается работами по данной теме, выпущенными за последние 5 лет, а именно трудами Н.В. Быстровой и Т.С. Мамонтовой (2021), Е.В. Гришиной (2021), Ю.А. Рокицкой и О.Д. Одинцовой (2023), С.В. Истоминой (2022) и другими авторами [3; 5; 12; 6]. Значительный рост интереса к изучению феномена жизнестойкости подростков обусловлен быстроменяющимся характером современного мира, в т.ч. его активной цифровизацией, которая влияет на развитие подростков [11; 17].

Исследование жизнестойкости подростков имеет важное значение для понимания механизмов адаптации подростков к стрессовым ситуациям и разработке направлений психологической поддержки личности подростков в сложных жизненных обстоятельствах [13; 10]. «Жизнестойкость представляется важным фактором в преодолении стресса, сохранении психического благополучия и физического здоровья» – пишет М.М. Гаранина [4, с. 8].

Период обучения в школе является ключевым этапом формирования личности, связанным с развитием жизнестойкости и социально-адаптивных навыков, однако, современный образовательный процесс характеризуется высокой стрессогенностью из-за интенсивной интеллектуальной нагрузки, информационной перегрузки и наличия определённых сложностей в межличностном взаимодействии у школьников [15, 16].

Успешность обучения определяется качеством педагогического сопровождения, характеристиками образовательной среды и психологическими условиями, при этом существует проблема недостаточной самоорганизации учащихся и риска социально-психологической дезадаптации подростков, требующая особого внимания к психологическому состоянию подростков и развитию их жизнестойкости [9; 2; 8; 1].

Несмотря на достигнутые результаты в рассмотренных исследованиях, существует потребность в дальнейшем изучении жизнестойкости подростков, особенно в области практической разработки и

реализации программ развития жизнестойкости, а также создания эффективных механизмов их внедрения в образовательную практику с учётом необходимых психологических условий.

Материалы и методы

Методическое обеспечение исследования жизнестойкости подростков составляет совокупность методологических подходов, представленных в научных концепциях различных авторов, в т.ч. личностно-ориентированный (А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев и др.), системно-деятельностный (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, А.Г. Асмолов и др.), средовой (В.И. Слободчиков, В.И. Панов, Ю.С. Мануйлов, В.А. Ясвин и др.) и акмеологический (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, А.А. Деркач и др.) подходы. Они создают целостную теоретическую базу для исследования жизнестойкости подростков, обеспечивая комплексный взгляд на развитие личности.

Вместе с тем, мы опирались на такие общеметодологические принципы как: принцип детерминизма, принцип развития, принцип единства сознания и деятельности (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский и др.). Также нами использовались дидактические принципы: принцип научности, принцип связи теории с практикой, принцип совместной деятельности преподавателя и учеников (К.Д. Ушинский, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов и др.). Использование указанных принципов позволяет обеспечить научную обоснованность исследования.

Результаты и обсуждение

Структурные компоненты жизнестойкости подростков: общий уровень жизнестойкости, вовлечённость, контроль и степень принятия риска имеют свою специфику. На основании доступных нам литературных источников мы дали описание уровней их развития, ориентируясь на особенности проявления жизнестойкости подростков с учётом образовательного контекста.

Жизнестойкость подростков отражает их способность противостоять жизненным трудностям, сохраняя при этом внутреннюю личност-

ную устойчивость. При высоком уровне жизнестойкости подросток демонстрирует ярко выраженную активность в повседневной жизни, твёрдую веру в собственные возможности, развитую стрессоустойчивость, в т.ч. в школьной среде. Такие подростки отличаются целеустремленностью, умением находить положительные моменты даже в сложных ситуациях, имеют здоровое самоуважение и легко находят общий язык со сверстниками. Средний уровень жизнестойкости проявляется в том, что подросток способен решать возникающие проблемы, но делает это непостоянно, его уверенность в себе колеблется. Он может справляться со стрессовыми ситуациями, но чаще всего нуждается в поддержке взрослых. Мотивация к достижению целей присутствует, но не всегда стабильна, а способность видеть хорошее в происходящем проявляется выборочно. Низкий уровень жизнестойкости характеризуется пассивным отношением к жизни, заниженной самооценкой и неспособностью противостоять стрессовым ситуациям. Подростки с таким уровнем жизнестойкости часто прибегают к неэффективным способам преодоления трудностей, не проявляют стремления к достижению целей, негативно воспринимают школьную действительность и испытывают серьезные сложности в построении отношений со сверстниками.

Вовлечённость представляет собой активность подростка в различных видах деятельности. При высоком уровне вовлечённости подросток проявляет активное участие в школьной и внеурочной деятельности, проявляет искренний интерес к разным занятиям, стремится к творческому самовыражению, демонстрирует позитивный настрой к учёбе и общению со сверстниками, активно взаимодействует в социальной среде. При среднем уровне вовлечённости наблюдается периодическая активность, нестабильный интерес к деятельности и умеренное общение со сверстниками. Низкий уровень характеризуется пассивным поведением, социальной замкнутостью и слабой мотивацией к участию в школьной жизни.

Контроль демонстрирует способность подростка воздействовать на сложные жизненные ситуации. При высоком уровне контроля проявляется уверенность в возможности влиять на происходя-

щее, способность самостоятельно принимать решения, умение управлять ситуацией и ответственное отношение к собственным действиям. Средний уровень контроля характеризуется частичной уверенностью в своих возможностях, периодической инициативой и способностью контролировать отдельные аспекты собственной жизни. При низком уровне наблюдается пассивное отношение к учёбе, ощущение беспомощности и неспособность влиять на ситуацию.

Степень принятия риска отражает готовность подростка к новым жизненным вызовам и испытаниям. При высоком уровне принятия риска проявляется открытость к новому, способность учиться на ошибках, позитивное восприятие трудностей и ориентация на личностное развитие. Средний уровень характеризуется частичной готовностью к риску, способностью извлекать уроки из опыта и умеренной эмоциональной реакцией на жизненные события. Низкий уровень выражается в боязни нового, избегании сложных ситуаций и негативном восприятии собственных ошибок.

Обобщая теоретические знания по теме жизнестойкости подростков и ориентируясь на описание выделенных уровней развития структурных компонентов жизнестойкости подростков, мы составили модель психологических условий развития жизнестойкости подростков, в которой отражены внешние и внутренние психологические условия (рис. 1).

К внешним психологическим условиям мы относим образовательные, семейные и социальные условия. Среди образовательных условий можно выделить психолого-педагогическое сопровождение подростков, благоприятный психологический климат в классе, доступность развивающих программ. К семейным условиям относятся демократический стиль семейного воспитания, эмоциональная включённость и поддержка родителей, наличие семейных традиций и ценностей, психологическая безопасность в семье. Социальные условия жизнедеятельности подростка должны включать референтную группу, поддержку со стороны сверстников и взрослых, доступность психологической помощи.



Рис. 1. Модель психологических условий развития жизнестойкости подростков

Успешное развитие жизнестойкости подростков обеспечивается комплексной системой внешних условий, включающей образовательные условия с профессиональным психолого-педагогическим сопровождением и благоприятным психологическим климатом в классе, семейные условия, реализуемые через демократический стиль воспитания и эмоциональную поддержку со стороны родителей, а также социальные условия, предоставляющие необходимую внешнюю поддержку через референтную группу сверстников и взрослых, что в совокупности формирует целостную систему для полноценного развития личности подростка.

Внешние психологические условия развития жизнестойкости подростков соответствуют компонентам структуры жизнестойкости (табл. 1).

Все внешние психологические условия развития жизнестойкости подростков взаимосвязаны и дополняют друг друга, создавая целостное пространство для развития жизнестойкости подростка. Важно, чтобы все участники процесса социализации действовали согласованно, поддерживая развитие всех компонентов жизнестой-

кости. При этом каждое условие вносит свой уникальный вклад в развитие конкретного компонента жизнестойкости, создавая прочную основу для формирования зрелой, устойчивой к жизненным трудностям личности подростка, способной эффективно противостоять стрессам и вызовам современного мира.

Таблица 1.

Соответствие внешних психологических условий развития жизнестойкости подростков и компонентов структуры жизнестойкости

Внешние психологические условия	Компоненты структуры жизнестойкости	Описание связи
Образовательные	Вовлечённость	Создание условий для активного участия в учебном процессе, организация проектной деятельности и поощрение исследовательской работы, формирование интереса к обучению
	Контроль	Развитие навыков планирования учебного времени, обучение методам самоорганизации, предоставление возможностей для принятия решений, развитие самостоятельности в учебе
	Степень принятия риска	Создание безопасной среды для экспериментов, поощрение инициативы, обучение на ошибках, развитие критического мышления
Семейные	Вовлечённость	Эмоциональная поддержка подростка, совместное участие в активностях, создание атмосферы принятия, поддержка интересов и увлечений
	Контроль	Демократический стиль воспитания, постепенное делегирование ответственности, содействие развитию целеполагания и самостоятельности
	Степень принятия риска	Отсутствие гиперопеки, доверие к возможностям подростка, поддержка в преодолении трудностей, обучение на опыте
Социальные	Вовлечённость	Создание безопасной среды для экспериментов, поощрение инициативы, обучение на ошибках, развитие критического мышления
	Контроль	Социальное одобрение самостоятельных решений, поддержка инициатив, формирование ответственности, развитие лидерских качеств
	Степень принятия риска	Обмен опытом с ровесниками, совместное преодоление трудностей, развитие адаптивности, формирование позитивного отношения к изменениям

К внутренним условиям, в свою очередь, относятся эмоционально-волевой, ценностно-мотивационный и когнитивно-деятельностный компоненты. Эмоционально-волевой компонент включает в себя самоконтроль, целеустремлённость и силу воли, а также стрессоустойчивость. Ценностно-мотивационный компонент связан с осознанием жизненных приоритетов, формированием устойчивой системы ценностей и позитивной мотивацией подростка. Когнитивно-деятельностный компонент включает: когнитивные навыки, организационные компетенции и практико-ориентированное развитие.

Все три внутренних психологических условия взаимосвязаны: развитие эмоционально-волевой сферы способствует формированию устойчивой системы ценностей, которая, в свою очередь, мотивирует к развитию когнитивных и практических навыков. Развитие любого из компонентов усиливает остальные, создавая целостную структуру жизнестойкости подростка.

Внутренние психологические условия развития жизнестойкости подростков также соответствуют компонентам структуры жизнестойкости по С. Мадди (табл. 2).

Эмоционально-волевой компонент обеспечивает базовую регуляцию поведения подростка, помогает эффективно управлять эмоциональным состоянием и способствует развитию волевых качеств, что является фундаментом для формирования жизнестойкой личности подростка. Он позволяет подростку эффективно справляться со стрессом во время экзаменов, контролировать своё поведение на уроках и проявлять настойчивость в достижении учебных целей. Умение регулировать эмоции помогает сохранять концентрацию во время сложных контрольных работ, а развитая сила воли способствует систематическому выполнению домашних заданий даже при наличии отвлекающих факторов.

Ценностно-мотивационный компонент создает смысловую основу жизнестойкости, определяет мотивационную направленность подростка и формирует устойчивую систему жизненных ориентиров, задавая вектор развития и саморазвития. Он помогает подростку осознать значимость образования для своего будущего, сформировать

устойчивую мотивацию к учебе и профессиональному самоопределению. Это особенно важно в период выбора профиля обучения или будущей профессии, когда необходимо принимать ответственные решения, опираясь на собственные ценности и жизненные ориентиры.

Таблица 2.

**Соответствие внутренних психологических условий развития
жизнестойкости подростков и компонентов структуры жизнестойкости**

Внутренние психологические условия	Компоненты структуры жизнестойкости	Описание связи
Эмоционально-волевой компонент	Вовлечённость	Развитие целеустремленности, формирование осознанности действий, тренировка самоконтроля, развитие эмоциональной устойчивости
	Контроль	Формирование силы воли, развитие самодисциплины, управление эмоциональным состоянием
	Степень принятия риска	Развитие стрессоустойчивости, формирование адаптивных механизмов, тренировка волевых качеств, развитие самоконтроля в сложных ситуациях
Ценностно-мотивационный компонент	Вовлечённость	Осознание жизненных приоритетов, развитие системы ценностей, формирование внутренней мотивации, становление личностной позиции
	Контроль	Развитие мотивации к преодолению трудностей, формирование жизненных целей, становление ценностной иерархии, развитие внутренней мотивации
	Степень принятия риска	Формирование позитивного мышления, развитие готовности к изменениям, становление ценностного отношения к опыту, развитие мотивации к саморазвитию
Когнитивно-деятельностный компонент	Вовлечённость	Развитие стрессоустойчивости, формирование адаптивных механизмов, тренировка волевых качеств, развитие самоконтроля в сложных ситуациях
	Контроль	Развитие навыков самоорганизации, формирование способности к анализу, развитие практических навыков, становление умения решать проблемы
	Степень принятия риска	Развитие адаптивного мышления, формирование навыков анализа рисков, развитие способности к прогнозированию, становление умения извлекать уроки из опыта

Когнитивно-деятельностный компонент, в свою очередь, отвечает за формирование практических навыков, развитие аналитических способностей и освоение умений решать различные проблемы, что позволяет подростку эффективно действовать в сложных жизненных ситуациях и находить оптимальные выходы из них. Он дает подростку конкретные инструменты для успешного обучения: умение анализировать учебный материал, планировать своё время, решать сложные задачи и применять полученные знания на практике. В современном образовании, где требуется не просто запоминание информации, но и способность применять знания в новых ситуациях, эти навыки становятся незаменимыми.

Сформированные внутренние психологические условия развития жизнестойкости подростков особенно важны в образовательной среде, поскольку они помогают успешно справляться с академическими и социальными трудностями, возникающими в данном возрастном периоде. В совокупности все компоненты помогают подростку стать более адаптивным к образовательной среде, успешно справляться с учебными нагрузками, эффективно взаимодействовать с педагогами и одноклассниками, а также развивать самостоятельность в учебном процессе.

Заключение

1. Жизнестойкость подростка включает в себя вовлечённость, контроль и степень принятия риска. Каждый указанный компонент, а также общий уровень жизнестойкости подростка, имеют свою специфику в зависимости от уровня выраженности (высокий, средний, низкий).

2. Модель психологических условий развития жизнестойкости подростка включает внешние и внутренние условия. К внешним психологическим условиям относятся образовательные, семейные и социальные условия. К внутренним психологическим условиям относятся эмоционально-волевой, ценностно-мотивационный и когнитивно-деятельностный компоненты.

3. Внешние и внутренние психологические условия развития жизнестойкости подростков связаны с компонентами структуры

жизнестойкости подростков. Связи проявляются в особенностях жизнедеятельности подростков, их учебной деятельности, а также социальной активности и особенностях реагирования на трудные жизненные и стрессовые ситуации.

4. Для эффективного развития жизнестойкости подростков необходимо создавать пространство, где подросток может самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность. Эмоциональная поддержка в моменты преодоления трудностей способствует формированию здоровой самооценки подростков и уверенности в собственных силах. Не менее значимо развивать у подростков способность к самоанализу и осмыслению прожитого опыта. Создание ситуаций, в которых подросток может добиться успеха, укрепляет его веру в себя. Особое внимание следует уделять освоению эффективных копинг-стратегий.

Список литературы

1. Баева, И. А., Ульянина, О. А., Вихристюк, О. В., Гаязова, Л. А., Радчикова, Н. П., & Файзуллина, К. А. (2022). Факторы социально-психологической дезадаптации и ценностные ориентации подростков и молодёжи. *Известия РГПУ им. А. И. Герцена*, 206, 228–242. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-206-228-242>. EDN: <https://elibrary.ru/ENFXEG>
2. Бондаренко, С. В., Иванов, В. М., & Трущелёва, А. В. (2023). Эффективность педагогического сопровождения современного образовательного процесса. *Проблемы современного педагогического образования*, 81-4, 50–53. EDN: <https://elibrary.ru/CUNXVG>
3. Быстрова, Н. В., & Мамонтова, Т. С. (2021). Влияние уровня жизнестойкости подростков на степень выраженности личностных качеств. *Международный научно-исследовательский журнал*, 8-2(110), 141–147. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2021.110.8.064>. EDN: <https://elibrary.ru/IFQFHA>
4. Гаранина, М. М. (2023). Феномен жизнестойкости: подходы к рассмотрению, перспективы изучения. *Международный научно-исследовательский журнал*, 12(138). <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.138.184>. EDN: <https://elibrary.ru/DXHPCK>

5. Гришина, Е. В. (2021). Особенности жизнестойкости подростков. *Молодой учёный*, 41(383), 288–290. EDN: <https://elibrary.ru/GPSLAA>
6. Истомина, С. В. (2022). Специфика показателей жизнестойкости у обучающихся подросткового возраста. *Проблемы современного педагогического образования*, 76-4, 374–377. EDN: <https://elibrary.ru/JHMLYD>
7. Леонтьев, Д. А., & Рассказова, Е. И. (2006). *Тест жизнестойкости* (65 с.). Москва: Смысл.
8. Малюченко, Г. Н., & Шанин, С. В. (2018). *Психолого-педагогическое сопровождение развития жизнестойкости в современном образовательном пространстве: учебно-методическое пособие* (104 с.). Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО».
9. Мищерина, И. В., & Недоповз, И. И. (2022). Особенности развития образовательной среды. *Проблемы современного педагогического образования*, 77-4, 257–259. EDN: <https://elibrary.ru/QOMRQQ>
10. Морозова, Н. Н., Никишов, С. Н., Осипова, И. С., & Баляев, С. И. (2022). Особенности психологической адаптации подростков к трудным жизненным ситуациям. *Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования*, 4(60), 459–476. <https://doi.org/10.15507/2078-9823.060.022.202204.459-476>. EDN: <https://elibrary.ru/OVOJJQ>
11. Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р., Орлова, А. В., & Пежемская, Ю. С. (2022). Психологические проблемы подростков России периода цифровизации (2010–2020 гг.). *Известия РГПУ им. А. И. Герцена*, 203. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-203-7-21>. EDN: <https://elibrary.ru/UEHMQN>
12. Рокицкая, Ю. А., & Одинцова, О. Д. (2023). Жизнестойкость в факторной структуре личностных черт подростков. *Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта*, 8(222), 436–442. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p436-442>. EDN: <https://elibrary.ru/TDQTWD>
13. Фокина, И. В., Соколовская, О. К., & Носова, Н. В. (2018). Жизнестойкость и её связь с ценностями в подростковом возрасте. *Проблемы современного педагогического образования*, 60-3, 468–471. EDN: <https://elibrary.ru/YMBQPZ>

14. Фоминова, А. Н. (2013). *Жизнестойкость личности: монография* (316 с.). Москва: Прометей.
15. Фоминова, А. Н. (2014). *Развитие жизнестойкости учащегося в школе* (60 с.). Москва: Сентябрь.
16. Чаусова, О. А. (2013). Реализация программы формирования жизнестойкости старшеклассников в образовательной среде. *Нижегородское образование*, 2, 158–163. EDN: <https://elibrary.ru/RFMGXV>
17. Юлдашева, М. Б. (2025). Формирование жизнестойкости молодежи в трансформирующемся мире. *Вестник Прикамского социального института*, 1(100), 99–103. EDN: <https://elibrary.ru/UGIGPF>
18. Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>

References

1. Baeva, I. A., Ulyanina, O. A., Vikhristyuk, O. V., Gayazova, L. A., Radchikova, N. P., & Fayzullina, K. A. (2022). Factors of socio-psychological maladaptation and value orientations of adolescents and youth. *Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, 206, 228–242. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-206-228-242>. <https://elibrary.ru/ENFXEG>
2. Bondarenko, S. V., Ivanov, V. M., & Trushcheleva, A. V. (2023). Effectiveness of pedagogical support in modern educational process. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 81-4, 50–53. <https://elibrary.ru/CUNXVG>
3. Bystrova, N. V., & Mamontova, T. S. (2021). Influence of resilience level of adolescents on the degree of personal traits expression. *International Research Journal*, 8-2(110), 141–147. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2021.110.8.064>. <https://elibrary.ru/IFQFHA>
4. Garanina, M. M. (2023). The phenomenon of resilience: Approaches to consideration, prospects of study. *International Research Journal*, 12(138). <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.138.184>. <https://elibrary.ru/DXHPCK>
5. Grishina, E. V. (2021). Features of adolescents' resilience. *Young Scientist*, 41(383), 288–290. <https://elibrary.ru/GPSLAA>

6. Istomina, S. V. (2022). Specifics of resilience indicators in adolescent students. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 76-4, 374–377. <https://elibrary.ru/JHMLYD>
7. Leontiev, D. A., & Rasskazova, E. I. (2006). *Resilience test* (65 pp.). Moscow: Smysl.
8. Malyuchenko, G. N., & Shanin, S. V. (2018). *Psycho-pedagogical support of resilience development in modern educational space: A teaching guide* (104 pp.). Saratov: State Autonomous Institution of Continuing Professional Education «Saratov Institute of Educational Development».
9. Mishcherina, I. V., & Nedopovz, I. I. (2022). Features of educational environment development. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 77-4, 257–259. <https://elibrary.ru/QOMRQQ>
10. Morozova, N. N., Nikishov, S. N., Osipova, I. S., & Balyaev, S. I. (2022). Features of psychological adaptation of adolescents to difficult life situations. *Humanist: Actual Problems of Humanitarian Science and Education*, 4(60), 459–476. <https://doi.org/10.15507/2078-9823.060.022.202204.459-476>. <https://elibrary.ru/OVOJJQ>
11. Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R., Orlova, A. V., & Pezhemskaya, Yu. S. (2022). Psychological problems of Russian adolescents during the digitalization period (2010–2020). *Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, 203. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2022-203-7-21>. <https://elibrary.ru/UEHMQN>
12. Rokitskaya, Yu. A., & Odintsova, O. D. (2023). Resilience in the factor structure of adolescent personality traits. *Scientific Notes of P. F. Lesgaft University*, 8(222), 436–442. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2023.08.p436-442>. <https://elibrary.ru/TDQTDW>
13. Fokina, I. V., Sokolovskaya, O. K., & Nosova, N. V. (2018). Resilience and its connection with values in adolescence. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 60-3, 468–471. <https://elibrary.ru/YMBQPZ>
14. Fominova, A. N. (2013). *Personality resilience: A monograph* (316 pp.). Moscow: Prometei.
15. Fominova, A. N. (2014). *Developing resilience in school students* (60 pp.). Moscow: Sentyabr.

16. Chausova, O. A. (2013). Implementing a program for developing resilience in high school students in educational environment. *Nizhny Novgorod Education*, 2, 158–163. <https://elibrary.ru/RFMGXB>
17. Yuldasheva, M. B. (2025). Developing resilience in youth in a transforming world. *Bulletin of Prikamsky Social Institute*, 1(100), 99–103. <https://elibrary.ru/UGIGPF>
18. Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168. <https://doi.org/10.1080/17439760600619609>

ДАНИЕ ОБ АВТОРЕ

Виноградова Ксения Александровна, аспирант кафедры непрерывного психолого-педагогического образования
Ивановский государственный университет
ул. Ермака, 39, г. Иваново, 153025, Российская Федерация
kksenia4242@yandex.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Ksenia A. Vinogradova, Postgraduate student of the Department of Continuing Psychological and Pedagogical Education
Ivanovo State University
39, Ermak Str., Ivanovo, 153025, Russian Federation
kksenia4242@yandex.ru
SPIN-code: 7634-9763
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2536-5746>

Поступила 18.06.2025

После рецензирования 30.06.2025

Принята 07.07.2025

Received 18.06.2025

Revised 30.06.2025

Accepted 07.07.2025