

Министерство просвещения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический  
университет им. В. Шаталова»

*На правах рукописи*

**Никулина Алевтина Александровна**

**СТРУКТУРА ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЛИЧНОСТИ,  
ПРОЖИВАЮЩЕЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СОЦИОГЕННОЙ  
СИТУАЦИИ**

научная специальность 5.3.1. Общая психология, психология личности,  
история психологии (психологические науки)

**ДИССЕРТАЦИЯ**  
на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель:  
доктор психологических наук, доцент  
Слепко Юрий Николаевич

Горловка, 2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|  |    |
|--|----|
| <b>ВВЕДЕНИЕ</b>  | 4  |
| <b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ<br/>ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ,<br/>ПРОЖИВАЮЩЕЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СОЦИОГЕННОЙ<br/>СИТУАЦИИ</b> | 18 |
| 1.1. Понятие жизненных ориентаций в работах отечественных и<br>зарубежных исследователей   | 18 |
| 1.2. Жизнестойкость личности как фактор противостояния<br>стрессогенным факторам   | 31 |
| 1.3. Особенности взаимодействия личности и окружающей среды в<br>условиях экстремальной ситуации   | 35 |
| 1.4. Психологические особенности личности в период молодости   | 39 |
| 1.5. Влияние ситуации длительного вооруженного конфликта на<br>развитие жизненных ориентаций личности (на основе анализа<br>военного конфликта в Донбассе)   | 49 |
| 1.6. Психологические особенности молодежи в условиях экстремальной<br>ситуации   | 58 |
| <b>Выводы по главе 1</b>   | 66 |
| <b>ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ЖИЗНЕННЫХ<br/>ОРИЕНТАЦИЙ</b>   | 68 |
| 2.1. Методология и методы эмпирического исследования   | 68 |
| 2.2. Жизнестойкость в условиях экстремальной социогенной ситуации  | 76 |
| 2.3. Жизненные ориентации в условиях экстремальной социогенной<br>ситуации   | 84 |
| 2.3.1. Характеристики осмысленности жизни в экстремальной<br>социогенной ситуации  | 84 |
| 2.3.2. Содержание базовых убеждений личности в экстремальной   |    |

|  |     |
|--|-----|
| социогенной ситуации   | 91  |
| 2.3.3. Система ценностных ориентаций личности в экстремальной социогенной ситуации                             | 99  |
| 2.4. Психологическая структура жизненных ориентаций с разным уровнем жизнестойкости                            | 104 |
| 2.5. Психологические рекомендации по формированию жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации | 113 |
| <b>Выводы по главе 2</b>   | 122 |
| <b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>  | 126 |
| <b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>   | 129 |
| <b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>  | 170 |

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы исследования.** Современный мир перенасыщен конфликтами в разных точках земного шара. Зачастую результатом споров является развертывание военных действий. В настоящее время в мире в активном состоянии находятся более двух десятков затяжных вооруженных конфликтов, одним из которых является конфликт в Донбассе. Он относится к вооруженному конфликту высокой интенсивности, поскольку за весь период (2014-2024 гг.) боевые действия практически не прекращались, а количество жертв составило более десяти тысяч человек.

Несмотря на продолжение интенсивного военного конфликта в регионе, непрерывные боевые действия, в нем продолжает проживать значительное число граждан разного возраста, выполняющих социальные, образовательные, профессиональные, трудовые и прочие функции и задачи. Психологические сложности, с которыми сталкиваются граждане в Донбассе в период войны, обусловлены множеством факторов. Военные действия приводят к глубоким эмоциональным переживаниям и травмам, вызванным потерей близких, разрушению привычной жизни, постоянным страхам за безопасность, жизнь и здоровье. Психологический стресс усугубляется неопределенностью будущего и отсутствием стабильности, что приводит к развитию тревожных расстройств и депрессий. Помимо этого, информационное воздействие пропагандистского характера оказывает негативное влияние на психическое состояние жителей, создавая атмосферу недоверия и страха. Кроме того, многие люди испытывают трудности в адаптации к новым условиям, что порождает чувство безысходности и утраты контроля над собственной жизнью. Все это выступает совокупностью стрессоров высокой степени интенсивности, наличие которых требует непрерывного совладания с изменяющимися условиями жизни.

В этой связи особое значение для сохранения нормального функционирования человека в условиях экстремальной социогенной ситуации

имеет не только социальная и экономическая поддержка граждан, но и психологическая работа с ними, направленная на совладание с трудной жизненной ситуацией.

Отметим, что несмотря на достаточно длительный период развертывания военных действий в Донецком и Луганском регионах, систематический научный анализ психологических особенностей проживающих в них граждан является явно недостаточным. Наличие объективных трудностей в реализации научных исследований, тем не менее, не снимает актуальности и востребованности работы по изучению психологических особенностей граждан, организации работы по их психологическому сопровождению, преодолению стрессовых состояний, формированию адекватных жизненных стратегий в трудных условиях и т.п. Сказанное, конечно же, не означает, что проблема психологических особенностей личности в условиях военного конфликта не разрабатывается в психологической науке. Ниже кратко представим основные направления исследований.

**Степень научной разработанности проблемы.** Прежде всего необходимо сказать, что феномен личности относится к числу наиболее активно исследуемых в психологической науке. Результаты многочисленных отечественных и зарубежных исследований позволили выделить структурные, функциональные, генетические, уровневые особенности феномена личности (Л. С. Выготский [31], В. Н. Мясищев [125], Д. А. Леонтьев [100; 101; 102; 103; 104], А. Г. Ковалев [83], В. С. Мерлин [118], Б. Г. Ананьев [5], Л. Хьелл, Д. Зиглер [198], Г. Оллпорт [144], Р. Кеттел [227], А. Бандура [224], Дж. Келли [78], А. Маслоу [114; 115], К. Роджерс [168], Э. Эриксон [218], Э. Фромм [206] и мн. др.).

Значительное число исследований посвящено изучению жизненных ориентаций личности, выступающих совокупностью ценностей, выработанных человеком в соответствии с собственным внутренним

жизненным планом и особенностями индивидуального жизненного пути (З. Фрейд [231], Э. Фромм [206], Ричард М. Райэн, Эдвард Э. Дисси [228; 229], Н. Ф. Наумова [130], А. А. Грачев [38, 39, 40], В. Франкл [205], Е. Ю. Коржова [22, 85], В. С. Мухина [124] и мн. др.).

Ввиду недостаточности исследований психологических особенностей личности граждан, проживающих в Донецком и Луганском регионах, перспективным является обращение к опыту таких исследований на материале других вооруженных конфликтов. Так, многочисленные проблемы личности становились предметом психологических, медицинских, педагогических исследований войны в Афганистане 1979-1989 гг. (В. А. Корзунин [46], Б. В. Кулагин [92], Е. Б. Науменко [128; 129], М. М. Решетников [165; 166; 167]). Проблемы психологических состояний и поведения человека в экстремальных ситуациях рассматривались на примере аварии на Чернобыльской АС 1986 г., Спитакского землетрясения в Армении 1988 г. и др. (Ю. А. Баранов [165; 167], Н. А. Муханова, А. П. Мухин [123; 165], А. А. Новицкий, М. М. Решетников [165; 166; 167], С. В. Чермянин [166; 167] и др.). Психологические особенности личности и поведения человека становились предметом изучения в условиях первой и второй Чеченских войн 1994-2000 гг. (Л. А. Китаев-Смык [81], Р. В. Кадыров [107], В. Г. Крысько [91], Н. Г. Осухова [146; 147], М. В. Давлетшина [60]).

В целом можно заключить, что проблематика психологии экстремальных ситуаций приобрела в современной психологии самостоятельный дисциплинарный статус. Активно издаются не только отдельные монографии, но и учебники, учебные пособия, практикумы по психологии экстремальных ситуаций (А. Г. Караяни [68; 69; 70], М. А. Одинцова [141; 142], А. И. Донцов [158], Ю. П. Зинченко [158], О. Ю. Зотова [158], Е. Б. Перелыгина [158], М. М. Решетников [165; 166; 167], Г. М. Суворова [196]).

Таким образом современные военные конфликты и экстремальные

социогенные ситуации, знакомые, к сожалению, в том числе, российскому обществу, становятся предметом многочисленных психологических исследований. Отметим, что в психологической науке широко представлен вопрос становления жизненных ориентаций в контексте семейного воспитания, школьного, среднего и высшего образования, профессиональной деятельности (Э. Эриксон [218], В. Франкл [205], В. С. Мухина [124], А. Э. Симаковский [183], В. А. Ядов [219] и др.). Однако, несмотря на высокий интерес к вопросу жизненных ориентаций и жизнестойкости в психологии, недостаточно изученными остаются проблемы формирования жизненных ориентаций молодежи в экстремальной социогенной ситуации.

Помимо этого, зачастую, исследования в рамках обсуждаемой проблематики направлены на изучение отдельных психологических состояний человека в условиях военного конфликта, развития стресса и посттравматических стрессовых состояний и др. Результаты часто носят аналитический характер, что не позволяет представить изучаемые феномены в комплексе входящих в них психологических характеристик. Понимая многообразие проявлений феномена личности, входящих в пространство исследований психологии экстремальных социогенных ситуаций, проблемное поле настоящего исследования было ограничено изучением жизненных ориентаций молодежи, длительное время проживающей на территории развивающегося военного конфликта. При этом акцент в исследовании обозначенной проблемы сделан на анализе структурных особенностей жизненных ориентаций, что открывает широкие прогностические возможности для планирования и организации развивающей и коррекционной работы. Именно на уровне структурной организации системы жизненных ориентаций более эффективны целенаправленные и систематические трансформации личности в условиях экстремальной социогенной ситуации.

На основании вышесказанного следует обратить внимание на противоречие, состоящее в признании актуальности и востребованности

систематической работы по психологическому анализу и сопровождению личности в условиях экстремальной социогенной ситуации, и при этом – фактическое отсутствие исследований структурной организации жизненных ориентаций личности. Именно на структурном уровне организации возможен переход от аналитического описания жизненных ориентаций личности в условиях экстремальной социогенной ситуации к объяснению ее структурно-психологических особенностей и закономерностей.

Ввиду сказанного, проблема исследования состоит в установлении психологических особенностей жизненных ориентаций личности в условиях экстремальной социогенной ситуации на структурном уровне функционирования личности.

**Цель исследования** – выявить структурно-психологические особенности жизненных ориентаций личности с разным уровнем жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать отечественные и зарубежные подходы к изучению жизненных ориентаций личности.
2. Описать психологическое содержание жизненных ориентаций личности в условиях экстремальной социогенной ситуации.
3. Охарактеризовать психологическую структуру жизненных ориентаций личности с низким уровнем жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации.
4. Выделить структурно-психологические особенности жизненных ориентаций личности с высоким уровнем жизнестойкости в экстремальной ситуации социогенного характера.
5. Разработать психологические рекомендации по оптимизации жизнестойкости личности в экстремальной ситуации социогенного характера.

**Объект исследования** – жизненные ориентации личности в условиях экстремальной ситуации социогенного характера.

**Предмет исследования** – психологическая структура жизненных ориентаций личности с разным уровнем жизнестойкости.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что различия в особенностях отношения к экстремальной социогенной ситуации военного характера определяет специфическое содержание системы жизненных ориентаций личности на уровне ее структурной организации.

**Методологическая основа исследования:**

- гуманистический подход (А. Маслоу [114; 115], К. Роджерс [168] и др.), использование которого в исследовании позволило структурировать систему жизненных ориентаций личности в условиях экстремальной социогенной ситуации как состоящую из смысловых (Д. А. Леонтьев [102, 103, 105]), ценностных (Ш. Шварц [67]) и когнитивно-окрашенных (Р. Янов-Бульман [239; 240]) характеристик;

- экзистенциальный подход (С. Мадди [242-246], С. Кобейса [242], Д. А. Леонтьев [100; 101; 102; 103; 104], Е. Ю. Мандрикова [111] и др.), который стал основанием для рассмотрения феномена жизнестойкости личности как важного личностного фактора, позволяющего человеку противостоять стрессовым ситуациям;

- системно-структурный подход (И. В. Блауберг [194], Э. Г. Юдин [194], В. Н. Садовский [178], В. Д. Шадриков [210; 211], А. В. Карпов [72; 73; 74] и др.), позволивший в настоящем исследовании представить жизненные ориентации личности как структурное психологическое образование, имеющее функциональные связи с другими психологическими феноменами, обеспечивающими продуктивную жизнедеятельность человека в условиях экстремальной социогенной ситуации.

**Теоретическая основа исследования.** В организации настоящего исследования мы опирались на работы, посвященные проблематике психологического анализа личности в условиях военных действий и экстремальных ситуациях. Также основой исследования выступает

ситуационный подход в психологии, раскрывающий роль ситуации как психологического феномена в развитии личности. Конкретнее, речь идет о следующих работах:

- исследования *психологии войны*, выполненные в разное время В. А. Корзуниным [46], Б. В. Кулагиным [92], Е. Б. Науменко [128; 129], М. М. Решетниковым [165; 166; 167] и др.;

- психологический анализ проблемы *экстремальных ситуаций*, реализуемый в работах А. Г. Караяни [68; 69; 70], М. А. Одинцовой [141; 142], А. И. Донцова, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотовой, Е. Б. Перельгиной [158], М. М. Решетникова [165; 166; 167], Г. М. Суворовой [196] и др.;

- исследования, выполненные в рамках *ситуационного подхода* (У. Томас, У. Мишел [247], Л. Росс, Р. Нисбетт [169], К. Левин [98], Г. М. Андреева [6] и др.).

**Методы и методики исследования.** Для решения поставленной проблемы, нами был использован комплекс методов, соответствующих цели, предмету и задачам исследования.

1. *Общетеоретические методы* анализа, синтеза и обобщения литературы по проблеме исследования; методы интерпретации и объяснения результатов теоретического и эмпирического исследования проблемы психологической структуры жизненных ориентаций личности, проживающей в экстремальной социогенной ситуации.

2. В работе был использован комплекс *эмпирических методов*, направленный на измерение уровня выраженности жизненных ориентаций личности и степени ее жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации.

*Методы и методики диагностики жизненных ориентаций личности:*

а) смысложизненные ориентации – тест смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев [103]);

б) базовые убеждения личности – шкала базовых убеждений (Р. Янов-

Бульман [154]) в адаптации О. Кравцовой;

в) ценности личности – методика изучения личностных ценностей Ш. Шварца (в адаптации В. Н. Карандашева [120]).

*Методы и методики диагностики жизнестойкости личности:*

а) тест жизнестойкости (Д. А. Леонтьев [104]).

3. Для обработки результатов эмпирического исследования использовались *методы математической статистики* с применением пакета статистических программ IBM SPSS Statistics 19:

- методы описательной статистики (среднее арифметическое значение, среднее квадратическое отклонение, коэффициент вариации);

- методы сравнения (непараметрический критерий U-Манна-Уитни);

- методы корреляционного анализа (коэффициент ранговой корреляции r-Спирмена);

- методы анализа психологической структуры: расчет индексов структурной организации – индекса когерентности структуры (ИКС), индекса дивергентности структуры (ИДС), индекса организованности структуры (ИОС); определение базовых элементов структуры; определение гомогенности/гетерогенности структур с использованием метода экспресс  $\chi^2$  (хи-квадрат) А. В. Карпова.

**Эмпирическая база исследования.** Эмпирическое исследование проводилось на базе ГОУ ВПО «Горловский институт иностранных языков» (ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В. Шаталова») в период с 2018 по 2022 гг. Исследование проводилось среди студенческой и работающей молодежи. Выборочную совокупность исследования составили 217 респондентов (из них 65 % – представители женского пола и 35 % – мужского), возрастом от 18 до 25 лет, постоянно проживающие на территории Донецкого региона в период ведения боевых действий.

**Обоснованность и достоверность основных положений, полученных**

**результатов и выводов исследования** обеспечены теоретико-методологической проработанностью проблемы, репрезентативностью выборки, использованием апробированных методик и способов статистической обработки данных, адекватных цели, предмету и задачам исследования.

#### **Научная новизна исследования.**

В исследовании реализован структурный подход к анализу системы жизненных ориентаций личности в условиях экстремальной ситуации социогенного характера. Это позволило выделить и охарактеризовать структурно-психологические особенности функционирования системы жизненных ориентаций личности с разным уровнем жизнестойкости.

Установлено, что в условиях экстремальной социогенной ситуации источником, способствующим возрастанию организованности психологической структуры жизненных ориентаций личности, выступает именно низкий уровень жизнестойкости, что является ресурсом личности, а также условием активизации интеграционных процессов в системе жизненных ориентаций.

Показано, что неспособность справиться с экстремальной социогенной ситуацией приводит к возрастанию уровня напряженности, а также актуализации восприятия данной ситуации как сверхзначимой. В результате этого происходит интенсификация психологических процессов принятия или изменения отношения к ситуации.

Определено, что механизмом адекватного отношения к экстремальной ситуации социогенного характера, свойственного высокому уровню жизнестойкости, является устойчивая система жизненных убеждений и ценностей. Ее ядром являются смысловые компоненты убеждений и ценностей.

#### **Теоретическая значимость исследования.**

Результаты исследования расширяют имеющиеся в психологической

науке представления о психологических особенностях личности, длительное время находящейся в условиях экстремальной ситуации социогенного характера.

Содержательно конкретизированы знания о жизненных ориентациях личности; подтвержден тезис о том, что жизненные ориентации имеют собственную иерархическую структуру, свою направленность. Развитие жизненных ориентаций тесно связано с развитием личности, ее направленностью, с развитием ценностной структуры, базовыми переживаниями, смыслом жизни и смысложизненными ориентациями, а также непосредственно с социальной ситуацией, в которой она проживает.

Показано, что метод анализа психологической структуры является наиболее продуктивным в процессе изучения психологических особенностей личности, находящейся в условиях экстремальной ситуации социогенного характера. Именно на структурном уровне анализа вскрываются функциональные взаимосвязи между характером отношения личности к экстремальной ситуации социогенного характера и сформированной у нее системой жизненных ориентаций.

Внесен вклад в углубление психологических знания в таких научных отраслях, как психология личности, психология экстремальных ситуаций, военная психология, психологические основы безопасности личности и др.

#### **Практическая значимость исследования.**

Разработаны практические рекомендации в рамках комплексной программы по формированию жизненных ориентаций молодежи, проживающей в экстремальной ситуации социогенного характера.

Полученные эмпирические данные о психологических особенностях личности, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, позволяют обозначить три направления практической, психоконсультативной и тренинговой работы: рефлексивное, профилактическое и психокоррекционное.

Рефлексивное направление работы с личностью в условиях экстремальной социогенной ситуации должно быть направлено на помощь в осознании и преодолении негативных аспектов ситуации, на укрепление эмоциональной стабильности и на развитие стратегий адаптации.

Профилактическая работа с личностью, длительное время находящейся в условиях экстремальной социогенной ситуации, должна быть направлена на поддержку его психологического здоровья, укрепление ресурсов саморегуляции и обеспечение доступа к психологической поддержке. Кроме того, важным является создание условий для сохранения связи с социумом и поддержки со стороны близких, друзей и коллектива, чтобы помочь ему чувствовать себя в безопасности и защищенности.

Психокоррекционная деятельность с человеком в условиях экстремальной социогенной ситуации должна включать в себя решение следующих задач: оценка психологического состояния и выявление потенциальных проблем и травматических переживаний; разработка индивидуальной программы психокоррекции, учитывающей специфику ситуации, потребности и ресурсы конкретного человека; предоставление психологической поддержки и проведение консультаций для помощи в переживании прошлого опыта; обучение методам релаксации, управления стрессом и эмоциональной саморегуляции; проведение терапевтических сессий для работы с травматическими переживаниями и построения позитивных стратегий реагирования на экстремальные ситуации; организация групповых занятий, направленных на поддержку взаимопонимания и обмена опытом с другими людьми, подвергшимися подобным стрессовым ситуациям.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Структурная организация жизненных ориентаций личности, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, характеризуется специфическими психологическими особенностями, зависимыми от уровня сформированности жизнестойкости. Ресурсная

функция жизнестойкости приводит к качественным различиям в динамике интеграционных процессов жизненных ориентаций личности в экстремальной социогенной ситуации.

2. Психологическая структура жизненных ориентаций личности приобретает высокую степень организованности при низкой жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации. Это обеспечивается значительной интенсификацией интеграционных процессов в осмыслении жизни, понимании человеком своего места в новых жизненных условиях.

3. Оптимальное восприятие и отношение человека к экстремальной ситуации социогенного характера свойственно для человека с высоким уровнем жизнестойкости. Это обеспечивается наличием устойчивой системы убеждений и ценностей личности, в содержании которых наиболее значимыми являются убеждения в контролируемости происходящего и возможности позитивной организации своей деятельности в такой ситуации.

4. Различия в структурной организации системы жизненных ориентаций личности с разным уровнем жизнестойкости проявляются в разных способах объяснения экстремальной социогенной ситуации – в объяснении смысла ситуации, значимости ситуации для человека, в формировании соответствующих ситуации убеждений и ценностей личности, в принятии и изменении отношения человека к ситуации.

#### **Соответствие диссертации паспорту научной специальности.**

Область диссертационного исследования соответствует требованиям паспорта научной специальности – 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии: п. 30 «Структура личности. Полипарадигмальность и разнообразие теоретических подходов к исследованию личности. Диспозициональная регуляция поведения. Структурно-функциональный и динамический подходы в описании личности. Устойчивость и изменчивость личности. Личностные процессы. Личность как субъект саморазвития. Самодетерминация и самоактуализация личности. Личность в условиях

транзитивного общества. Цифровизация и виртуализация бытия как факторы трансформации личности»; п. 33. Жизнестойкость, устойчивость и ситуативная обусловленность поведения личности. Ситуационный, жизненный и бытийный (экзистенциальный) контексты существования человека. Соотношение внешнего и внутреннего в жизненном пространстве человека. Ценностные ориентации и жизненные планы личности. Экзистенциальные проблемы и экзистенциальные кризисы человека.

#### **Апробация и внедрение результатов исследования.**

Результаты диссертационного исследования обсуждались на заседании кафедры психологии гуманитарного факультета ГОУ ВПО «Горловский институт иностранных языков», были представлены на международных и республиканских конференциях: «Современная гуманитаристика как фактор духовности народов в эпоху вызова», г. Горловка (2018, 2019, 2020, 2021, 2022 гг.); «Чтения молодых ученых», г. Горловка (2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 гг.); «Зейгарниковские чтения», г. Москва (2020 г.); «Донецкие чтения», г. Донецк (2020 г.); «Актуальные проблемы психологии и педагогики в современном образовании», г. Ярославль (2021 г.); «Актуальные проблемы психологической теории и практики», г. Донецк (2021 г.); «Гармонизация межнациональных отношений в условиях глобального общества», г. Нижний Новгород (2021 г.). Материалы исследования внедрены в учебный процесс кафедры психологии гуманитарного факультета ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В. Шаталова» (г. Горловка).

По теме диссертации опубликовано 17 научных работ, в том числе 4 статьи в рецензируемых научных изданиях, включенных в перечень ВАК РФ.

#### **Структура и объем диссертации.**

Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложений. Общий объем текста диссертации составляет 182 страницы, из них 128 страниц основного текста диссертации. Диссертация содержит 19 таблиц и 12 рисунков. Список литературы включает

255 источников, в том числе 35 на иностранном языке.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЕЖИ, ПРОЖИВАЮЩЕЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СОЦИОГЕННОЙ СИТУАЦИИ**

## **1.1. Понятие жизненных ориентаций в работах отечественных и зарубежных исследователей**

Изучение каждого из компонентов в структуре личности невозможно без рассмотрения его во взаимодействии с другими элементами. Поэтому мы считаем, что жизненные ориентации, безусловно, следует представить в полном соотношении со структурой личности в целом. Опираясь на существующие характеристики составляющих личности в работах В. Н. Мясищева [125], Д. А. Леонтьева [100; 101; 102; 103; 104], А. Г. Ковалева [83], В. С. Мерлина [118], Б. Г. Ананьева [5], Л. Хьелла, Д. Зиглера [198], Г. Олпорта [144], Р. Кеттела [227], Б. Скиннера, А. Бандуры [224], Дж. Келли [78], А. Маслоу [114; 115], К. Роджерса [168], Э. Эриксона [218], Э. Фромма [206] и многих других ученых, можем отметить, что основу структуры личности составляют: биологические (генетические, природные) и социальные компоненты (воспитанные, привитые, сформированные в результате жизнедеятельности).

При этом жизненные ориентации относятся именно к той части в структуре личности, которая является результатом развития, опыта взаимодействия, социального влияния, воспитания и формирования личности. Именно жизненные ориентации являются ядром большинства концепций личности. Они определяют духовную жизнь человека, его поведение и возможности для самореализации личности.

Формирование жизненных ориентаций является критически важным процессом на всех этапах жизни, но особенно значимым становится в период

ранней взрослости, когда возникают возрастные и социальные кризисы. Поэтому процесс формирования жизненных ориентаций и развитие личности через ценности имеют особенно важное значение в молодежной среде [26, с. 3].

Важность осознания и выработки своих собственных жизненных принципов и целей, по словам Л. С. Выготского, также проявляется в том, что эти ориентации играют ключевую роль во взаимосвязи с деятельностью человека, определяя сложный процесс освоения своего внутреннего мира и становясь интуитивным регулятором для планирования своей жизни [31]. Кроме того, развитие ценностной структуры личности играет важную роль в процессе социализации. Личностные убеждения человека обусловлены ценностями общества, в котором он осуществляет свою жизнедеятельность.

Изучение ключевых жизненных ориентаций, ценностей и убеждений играет важную роль в развитии и становлении личности. Л. С. Выготский подчеркивал важность понимания сути личности, особенностей ее мышления, поведения и целей. Один из важных аспектов решения данной проблемы заключается в формировании системы жизненных ориентаций, которая представляет собой основу ценностей личности. Эти жизненные принципы укрепляют убеждения, способствуют развитию и саморегуляции, а также делают личность гибкой и способной к адаптации к изменениям в окружающем мире.

Понятие жизненных ориентаций обязательно содержит в себе аспект ценностно-личностной направленности индивида. Разберем соответствующие концепции более детально для более глубокого понимания сути данного вопроса.

Для того чтобы разъяснить данное понятие, необходимо отметить, что в общем контексте «жизненные ориентации» представляют собой ответы на основные вопросы, с которыми сталкивается человек в своей жизни: что такое жизнь, судьба, как следует жить, что делать, кем являюсь, какова цель моего

существования? Жизненные ориентации также помогают ответить на вопросы о выборе профессии, желании иметь детей, вере в людей, отношении к материальным ценностям и так далее [112, с.113].

Жизненные ориентации отражают индивидуальные мотивационные тенденции, цели и направленность человеческой деятельности, его отношение к жизни и перспективам, а также определяют предпочитаемую область жизнедеятельности [191]. Жизненные ориентации определяют активность личности, ее способ взаимодействия с окружающей средой, отражая ее внутреннюю природу [191]. Как влияет активность на формирование личности и ее жизненных ориентаций, и какую роль она играет в этом процессе? Для более глубокого понимания формирования структуры жизненных ориентаций следует обратиться к трудам К. К. Платонова.

Личностные жизненные ориентации оказывают влияние на активность индивида. В психологии активность интерпретируется как динамичное состояние, которое является основой деятельности, адаптации и преобразования, отражая внутренний импульс личности [36].

К. К. Платонов в своих трудах обсуждает вопрос о взаимосвязи активности личности с сознанием: активность не является просто характеристикой личности, а представляет собой элемент сознания, который взаимодействует с чувствами и познанием [151, с. 126]. Убеждения значительно влияют на проявление личностной активности и встраиваются в систему ценностей и отношений личности. Социальные взаимодействия определяют мировоззрение, интересы, идеалы и нравственные принципы личности [138, с. 221-226].

К. К. Платонов считает, что направленность личности играет ключевую роль в ее иерархии. Эта направленность обусловлена социальными факторами, что подчеркивает важность воспитания в формировании данной личностной характеристики. Социум и процесс социализации имеют решающее значение для формирования направленности личности и ее жизненных установок, так

как личность неразрывно связана с окружающей средой и социумом [220, с. 12].

По мнению Е. П. Ильина, направленность как психический процесс можно изучать в двух аспектах. С точки зрения содержания, направленность является совокупностью мотивационных структур. С точки зрения регуляции, направленность выступает устойчивым мотивационным ориентиром, определяющим ключевые аспекты поведения и деятельности человека [39, с. 28-38.].

Согласно В. Н. Мясищеву, термин «направленность» является слишком общим и недостаточно освещает индивидуальные особенности личности. Использование этого понятия для описания личности чрезмерно упрощено и не может быть применено ко многим людям, у которых поведение определяется внешними факторами [125, с. 35-38.].

По мнению С. Л. Рубинштейна, в структуру направленности личности входят убеждения [171]. Базисные убеждения представляют собой иерархически структурированные когнитивно-эмоциональные внутренние представления индивида, которые определяют особенности восприятия событий окружающего мира и формирование поведения [50, с. 145-149]. По мнению В. Э. Чудновского убеждения выступают относительно самостоятельными образованиями личности, и имеют структуру, включающую в себя два компонента: когнитивный и эмоционально-личностный, то есть анализ определенной информации и собственная реакция, и отношение к ней. Г. Е. Залесский предполагает, что при выборе определенного мотива между различными мотивами человек должен учитывать не только свои ценностные установки, но и использовать убеждения, которые являются сверхситуативными и способными устанавливать систему личностных ценностей в качестве ориентира для внутренних решений. Жизненные события активируются через призму взглядов, убеждений и предшествующего опыта человека, что определяет

специфику его реакции на эти события [117, с. 74].

Жизненные ориентации как психологический феномен отличаются от феномена направленности и представляют собой общие мотивы и причины, лежащие в основе жизнедеятельности каждого индивида. Таким образом, можно считать, что жизненные ориентации влияют на общую направленность и активность человека.

Жизненные ориентации рассматриваются в различных континуумах: ориентация на счастье или успех; ориентация на изменения или спокойную жизнь; субъект-объектные отношения и направленности в разных жизненных ситуациях и др. [113, с. 107].

На наш взгляд З. Фрейда существенно дополняют представления о жизненных ориентациях человека. Согласно его теории базовой ориентацией человека является – стремление к получению удовольствия. И сам путь к его получению или избеганию заставляет человека преодолевать препятствия, связанные с временным неудовольствием. Кроме того, идеальным состоянием человека З. Фрейд считает состояние покоя при переживании удовольствия, а к окружающей действительности люди относятся именно через призму функциональной необходимости. Данная точка зрения добавляет в число характеристик жизненных ориентаций такой компонент, как удовольствие от какой-либо деятельности, которое предопределяет поведение, мотивы, цели и стремления личности [231].

В современных исследованиях исследуются различные типы жизненных ориентаций. Согласно Э. Фромму, можно выделить две основные категории: «ориентация на обладание» и «ориентация на бытие». Ученый считает, что в современном обществе преобладает «ориентация на обладание», что может привести к формированию неэффективных убеждений. Среди таких непродуктивных ориентаций Фромм выделяет рецептивную, эксплуататорскую, накопительскую и рыночную. Он противопоставляет этим ориентациям продуктивный тип – «ориентацию на бытие» [206]. Человек

ощущает себя самореализовавшейся личностью благодаря двум переживаниям: удовольствия и радости. При этом радость – это результат продуктивной активности человека в стремлении стать самим собой. Таким образом, по Э. Фромму основной ориентацией человека является ориентация на самореализацию через личные возможности и потенциал, в результате которой человек переживает радость. Данный подход расширяет представление о жизненных ориентациях личности до понятия самореализации как высшей степени удовлетворенности своими действиями, поступками, своей жизнью [38].

Среди концепций жизненных ориентаций следует выделить в зарубежной психологии теорию самодетерминации Ричарда М. Райэна и Эдварда Э. Диси, в которой рассмотрены три группы жизненных ориентаций, основывающиеся на превалировании внутренних или внешних стремлений: автономная, подконтрольная и безличная ориентации [189, с. 15].

В трудах Н. Ф. Наумовой представлены различные типы жизненных ориентаций: некоторый замысел, план жизни, жизненная цель, проект, общий девиз своего бытия; идея должного; ценности; социальные и культурные нормы; цель; самонаправленное поведение; отсутствие ориентира [112, с. 114].

В исследованиях А. А. Грачев представлена модель жизненных ориентаций, которая состоит из трех основных компонентов: ориентации на удовольствие (дефицитарная), самореализации и духовной ориентации [39, с. 28-38.]. Представим более подробную характеристику каждой из них:

- дефицитарная ориентация характеризуется фокусом на результатах, представленных в виде возможных наград и наказаний. Люди с такой ориентацией стремятся максимизировать награды и минимизировать наказания. Они используют различные средства и объекты для достижения своих целей и часто оценивают все вокруг себя. Такие люди стремятся повысить свое состояние комфорта и получить удовольствие путем удовлетворения своих потребностей;

- человек, ориентированный на самореализацию, стремится к раскрытию своего потенциала в различных аспектах жизни, включая когнитивные, коммуникативные и практические сферы. Он уделяет внимание процессу деятельности, а не только ее результатам, предпочитая решать сложные, но посильные задачи. Личность с такой ориентацией ценит творческую деятельность, наслаждается процессом и преодолевает препятствия, ощущая радость от вовлечения в различные виды деятельности;

- духовная ориентация включает стремление человека к осуществлению общегуманистических ценностей и самоотдаче во благо других людей. Личность, придерживающаяся такой ориентации, стремится к высшим чувствам – альтруистическим, интеллектуальным и практическим. Эти аспекты ориентации равноценны; их реализация определяет полноту жизни человека [39, с. 28-30].

Личность, по мнению В. Н. Мясичева, можно рассматривать как систему отношений, основанную на совокупности отношений к опыту и ценностям [122]. В его концепции личность рассматривается как эволюционирующая иерархическая система субъективных отношений, развивающаяся в процессе образования и саморазвития. Он подчеркивает значение «доминирующего отношения», которое, по его мнению, является сущностным для личности и непосредственно связано с поиском смысла жизни.

При изучении жизненных ориентаций необходимо рассмотреть вопрос о поиске смысла жизни и смысло-жизненных ориентациях как важных аспектах формирования системы жизненных ориентаций личности. Мы можем обратиться к учениям Виктора Франкла.

В теории ученого представлены три основных категории: стремление к смыслу, смысл жизни и свобода воли. Мы сосредоточимся на стремлении людей к поиску и реализации смысла своей жизни. В. Франкл считает, что это стремление является врожденным и присущим всем людям, и, в то же время,

является ключевым фактором в поведении и развитии личности. Исходя из собственного опыта и научных исследований, ученый приходит к выводу, что человеку важно придерживаться убеждения в существовании смысла жизни, который определяет его поступки и направляет к активным действиям. Этот смысл доступен каждому человеку независимо от его индивидуальных особенностей, возраста, уровня интеллекта, образования или характера. Но важно учитывать, что поиск смысла жизни является своеобразным призванием, важным вопросом и жизненной задачей, с которой человек сталкивается в течение своей жизни. Виктор Франкл предлагает подробное определение возможных положительных смыслов, чтобы подчеркнуть уникальность понятия «смысл» через апеллирование к категории ценностей. Как было отмечено ранее, система жизненных ориентаций основывается на ценностях, выработанных в различных социальных институтах. Эти ценности служат основой для формирования моральных принципов общества. В концепции В. Франкла ценности представляют собой обобщенные смысловые понятия, выработанные на основе типичных жизненных ситуаций, с которыми сталкивалось человечество в ходе истории своего развития [205, с. 12].

В. Франкл предложил классифицировать ценности на три группы: ценности творчества, ценности переживания и ценности отношения. Эти группы представляют собой три способа нахождения смысла в жизни. Ценность творчества заключается в том, что человек может внести вклад в мир через свои творения. Труд становится основным способом воплощения своих способностей, это личный вклад индивида в жизнь общества, превышающий его обязанности. Хотя ценности этой группы важны, они, по мнению ученого, не являются обязательными. Ценность переживания связана с тем, как человек воспринимает и переживает мир вокруг себя, а также с тем, что он извлекает из своих встреч и переживаний. Ценности отношения отражают отношение человека к своему положению, включая те ситуации, которые он может считать тяжелыми и неизменными [112, с. 300]. В. Франкл уделяет особое

внимание последней категории ценностей, которая становится особенно важной в ситуациях, когда человек оказывается в положении, где он не в силах изменить окружающие обстоятельства. Ученый считает, что именно ценности отношений становятся наивысшим приоритетом, когда человек сталкивается с кризисом или кажущейся безысходной ситуацией [112, с. 13].

Отсутствие смысла жизни может привести человека к состоянию «экзистенциального вакуума», о котором говорил В. Франкл. Ученый объяснял, что отсутствие ясного понимания своих истинных желаний у человека может быть обусловлено незнанием того, что он действительно хочет и что от него требуется. Изучая вопрос о смысле жизни, ученый указывает на необходимость критического осмысления самого смысла существования. Вернувшись к теме ценностей, и особенно к понятию «ценности для выживания», которое играет ключевую роль в работах В. Франкла, следует отметить, что «наибольшие шансы выжить...принадлежат тем, кто ориентирован на будущее...» – подчеркивает автор [112, с. 36].

В научной литературе выделяют два основных значения понятия «смыслоразностные ориентации личности». По мнению М. С. Яницкого, первое значение этого понятия связано с «ценностными ориентациями» и определяет направленность основных ценностей, формирующих смысл жизни человека. Ученый подчеркивал связь между понятиями «смысл» и «ценности», утверждая, что ценностные ориентации отражают то, что человек считает наиболее значимым и приоритетным, что содержит для него личностный смысл и определяет его цели в жизни [220]. Второе понимание смыслоразностных ориентаций, предложенное Н. В. Моздором, описывает целостную систему осознанных и выборочных связей, которая отражает направленность личности, наличие жизненных целей, осмысленность выборов и оценок, удовлетворенность жизнью (самореализацией) и готовность принять ответственность, влияя на свою жизнь [122, с. 9].

Смыслоразностные ориентации выражаются через установленные цели,

идеалы, убеждения, интересы и другие аспекты сознания личности, направляющие их поведение и развитие. Они определяют жизненный путь, влияют на самоопределение, раскрывают потенциал личности в настоящем и в будущем, а также помогают принимать важные решения, осознавая ценность и смысл своей жизни. Способ формирования смысложизненных ориентаций оказывает влияние не только на жизнь отдельного молодого человека, но также на представителей молодежи в целом, принадлежащих к определенной социальной группе [186, с. 74-78.].

Таким образом, ценности являются неким ядром жизненных ориентаций. Это, своего рода, некие идеальные цели, которые определяют точку отсчета при оценивании определенных событий; это и общие смысловые конструкции, формирующие целостность личности; стойкие мотивы, соответствующие общей жизненной деятельности и сохраняющие высокую устойчивость; критерии выбора, определяющие отношение индивида к окружающему миру, другим людям и самому себе [189, с. 15-16].

В научной литературе мы обнаруживаем пересечение понятий «ценностные ориентации» и «жизненные ориентации». Мы поставили перед собой задачу определить их сходства. По мнению Е. Ю. Коржовой, «жизненные ориентации» определяют направленность и регуляцию жизнедеятельности, а «ценностные ориентации» определяют ценность для личности различных аспектов жизни [85, с. 347].

Таким образом, жизненные ориентации играют ключевую роль в структуре личности, отражая осознанное отношение человека к социальной действительности. Они формируют мотивацию поведения и оказывают влияние на все аспекты жизни. Кроме того, существует взаимосвязь между ценностными ориентациями, установками и направленностью личности. Совокупность ценностных ориентаций определяет основные убеждения и ценности личности, которые формируют ее мировоззрение, отношения с окружающими и с самой собой. Эти аспекты в своем единстве соответствуют

парадигме жизненных ориентаций личности [132, с. 180].

Мы можем предположить, что ценностные ориентации являются основой формирования жизненных ориентаций и играют важную роль в развитии личности в целом. Таким образом, основные ориентации личности могут быть интерпретированы следующим образом: «конечная цель (к которой стремится человек) может быть связана с внешним объектом (ценностная ориентация) либо иметь психологический характер (жизненная ориентация)» [39, с. 29].

Говоря о жизненных ориентациях, мы не можем не обратиться к работам В. С. Мухиной по изучению феноменологии личности. В ее подходе ценностные ориентации, а соответственно и жизненные, являются составляющей самосознания. Отметим, что в данном понятии исследователь учитывает множество аспектов личности, которые осознанно воспринимаются индивидом, такие как: эмоции, мысли, мотивы, ценности, осознание собственного положения в обществе, а также особенности поведения. При этом самосознание – это единство всех звеньев, совокупность определенных связей между ценностными ориентациями и мировоззрением личности, которые обеспечивают тождественность и целостность личности. Заслуживает внимания тот факт, что нарушение ценностных ориентаций в структуре самосознания может повлечь за собой психологические проблемы и кризисы. Эта теория подтверждает нашу ранее высказанную идею о необходимости рассмотрения жизненных ориентаций и ценностей как части структуры личности. Следовательно, можно сказать, что развитие и формирование отдельных компонентов личности приведет к изменениям и в других ее аспектах.

По нашему мнению, важное значение имеет тот факт, что жизненные ориентации передаются и усваиваются в процессе взросления, через различные социальные институты и личный опыт.

Исследование жизненных ориентаций личности показывает специфику

их структуры на различных возрастных этапах, поэтому необходимо обратиться к микровозрастному подходу к изучению процесса формирования жизненных ориентаций.

В работах А. Лоуэна отражена идея о том, что дошкольный период является начальным этапом, на котором начинается формирование осознанного идеала «Я». По мнению психоаналитика, дети заимствуют ценности через сравнение самих себя с друзьями, учителями, персонажами и предыдущими привязанностями [108]. По мнению Н. И. Непомнящей, ключевым моментом в формировании жизненных ориентаций личности является ценностность, которая закладывается уже в возрасте шести лет [131, с. 13].

В юношеском возрасте человек начинает осознавать себя и свою жизненную деятельность более глубоко, склонен анализировать свое существование. Этот период играет важную роль в формировании мировоззрения, включая социальную ориентацию, постановку целей и стремлений в будущее. При этом, по мнению И. С. Кона, установки и взгляды на этой жизненной стадии часто противоречивы [84].

С возрастом личностная система жизненных ориентаций может претерпевать изменения под воздействием различных факторов, включая исторические события, социально-политический контекст, религиозные убеждения и состояние здоровья. Жизненные ориентации человека постоянно преобразуются и обогащаются на протяжении всей жизни, особенно у тех, кто глубоко задумывается о самом себе. В трудах С. Л. Рубинштейна отражается идея о том, что изменение ценностей является естественным результатом развития личности и изменения ее взаимодействия с окружающим миром, прежде всего, с другими людьми и обществом [170, с. 384].

По мнению Ш. Бюлер, в пожилом возрасте человек осмысливает свою жизнь и ставит перед собой задачу найти смысл своего бытия. На закате жизни человек может осознать глубинное значение своих прошлых целей и оценить,

насколько они были достигнуты [112, с. 115].

Как можно заметить, формирование жизненных ориентаций – это длительный процесс, который зависит от культурных и исторических условий, в которых развивается личность, а также от особенностей ее социализации и индивидуальной сензитивности.

Итак, в заключение можно сказать, что основу психологической концепции формирования жизненных ориентаций составляет интерес к их содержанию. В структуру жизненных ориентаций входят следующие составляющие: категория ценностно-личностной направленности, а именно система предпочтений личности; направленность; цели деятельности человека и группы; активность личности и ее реализация в деятельности; базовые убеждения.

Особую важность в понятии «жизненные ориентации» представляют: модели и типологии жизненных ориентаций; смысл жизни человека и смысложизненные ориентации; устремленность к базовым переживаниям; ценностные ориентации как основа и стимул к развитию жизненных ориентаций; возрастные и социальные особенности формирования жизненных ориентаций.

Система жизненных ориентаций личности представляет собой совокупность ценностей, которые человек формирует в соответствии с его собственным внутренним планом жизни и траекторией индивидуального жизненного пути.

## **1.2. Жизнестойкость личности как фактор противостояния стрессогенным факторам**

Аналогом термина «hardiness», введенного в научный понятий аппарат С. Кобейса и С. Мадди, в отечественной психологии выступает понятие «жизнестойкость», предложенное Д. А. Леонтьевым.

Понятие жизнестойкости тесно связано с экзистенциальной теорией личности, предложенной П. Тиллихом [199, с. 164], который говорил о необходимости иметь «мужество быть». В понимании М. Хайдеггера [207, с. 245] эта отвага заключается в способности действовать несмотря на тревогу, связанную с неопределенностью будущего и чувством одиночества вопреки ощущению «заброшенности» [207, с. 245]. Жизнестойкость позволяет человеку принимать решения в сложных ситуациях, несмотря на их неизвестность и неопределенность. Понятие жизнестойкости объединяет исследования в области психологии стресса, анализирующие экзистенциальные представления о сущностной тревоге и путях ее преодоления, предлагая эффективный ответ на актуальные проблемы XXI века, основанный на экзистенциальных принципах [104].

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, мире и отношениях с ним, которая формируется в течение жизни и может быть развита. Так, С. Мадди была предложена модель жизнестойкости, включающая три компонента, и представляющая определенные убеждения человека, которые позволяют ему сохранять активность, а также препятствуют негативному влиянию стрессогенных факторов [104, с. 178]. Рассмотрим каждый из компонентов подробнее:

1) Вовлеченность – это уверенность в том, что участие во всех событиях дает возможность найти что-то ценное и интересное для себя. Человек, который полностью вовлечен, испытывает удовлетворение от своей деятельности. В отсутствие такой уверенности возникает ощущение

отчуждения, когда человек ощущает себя оторванным от жизни. Следовательно, чувство уверенности в себе и убеждение в благожелательности мира свидетельствуют о наличии вовлеченности.

2) Контроль предполагает уверенность в том, что участие человека в деятельности имеет влияние на развитие событий, даже если его влияние не является абсолютным и успех не гарантирован. Этому противоположно чувство беспомощности. Люди, у которых развит компонент контроля, уверены в своей способности принимать решения и определять свое будущее самостоятельно.

3) Принятие риска – это уверенность человека в том, что опыт, полученный в результате происходящих событий, способствует его личностному росту, несмотря на его позитивный или негативный характер. Человек, который считает жизнь возможностью для обогащения опыта, готов действовать даже без гарантий успеха, рискнуть, так как верит, что стремление к комфорту и безопасности стесняет личное развитие. Принятие риска предполагает использование опыта для личностного развития и применения его в будущем [104, с. 3].

Таким образом, учитывая то, что жизнестойкость представляет собой определенный «ресурс» человека, который позволяет ему пережить трудную ситуацию, а также выдерживать напряжение в кризисных ситуациях, следует отметить, что такой ресурс обеспечивается за счет компонентов жизнестойкости, которые стимулируют устойчивость к неопределенности [75].

Модель жизнестойкости С. Мадди включает также пять механизмов, которые активизируют «запуск» таких категорий как ценность и смысл в любых жизненных обстоятельствах:

- жизнестойкие убеждения помогают воспринять изменения в жизни как менее стрессовые за счет вовлеченности, контроля и принятия риска;
- мотивация к применению трансформационного совладания,

подразумевающее открытость к новым возможностям и активное поведение в стрессовых ситуациях с применением копинг-стратегий;

- жизнестойкие люди могут улучшить свою иммунную реакцию за счет психической и физической мобилизации;

- проявление большей ответственности за свое здоровье через практику жизнестойких привычек;

- поиск социальной поддержки, которая является эффективной, а также способствует преодолению трудностей и развитию навыков коммуникации [133].

Так, в тяжелых условиях жизнестойкость является ресурсом преодоления отчаяния, беспомощности и потери смысла [104, с. 3-8]. Жизнестойкость относится к базовым характеристикам личности и позволяет в любых ситуациях ощущать ценность и смысл жизни [246].

В последние годы отмечается особый интерес к проблеме жизнестойкости в отечественной психологии, тем не менее, все еще нет единого подхода к описанию данного психологического феномена. В работах Д. А. Леонтьева понятие жизнестойкости представляется в качестве интегративной характеристики личности и рассматривается в контексте концепции своеобразного личностного потенциала, что имеет прямое отношение к успешному преодолению человеком различных трудных жизненных ситуаций. Согласно теории Д. А. Леонтьева, жизнестойкость, с одной стороны, служит источником устойчивости, делающим человека более непоколебимым и менее уязвимым в сложных жизненных обстоятельствах, а с другой стороны, представляет собой ресурс саморегуляции, детерминирующей процесс принятия решений в зависимости от жизненных обстоятельств [1]. По мнению Д. А. Леонтьева, Е. И. Рассказовой, Е.Ю. Мандриковой, Е. Н. Осинной и А. В. Плотниковой, жизнестойкость выступает одним из главных факторов, определяющих зрелость и сложность саморегуляции личности, и представляет собой одну из ключевых

характеристик личностного потенциала, а не только ограничивается ролью своеобразного буфера в ситуациях стресса [104, с. 46].

Так, диспозицией, которая характеризует меру способности личности выдерживать влияние стрессовой ситуации, при этом сохраняя внутренний баланс и не снижая успешности деятельности, – является жизнестойкость [93, с. 130-132]. По-видимому, интерес психологов к исследованию феномена жизнестойкости будет только расти, так как возникает потребность в использовании этого концепта для решения различных практических задач. Таким образом, при исследовании проблемы жизнестойкости в экстремальной ситуации социогенного характера мы уделяем особое внимание изучению внутренних факторов развития социально-психологических качеств личности, проявляющихся в данной ситуации, а также делаем акцент на выявлении ее способности эффективно использовать накопленный опыт в процессе переживания экстремальной ситуации социогенного характера.

### **1.3. Особенности взаимодействия личности и окружающей среды в условиях экстремальной ситуации**

Частое использование в научной литературе терминов «среда» и «ситуация» в качестве тождественных либо синонимичных понятий требует более детального изучения данных категорий. Под средой понимается совокупность условий, внешних воздействий и стимулов, влияющих на индивида. Однако без ясного определения понятия «ситуация» трудно правильно оперировать понятием «личность». Результаты многих исследований показывают, что особенности развития личности нельзя изучать без учета постоянного взаимодействия с окружающей средой, в которой она находится [22]. Среда играет ключевую роль как источник информации и как место, в котором осуществляется деятельность человека. Подчеркивая значение среды, можно выделить несколько составляющих, входящих в ее структуру:

- природные условия, такие как климат, растительность и географические характеристики, оказывают непосредственное воздействие на здоровье человека, что, в свою очередь, влияет на его психическое состояние;
- социальная среда, включая большие и малые группы людей, формирует особое окружение, в котором живет человек на различных этапах своего развития;
- культурная среда, которая включает систему ценностей, отражает потребности, образ мышления и образ жизни человека [127, с. 4].

В современном мире нельзя полностью понять личность вне контекста ее ситуации. Ситуация, в которой человек находится, оказывает значительное влияние на его развитие и поведение. Ситуацию можно рассматривать как определенный «сегмент социальной жизни», включающий в себя других людей, место действия, цели деятельности и другие аспекты [18, с. 3]. Рассматривая данное понятие, важно отметить, что его определение сильно

зависит от того, как человек воспринимает окружающий мир. Восприятие человеком своей реальности происходит в контексте сложных конструктов, таких как «человек в ситуации».

Ситуация, в которой находится человек, представляет собой комбинацию определенных условий, внешних воздействий и стимулов, влияющих на индивида. Поскольку окружающая среда влияет на поведение человека, важно рассматривать личность и ее психологические особенности как в рамках социально-культурного контекста, так и в контексте конкретных социальных ситуаций, в которых происходит взаимодействие личности и ситуации [22].

Л. Магнуссон, А. Фарнхейм, М. Аргайл, В. Мишель, Г. В. Балл рассматривают ситуацию как часть среды на определенном отрезке жизни [22]. Исходя из этого, структура ситуации включает в себя ее участников, а также временные и пространственные аспекты. В современной психологии существует и другой подход к пониманию ситуации, согласно которому она рассматривается не как совокупность объективных элементов, а как результат активного взаимодействия между личностью и окружающей средой. Поэтому понятие «ситуация» может быть рассмотрено с двух точек зрения – как объективное явление, зависящее от внешних обстоятельств, или как субъективное явление, зависящее от личности.

Таким образом, ситуация представляет собой комбинацию субъективных и объективных элементов, которые находят отображение в деятельности человека. В работах П. Бергера и Т. Лукмана ситуация представляется как результат активного взаимодействия человека и внешних условий его существования [18, с. 7]. Человек рассматривается как активный участник жизненной ситуации, поскольку он проявляет активность, взаимодействуя с окружающим миром, анализируя происходящие события и оценивая свое положение как благоприятное, сложное или критическое. Следует отметить, что одна и та же ситуация может быть воспринята и оценена

людьми по-разному, а поведение человека в конкретной ситуации, включая трудные ситуации, зависит от сочетания внешних и внутренних факторов его жизни и развития.

Экстремальная ситуация представляет собой крайне напряженную ситуацию, в которой взаимодействие между окружающей средой и личностью достигает своего максимума.

В современном мире человек все более и более часто подвергается риску оказаться вовлеченным в различные экстремальные ситуации, такие как природные или техногенные катастрофы, стихийные бедствия, военные конфликты, террористические акты и др. Эти события значительно воздействуют на психологическое состояние личности. Результатом воздействия экстремальных ситуаций на человека – как на прямых участников происшествий, так и на сторонних наблюдателей, которые стали косвенными участниками, могут выступать отсроченные и затяжные реакции.

Экстремальная ситуация – ситуация происходящая внезапно и воспринимаемая как угроза жизни, здоровью, личной целостности или благополучию человека, обычно сопряжена с критическими обстоятельствами [214, с. 15]. Таким образом, экстремальная ситуация выходит за рамки обычного опыта человека и создает опасность для его личности или общества в целом. В таких ситуациях необходима максимальная мобилизация всех ресурсов и возможностей человека, поскольку такие обстоятельства часто ощущаются как напряженные и угрожающие [204, с. 14-21].

Существует несколько видов экстремальных ситуаций: природные катастрофы, техногенные кризисы, биологические угрозы и социальные кризисы. Рассмотрим особенности экстремальных ситуаций, вызванных социальными факторами. Экстремальные ситуации, обусловленные социогенными факторами, имеют особенности, отличающие их от других типов кризисов. В них обязательно присутствует элемент конфликта и «другой» в роли агрессора. Имеются в виду ситуации, связанные с

преступностью, военными конфликтами, террористическими актами, массовыми беспорядками, репрессиями и другими событиями, которые могут нанести психологический и физический вред человеку. Особенностью этих ситуаций является их разрушительный масштаб, возможность нанесения вреда и угроза жизни. Мы видим, что психика человека может серьезно пострадать под влиянием различных факторов, что может привести к возникновению психологических отклонений в будущем. В основе экстремальных ситуаций лежит психотравмирующее событие, которое препятствует человеку регулировать свою повседневную деятельность и психическую активность [9].

Таким образом, понятия «среда» и «ситуация» не идентичны и, соответственно, не могут рассматриваться как синонимы, поскольку среда представляет собой совокупность внешних условий, в то время как ситуация всегда включает в себя человека. Среда характеризуется устойчивостью, длительностью воздействия и относительной стабильностью, в то время как ситуация – это временное явление. В заключение можно сказать, что факторы среды представляют собой определенные условия, в которых человек активно взаимодействует с текущей ситуацией своей жизни. Исходя из того, как формируются обстоятельства в конкретной ситуации, мы можем с уверенностью утверждать, что ситуация оказывает непосредственное влияние на личность в целом и на каждую ее отдельную составляющую [135].

#### **1.4. Психологические особенности личности в период молодости**

Исследуя процесс формирования жизненных ориентаций у молодежи, находящейся в экстремальной социогенной ситуации, важно выявить психологические особенности данного возраста и установить возрастные границы.

Известно, что личность человека формируется постепенно на протяжении всей жизни. На протяжении онтогенетического развития для психической жизни человека характерны рост, развитие, деградация, разрушение, являющиеся формами внутренних изменений психической жизни. Обращаясь в настоящем исследовании к психологическим особенностям молодежи, необходимо обратить внимание на тот факт, что для данного периода жизни характерно активное формирование личности, формирование ее качеств, свойств, определяющих основные направления будущего развития человека.

В современной психологии существует проблема определения точных границ периода молодости, так как существуют сложности его ограничения, а именно: с одной стороны – от периода юности, а с другой – взрослости. Некоторые психологи считают молодость третьей фазой переходного периода между детством и взрослостью, а также существует мнение о том, что молодость – это не тот период, который наступает вслед за юностью, а начинается с нее, включая ее в себя как этап.

Рассмотрим причины, наличие которых определяет размытость возрастных границ периода молодости. Прежде всего необходимо сказать, что объективные критерии, определяющие границы данного возрастного периода, фактически отсутствуют. Среди таковых можно выделить следующие критерии:

- начало самостоятельной трудовой деятельности;
- получение профессионального образования, совмещаемого с началом

профессиональной деятельности;

- получение независимости материального характера;
- приобретение определенного социального, политического статуса в гражданских и политических правах;
- начало брачных отношений, сопровождающееся либо вступлением в брак, либо началом сожительства;
- возрастание степени ответственности за свои поступки, необходимость принимать решения;
- необходимость перехода к самостоятельной жизни, приобретению независимости от родителей;
- физиологическая зрелость;
- активная жизненная позиция [90, с. 12-13].

Рассмотрим периодизации возрастного развития, включающие период молодости, предлагаемые различными авторами (см. в таблице 1) [15, с. 35].

Таблица 1.

**Возрастные периодизации, охватывающие возраст старше юношеского**

| Исследователь      | Возрастные рамки                             | Период           |
|--------------------|--|------------------|
| <b>В. Гинзбург</b> | 16-24 года                                   | юность           |
|                    | 25-40 лет                                    | ранняя зрелость  |
|                    | 45-50 лет                                    | поздняя зрелость |
| <b>В. Бунак</b>    | 17-25 лет                                    | юность           |
|                    | 25-45 лет (у мужчин)<br>25-40 лет (у женщин) | взрослость       |
|                    | 46-55 лет (у мужчин)<br>41-55 лет (у женщин) | зрелость         |
|                    |  |                  |
| <b>Д. Биррен</b>   | 12-17 лет                                    | юность           |

|                   |            |                        |
|-------------------|------------|------------------------|
|                   | 18-25 лет  | ранняя зрелость        |
|                   | 26-50 лет  | собственно зрелость    |
|                   | 50-75 лет  | поздняя зрелость       |
| <b>Д. Бромлей</b> | 11-15 лет  | ранняя юность          |
|                   | 16-21 год  | поздняя юность         |
|                   | 22-25 лет  | ранняя зрелость        |
|                   | 26-40 лет  | средняя зрелость       |
|                   | 41-55 лет  | поздняя зрелость       |
|                   | 56-65 лет  | предпенсионный возраст |
| <b>Д. Векслер</b> | 16-20 лет  | юность                 |
|                   | 20-35 лет  | ранняя зрелость        |
|                   | 36-53 года | поздняя зрелость       |
| <b>Э. Эриксон</b> | 12-20 лет  | отрочество и юность    |
|                   | 20-25 лет  | ранняя зрелость        |
|                   | 26-60 лет  | средний возраст        |
|                   | от 65 лет  | поздняя зрелость       |

Проанализировав данные периодизаций различных психологов, мы можем утверждать, что понятие «молодость» в психологии не является официально признанным возрастным периодом. Учитывая тот факт, что молодежь – это в некоторой степени конкретно-историческое явление, в каждой стране, в зависимости от уровня ее развития, культуры или традиций существует свое понятие и представление о данной группе общества. Апеллируя к данным Всемирной программы действий в интересах молодежи ООН, молодежь определяется как категория лиц возрастом от 15 до 24 лет [161, с. 22]. В настоящей работе релевантными границами для исследования респондентов был выбран возрастной диапазон 18-25 лет. Данный выбор

обосновывается исследованиями Э. Шпрангера, который утверждал, что среди новообразований юношеского периода выделяется развитие рефлексии, осознание своей уникальности и индивидуальности. Кризис, завершающийся в юности, открывает перед человеком способность к проявлению своих ценностных ориентаций, в сопоставлении их с другими, общечеловеческими ценностями, и к формированию системы жизненных ориентаций. Личность в данном возрасте способна осознанно принять, отторгнуть или адаптировать ценности к собственному мировоззрению. Период от 18 лет отличается временем получения образования, профессиональной подготовки, а в дальнейшем – реализацией своих умений, творческого и профессионального потенциала. Данный возрастной период отличается тем, что молодежь строит жизненные планы, в которые включается получение образования, освоение профессии, построение карьеры, создание брачно-семейных отношений. Период молодости плавно переходит в зрелость, и личность подходит к кризису 30 лет [30, с. 140]. Данный кризис представляет собой осознание человека временной ограниченности жизненного пути: личность переживает закат молодости, который по праву считается периодом расцвета. Человек ощущает взросление и одновременно – возрастные изменения своего тела. Отмечается и изменение к самой личности со стороны общества. Человек подводит итоги, соотносит достигнутое к настоящему моменту с поставленными еще в юности целям [12, с. 79].

В своих работах Э. Эриксон выделяет в качестве ведущей характеристики периода молодости потребность стремления к сохранению идентичности, целостности Эго. Потребность в сохранении идентичности остается актуальной, так как Эго, самосознание человека, развивается на протяжении всей жизни. Таким образом, следует обратить внимание на то, что и периодизация должна охватывать весь жизненный путь человека. Э. Эриксон период молодости очерчивает концом юности и началом среднего возраста, обозначая его периодом ухаживания и ранними годами семейной жизни. В

качестве задачи данного возрастного этапа исследователь выделяет разрешение противоречия: близость или изоляция. На данном возрастном этапе человек развивает в себе способность к проявлению близости – к заботе о другом, к раскрытию своей личности перед другим человеком, при этом не боясь потерять себя, свою индивидуальность. Также в период молодости человек характеризуется умением проявлять нравственность, мораль, формируются такие качества как аффилиация и любовь. Противоположная характеристика – избегание близости – приводит к чувству изоляции и последующей самопоглощенности, что в последующем приводит к чувству одиночества [218].

Таким образом, переход к взрослой жизни, как и всякий переходный этап, содержит в себе внутренние противоречия, которые детерминированы как внешними факторами, так и индивидуальными особенностями развития личности. С одной стороны, молодой человек, который начинает самостоятельную жизнь в обществе, приобретает статус взрослого человека. Но, с другой стороны, за неимением опыта «взрослой» жизни, человеку еще предстоит его приобрести [90, с. 20].

Существует ряд и социально-психологических факторов, которые «размывают» нижнюю и верхнюю границы периода молодости. Так, «нижняя граница» молодости может быть детерминирована:

- жизненными обстоятельствами, которые заставляют повзрослеть раньше;
- военными событиями, утратой близких, ранней трудовой деятельностью;
- инфантильностью.

Говоря о «верхней границе», следует отметить, что она может быть также определена кризисом перехода к периоду зрелости или же быть вовсе незафиксированной. В этом случае можно наблюдать такие явления, как «молодые старики» или «вечная» молодость [90, с. 13].

В своем исследовании мы хотели бы учесть и юридический аспект в определении возрастных границ периода молодости. Так, подписанный президентом Российской Федерации В. В. Путиным Федеральный закон от 25 декабря 2020 года «О молодежной политике в Российской Федерации» постановляет считать молодежью социально-демографическую группу, возрастом от 14 до 35 лет включительно [57]. Поэтому, основываясь на анализе возрастных периодизаций, существующих на сегодняшний день в науке, а также принимая во внимание юридический и социальный аспекты положения данной группы лиц в обществе, мы проводим исследование на респондентах возрастом от 25 до 35 лет включительно, считая их молодежью.

Таким образом, выбранный нами возрастной период наиболее четко отвечает запросу к исследованию особенностей формирования жизненных ориентаций молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, так как в данный жизненный период смысловые ориентации наполняют жизнь человека смыслом, а также детерминируют позицию личности на всех этапах онтогенеза [12, с. 84].

Молодежь, как отдельная социальная группа, наиболее уязвима к негативному влиянию нестабильности в области социально-политических и экономических процессов, включая опыт проживания в условиях длительного военного конфликта. В этом возрастном периоде происходит интенсивный процесс социализации, индивидуализации и формирования личностного самосознания [27, с. 414-416]. Период молодости отмечен активным процессом становления личности, формированием ее убеждений, ценностей, социокультурной принадлежности. Вместе с тем, это время также характеризуется недостаточной устойчивостью и неопределенностью в своих взглядах и в развитии интеллектуальных и эмоциональных аспектов личности. Согласно исследованиям Ю. А. Зубка и В. И. Чупрова [59], молодые люди в значительной степени зависят от того, насколько они интегрированы в общество, в котором они живут, и насколько они чувствуют себя его частью.

Отсутствие у молодежи четкой идентификации с определенными группами может привести к кризису личной идентичности и возможности присоединения к девиантным группам, включая экстремистские организации.

Существует мнение о том, что молодежь сталкивается с увеличивающейся неопределенностью и размыванием собственной идентичности, что связано с процессами глобализации. Мы признаем важность этого явления и перейдем к его анализу в рамках научных исследований. Феномен размывания идентичности оказывает разностороннее воздействие на молодежь, поскольку их идентичность в значительной степени зависит от устойчивости социальной системы и роли социальных институтов в обществе.

Исследования, проведенные Н. М. Лебедевой, С. Б. Рыжовой и Г. У. Солдатовой [156, с. 65-71], говорят о том, что позитивная этническая идентичность служит основой для развития этнической толерантности.

Позитивная этническая идентичность означает положительное восприятие своей этнической группы и других этнических групп, что способствует ее устойчивости и спокойному взаимодействию между разными этносами в мире. Позитивная этническая идентичность является основой для сохранения уникальности и стабильности жизни этнической группы, а также ключевым условием для мирного взаимодействия между различными этническими сообществами. Согласно исследованиям Л. И. Божович, Л. С. Выготского, И. С. Кона, А. В. Мудрик, Б. С. Мухиной, наиболее интенсивное развитие этнической идентичности личности происходит в период молодости. В этом возрастном периоде особенно активизируются потребности в самоопределении в жизни, включая и этническую идентичность. Таким образом, развитие этнического самосознания способствует успешному социальному функционированию личности. Во-первых, человек чувствует себя более уверенно и защищенно, когда определяет себя в контексте своей этнической принадлежности, особенно в

периоды нестабильности, революций или конфликтов. Кроме того, через этническую самоидентификацию открывается возможность формирования собственной личной культуры, нахождения ценностных ориентаций и образцового поведения в обществе. Во-вторых, этническое самосознание способствует успешной адаптации в обществе и развивает умение толерантного межэтнического взаимодействия.

Сейчас очевидно, что идентичность молодежи складывается под воздействием как традиционных аспектов, таких как ценности и социальные нормы, так и новых факторов, включая глобализацию, популяризацию, престиж профессии и другие обстоятельства. Отсутствие четких ценностей может привести к формированию потребительского отношения к жизни, к обеднению духовности, что, в свою очередь, может привести к равнодушию к себе и к окружающим, апатии и, в конечном итоге, угрожать утратой нравственного и духовного здоровья общества [65].

В трудах Л. И. Божович раскрывается не только проблема формирования мотивационно-потребностной сферы, но и вопрос становления личностно-смысловой сферы личности [12, с. 78]. Желание индивида прийти к самоопределению и найти смысл в своей жизни является основополагающим как в период молодости, так и на более поздних этапах.

В молодости человек впервые сталкивается с событиями, которые развивают его внутреннюю позицию, ответственную за принятие важных решений: о выборе профессиональной деятельности и самореализации, о поиске брачного партнера и создании семьи, об установлении различных социальных контактов и выборе близких друзей и др. В структуре самосознания личности в период молодости В. С. Мухина выделяет следующие составляющие:

- имя: имя закрепляется за личностью в результате ее вхождения в профессиональную деятельность. Изменяется отношение человека к себе, к своему образу, телу, к своему роду;

- притязание на признание: личность максимально стремится к достижению успеха и получению результата. Происходит переосмысление взаимоотношений, круг общения сужается, проявляется стремление к установлению настоящих близких отношений;

- психологическое время личности: планы и стремления личности направлены в будущее. Происходит конфликт между желанием человека получать удовольствие от жизни здесь и сейчас, жить настоящим моментом и потребностью усердно работать, развиваться, ограничивать себя в развлечениях и удовольствии для достижения результата в будущем;

- социально-нормативное пространство личности: качество совладания личности с новыми правами и обязанностями прямо пропорционально ее успешности или неуспешности в различных значимых сферах жизни;

- половая идентификация: разрешение различных задач и ситуаций в зависимости от гендерной идентичности [12, с. 79].

В период молодости человеку представляется важным жить настоящим, но, в отличие от юношей и подростков, чьи взгляды устремлены в будущее, потребность обращения к будущему у молодого человека трансформируется в уникальную форму жизни настоящим, создавая ориентацию на успех. Данное образование способствует развитию устойчивой стратегии, направленной на реализацию жизненной перспективы. В. Штерн, описывая психологически особенности личности в период молодости, утверждает, что молодость длится до тех пор, пока человек ставит перед собой цель, знает, что за одной ступенью существует следующая и продолжает стремиться к чему-то дальше. Задачей каждого молодого человека является перенести из предыдущего периода, периода юности, в период зрелости состояние постоянного стремления и искания, и таким образом оставаться вечно молодым [12, с. 82].

Так, проведя теоретический анализ научных работ, мы подчеркнули необходимость формирования жизненных ориентаций в период молодости, так как личность на данном возрастном этапе может характеризоваться

склонность к утрате идентичности, ценностной системы, смысло-жизненных ориентаций, что в последующем представляет угрозу отчуждения человека от социума, риск профессиональной несостоятельности. Поэтому формирование жизненных ориентаций личности в период молодости крайне важно, так как данный процесс определяет внутреннюю позицию личности, придавая ей смысл жизни на всех этапах онтогенеза.

## **1.5. Влияние ситуации длительного вооруженного конфликта на формирования жизненных ориентаций личности (на основе анализа военного конфликта на Донбассе)**

Современный мир перенасыщен конфликтами в разных точках земного шара. Зачастую результатом споров является развертывание военных действий.

Война на протяжении многих веков представляла собой вооруженную борьбу между государствами или народами, между классами внутри государства. Следует отметить, что особенности протекания военных действий постоянно меняются. Это оказывает негативное влияние как на людей, которые являются участниками боевых действий, так и на мирное население, которое проживает на территории протекания военного конфликта. Для любого человека война всегда означает разрушение его жизни, его представлений о себе и о мире. Это, главным образом, угроза безопасности жизни, страх и мучения.

Особенности современных войн – это, прежде всего, их локальность и затяжной характер. Повышенное внимание в современных исследованиях уделяется таким понятиям как «гибридные войны», «затянувшийся вооруженный конфликт».

Военные действия подобного рода длительны и не приводят к продвижению вглубь какой-то определенной территории. Такие конфликты предполагают применение не только стандартных видов вооружения, но и использование специальных технологий: информационное воздействие, манипулирование людьми с помощью СМИ, воздействие на ценностные ориентации, установки личности. В литературе предложена классификация гибридных военных конфликтов:

- вооруженный конфликт низкой интенсивности означает столкновение сил, вызванное религиозными, этическими, политическими или другими

мотивами, где количество погибших не превышает 50 человек в год.

- вооруженный конфликт средней интенсивности характеризуется периодическими террористическими актами и боевыми действиями, где число жертв не превышает 500 человек в год.

- вооруженный конфликт высокой интенсивности представляет собой активное столкновение сторон с постоянными боевыми действиями, применением обычного и массового вооружения, привлечением иностранных государств и более чем 500 погибшими в год [81].

Исследования ученых и специалистов в военной области показывают, что перед началом большинства войн происходит серьезная массовая подготовка и создаются предпосылки для конфликта. Люди, попадающие в зону военного конфликта, подвергаются массивному внешнему воздействию, которое влияет на их психоэмоциональное состояние.

В мире на данный момент активно идут более двадцати вооруженных конфликтов, включая конфликт в Донбассе. Десятый год жители данных территорий находятся в состоянии войны. Рассматриваемый конфликт относится к категории высокоинтенсивных, так как боевые действия продолжаются почти непрерывно и количество жертв превысило 10 тысяч человек [7]. Наблюдая за поведением людей в этом регионе за все это время, мы пришли к выводу, что они все-таки смогли сохранить способность жить и работать, а также выполнять свои обязанности как гражданина страны по поддержке военных и тех, кому особенно сейчас нужна помощь.

Жители Донецкого региона оказались в трудном положении из-за постоянных обстрелов, что привело к гибели мирных жителей, отсутствию безопасности и возникновению аварийных ситуаций. Из-за боевых действий происходит разрушение инфраструктуры, что создает угрозу гуманитарной катастрофы. Кроме того, непрерывное напряжение усиливается использованием средств массовой информации и социальных сетей, в которых систематически распространяются панические настроения, недостоверные,

непроверенные сообщения и слухи.

В условиях крайней необходимости спасения своей жизни и жизни своих близких люди вынуждены принимать решения на ходу, что оставляет им очень мало времени на обработку поступающей информации. Конфликт в Донбассе спровоцировал экономический упадок, изменение образа жизни и разрыв социокультурных связей, что привело к неуверенности в будущем. Жители зон военных конфликтов, страдающие от стресса, апатии, депрессии и страха, часто пересматривают свои ценности и приоритеты, внося изменения в свою ценностно-смысловую сферу. Люди либо удерживают свои прежние жизненные ценности и установки, сохраняя их важность, либо формируют новые, если старые были утрачены [176, с. 111-116].

В соответствии с определением Е. Ю. Коржовой, жизненные ориентации являются детерминантами, определяющими направленность личности и контроль деятельности в жизни [85, с. 341]. Ценностные ориентации – это то, что имеет важное значение для личности в различных аспектах ее жизни [85, с. 347]. Таким образом, ценностные ориентации представляют собой один из основных компонентов личности, отражающих осознанное отношение человека к социальной действительности. В то же время, жизненные ориентации составляют совокупность ценностей, которые личность усваивает и применяет в своей собственной жизни [132].

Резюмируя, отметим, что ценностные ориентации являются основой для формирования жизненных ориентаций и в действительности представляют собой взаимосвязанные элементы в развитии всей структуры личности. Поэтому основные направления жизнедеятельности человека можно определить следующим образом: конечная цель (на что направлена ориентация) может проявиться как во внешнем объекте (ценностная ориентация), так и в качестве психического образования (жизненная ориентация) [39, с. 29].

Рассмотрим, как личность воспринимает экстремальные социогенные

ситуации, и как они влияют на ее жизненные установки и ценностную структуру, на примере военного конфликта в Донбассе.

Мы считаем, что проблема изучения жизненных ориентаций личности определит перспективы жителей Донбасса в военный и послевоенный период. Так, изменение жизненных установок происходит в результате изменения самосознания людей, находящихся в экстремальных условиях. И. А. Андреева рассматривает психологические характеристики самосознания человека в условиях экстремальности в Донбассе [7], опираясь на работы В. С. Мухиной, в которых самосознание описывается как система устойчивых связей между ценностными ориентациями и мировоззрением человека, обеспечивающая его уникальность и идентичность. Самосознание личности формируется в социальной среде, к которой она принадлежит, и сохраняет основные ценности и смыслы даже при изменяющихся внешних и внутренних условиях [124, с. 57]. Следовательно, И. А. Андреева замечает, что жители, проживающие в зонах продолжительного военного конфликта, претерпевают явное изменение идеологии, норм, ценностных ориентаций в соответствии с их индивидуальной жизненной историей [7, с. 36].

Множество исследователей изучают процесс формирования ценностных ориентаций. Например, в трудах Е. Н. Рядинской содержатся результаты исследования, направленного на анализ ценностно-смысловой и мотивационно-динамической сферы личности, в которых ценностные ориентации играют важную роль. Исследование, проведенное в период с 2014 по 2017 год, включало в себя выборку из 723 человек в возрасте от 17 до 65 лет. Согласно результатам исследования у жителей, проживающих в районах интенсивных обстрелов, помимо основных ценностей, таких как здоровье, образование, достаток, семья и карьера, проявляются ценности, связанные с безопасностью, добром и миром [176, с. 112-113].

Вместе с тем, было выявлено, что некоторые жители районов, подверженных интенсивным обстрелам, отдают предпочтение материальным

ценностям и безопасности жизни, снижая значимость духовных и социальных ценностей.

Особенности жизни в условиях экстремального характера приводят к тому, что у жителей этой зоны происходят значительные изменения не только в системы ценностных убеждений, но и происходит перестройка всей смысловой сферы личности [176, с. 116].

Однако длительное пребывание в условиях социально-политической нестабильности заставило людей адаптироваться к новым условиям жизни. Несмотря на сложности, существующие на территории Донбасса, местные жители проявляют психологическую стойкость перед различными трудностями и ограничениями, поддерживая взаимопонимание и позитивные отношения друг с другом [184].

Интересным исследованием является работа Е. И. Барышевой, в которой изучались изменения в мировоззрении людей, переживших военный конфликт. Основой для исследования послужили данные, полученные с помощью специальной анкеты, созданной исследовательницей самостоятельно. В анкете содержится 13 вопросов, которые направлены на выявление уникальных особенностей восприятия мира и личной индивидуальности, а также на анализ самопонимания и способов оценки окружающей среды и событий. Ответы, полученные от участников опроса и их последующий анализ, подтверждают предположение исследователей о том, что ценностные установки личности и их система жизненных ориентаций претерпели значительные изменения. Приведем некоторые примеры: *«больше стала ценить жизнь»* (ж., 40); *«я поняла, что значит слово и понятие «безопасность»»* (ж., 45); *«изменилось понимание любви и предательства»* (ж., 45); *«больше стала ценить родных»* (ж., 45); *«близкие люди стали роднее»* (ж., 36) [11, с. 57]. Для преодоления сложной социальной ситуации, вызванной боевыми действиями, и при отсутствии опыта использования копинг-стратегий, человеку необходимо обладать способностью

адаптироваться к данной ситуации, а также определить ключевые жизненные ориентации и ценности, которые могут помочь ему преодолеть травматические события [11, с. 57-58]. Безусловно, произошли значительные изменения в личности в результате переосмысления ценностей и формирования нового взгляда на мир после преодоления травматических событий военного характера. Люди, попавшие в самый центр вооруженного конфликта, осознали важность основных жизненных принципов и ценностей жизни, таких как желание жить в мире и спокойствии, уважение к семье и забота о ней, забота о своем здоровье, способность к любви и поддержке, которые часто принимаются как должное в повседневной суете и иногда не оценены должным образом. Исследователь приводит в качестве примера высказывания участников исследования, которые были проанализированы при помощи метода контент-анализа: *«люди стали ценней относиться к своей жизни и жизни близких, стали добрее и намного сплоченней, появилось уважение друг к другу» (ж., 34); «Мы стали добрее, терпеливее и дружнее. Плакали и радовались вместе. Даже не думала, что вокруг столько хороших людей. Мы верим в победу и высшую справедливость» (ж., 47)»* [11, с. 58]. Мы видим, что изменения в системе ценностных ориентаций, вызванные военными событиями, могут быть более заметны и осознанны, чем в других обстоятельствах.

Когда речь идет о сильных эмоциональных переживаниях, таких как страх, паника, ужас и отчаяние, важно отметить, что человек может испытывать трудности с адекватным восприятием окружающей реальности, способностью давать объективную оценку событиям, принятием решений и преодоление стресса [16, с. 53-57].

Существуют определенные способы снятия стресса и достижения расслабления, которые могут называться девиантными поведенческими методами. К ним можно отнести чрезмерное употребление алкоголя и наркотиков, компьютерную зависимость, игроманию, расстройства пищевого

поведения, самоповреждения и попытки суицида.

Постоянное переживание отрицательных эмоций может привести к развитию психических и физических проблем личности. Также могут возникнуть и другие патологические состояния, такие как депрессия, различные фобии, ипохондрия, обострение хронических заболеваний и ухудшение физиологического состояния. Важно отметить, что длительное нахождение в невротическом состоянии может привести к тому, что личность погрузится в «виртуальную реальность». Так, можно отметить тенденцию к появлению новых видов зависимостей в современном мире, среди которых интернет-терроризм (интернет-буллинг, троллинг), синдром полуночника, синдром одиночества в большом городе, синдром жестоких игр («поколение геймеров», «жизнь в виртуальном мире»), синдром пульта дистанционного управления («автоматическая смена каналов»).

В дополнение, психологи выделяют другие негативные психологические состояния, такие как стресс, фрустрация, жизненный кризис, чувство лишения и конфликт. Такие состояния могут возникать из-за длительного пребывания человека в состоянии страха и постоянной тревоги, что может вызвать появление депрессивных настроений, увеличение агрессии, чрезмерную раздражительность и дисфорию [45]. Сильные эмоциональные реакции, возникающие у человека из-за постоянного стресса, могут достигать максимальной интенсивности, что способно повлиять на психическое здоровье, затруднить интеллектуальную деятельность и способность адаптироваться к повседневным жизненным событиям [16].

Даже при экстремальных жизненных ситуациях, у человека имеются внутренние силы, которые позволяют ему приспособливаться к новым условиям сложной социальной среды. В прошлом исследователи в области экстремальной психологии концентрировались исключительно на негативных аспектах экстремальных ситуаций и посттравматическом стрессовом синдроме, стремясь полностью устранить эти последствия пребывания в

условиях экстремальной ситуации через психологическую поддержку личности. Сегодня обсуждаются новые методы психологической поддержки людей, попавших в экстремальные ситуации, которые включают в себя аспекты принятия событий и трансформации опыта, способствующие личностному развитию пострадавшего [19, с. 94 -104].

Пребывание человека в экстремальной ситуации порождает развитие ненормативных кризисов. В исследованиях Л. Г. Жедуновой подтверждается гипотеза о том, что в период кризиса глубинных установок личности по отношению к себе, к людям, судьбе и жизни, а также к возможности контролировать мир, отмечается влияние устойчивой базисной структуры образа мира. По мнению ученого, в базовых убеждениях в период кризиса наблюдается определенная динамика, которая в большей мере характерна для убеждений, имеющих отношение к доброжелательности окружающего мира и к самооценности: в кризисе данные убеждения возрастают и приобретают характер «верования» [50]. Актуализация данных установок способствует отчаянию, чувству одиночества, сохранению веры в будущее и осмысленности жизни при опоре на опыт человечества. Схожие идеи представляются в работах Б. С. Братуся, который утверждает, что с помощью живого образа будущего появляются смыслы жизни [51].

Еще одной характеристикой способности личности удерживать баланс в стрессовых ситуациях и сохранять успешность деятельности, является жизнестойкость [93, с. 130-132]. Жизнестойкость представляет собой систему верований о себе, мире и отношениях с миром, и включает в себя три основных компонента: вовлеченность, контроль и принятие риска. Данная система формируется в течение жизни и может быть развита [104, с. 3-8]. В трудных условиях жизнестойкость становится ресурсом, помогающим преодолеть отчаяние, беспомощность и потерю смысла, и позволяет в любых ситуациях ощущать ценность и смысл жизни [246].

Таким образом, помимо негативных переживаний, о которых мы уже

упоминали, можно отметить возможность посттравматического роста. Согласно некоторым исследователям, этот ресурс связан с «дострессовым проактивным совладанием с потенциальными трудностями адаптации» [150, с. 231], который формируется благодаря осознанию личностью характера развития своего кризисного состояния. В процессе переживания этих событий на определенном этапе человек начинает рассматривать экстремальные ситуации как рутинные [134].

Таким образом, жители Донбасса восстанавливают свои собственные ресурсы через взаимопомощь, занятия творчеством, работу или образование, самосовершенствование, удовлетворяющие их потребности в значимости и самопроявлении, что благотворно влияет на различные аспекты личности. Люди пересматривают свой образ жизни, устанавливают новые ценности, уделяя внимание более важным и долгожданным нематериальным ценностям. Они находят в себе силы и вдохновение двигаться вперед к своим целям ежедневно, несмотря на сложности социально-политического контекста, и формируют новые ценностные установки [134]. «Они развивают в себе способности к жизнетворению – как это ни кажется невозможным» [185, с. 140].

## 1.6. Психологические особенности молодежи в условиях экстремальной ситуации

Анализируя психологические особенности молодежи Донецкого региона, отметим, что их социальная ситуация развития была отмечена не только нормативными событиями, но также ненормативными событиями, которые сопровождались фрустрацией и посттравматическим стрессом. Такие особенности обусловлены влиянием военных действий, которые начались на территории ДНР в 2014 году. Эти и другие экстремальные факторы, связанные с вооруженным конфликтом, могли наложить отпечаток на формирование жизненных ориентаций молодежи, а также на их ценности. Во времена напряженных событий в обществе структура жизненных ориентаций человека подвергается существенным изменениям. Меняется, в том числе, и его ценностная структура, и происходит так называемый «беспорядок ценностных ориентаций» [44, с. 81].

Выделим определенные типологические группы, опираясь на основные реакции молодежи на кризис ценностей (см. в таблице 2) [107, с. 81-82].

Таблица 2.

### Типологические группы молодежи в контексте реакций на кризис ценностей

| Группа    | Характеристика молодежи  | Поведенческие особенности  |
|-----------|--|--|
| I группа  | молодые люди, стремящиеся к созданию собственной группы в рамках новых ценностей | данная категория лиц только внешне приспосабливается к новым ценностям, полагаясь на возможность возвращения к доминирующему положению предыдущего строя |
| II группа | молодые люди, которые признают факт распада                                      | лица, относящиеся к данной категории, склонны к  |

|            |   |   |
|------------|---|---|
|            | старой ценностной системы, но тем не менее не стремятся к консерватизму в вопросе данных ценностей  | изменению при условии полной сохранности ценностного ядра   |
| III группа | молодые люди, негативно настроенные по отношению к прошлому; молодежь данной группы проявляет нетерпимость ко всем ценностным ориентирам, кроме собственных | представители данной группы стремятся строить новое общество, с новой системой ценностей  |
| IV группа  | крайне радикально настроенная группа людей  | данная группа пытается найти возможность конструктивного влияния на большую часть общества на основе «новых ценностей», образовавшихся вследствие духовного и идеологического вакуума |
| V группа   | это молодежь, для которой кризис ценностей выражается в полном разрушении   | эти люди чувствуют фрустрацию из-за разрушения ядра личности  |

Так, мы видим, что молодежь – это особая социальная группа, отличающаяся тем, что она находится в процессе формирования своей социальной личности, раскрытия и реализации своего социального потенциала [43, с. 67]. Изучение жизненных ориентаций молодого поколения, а также особенностей их ценностно-личностной структуры, развития их мировоззрения, вследствие влияния различных факторов на их

психологическую природу, позволяет прогнозировать социальные явления и процессы, а также будущее общества в целом.

В работах Ч. А. Шакеевой делается акцент на значимом влиянии общественно-политической ситуации на структуру жизненных ориентаций молодежи. По мнению исследователя, изменения подлежат, в первую очередь, ценности, относящиеся к нравственной сфере личности [209, с. 176].

Нестабильная социально-политическая ситуация выступает определяющим фактором, который также негативно отражается на психологическом состоянии молодежи. В такой ситуации моральная ценность борьбы за выживание выдвигается на передний план по отношению к морали социальной солидарности, что приводит к приемлемости и устойчивости насилия в молодежной среде и утрате психосоциального оптимизма [34]. Данные условия создают в сознании молодежи благоприятную среду для формирования враждебности, девиантных форм поведения, а также приводят к нарушению гармоничного взаимодействия личности молодого человека с социумом. Одним из вариантов благополучного выхода молодежи из тяжелой ситуации является их включение в активную социальную жизнь [107, с. 73]. Для разъяснения психологического состояния молодежи, живущей в сложной общественно-политической обстановке, обратимся к точке зрения О. Н. Скляренко, практикующего психолога, которая является свидетелем военных событий на Донбассе и представила свое видение данной ситуации: «На определенном этапе жизни человек как личность, длительно пребывая в экстремальных условиях, начинает воспринимать их как обыденные, стараясь не растрчивать ресурсы на негативное реагирование проблемной ситуации». Формируется так называемый *ресурсный потенциал*, который сдвигает приоритеты на рефлекссию в отношении прожитой жизни и ее ценности, создает условия для появления других жизненных смыслов, формирования новых жизненных целей и нахождения нестандартных подходов к решению проблемных ситуаций [185, с. 139-140].

Так, мы приходим к выводу о необходимости формирования личностных и поведенческих качеств саморегуляции молодежи в условиях нестабильной социально-политической ситуации с целью сохранения позитивного вектора развития в рамках структуры жизненных ориентаций. Основными задачами, способствующими психологической поддержке молодежи в экстремальных условиях, являются: улучшение навыков самоанализа и повышение степени убеждения в своей и чужой ценности, развитие способности достижения поставленных целей, развитие навыков адекватно реагировать в различных экстремальных ситуациях, обучение конструктивным методам управления своими эмоциями, формирование способности адекватно анализировать и оценивать свое состояние адекватно [145]. Также уникальной особенностью, на наш взгляд, является включенность молодых людей в добровольческую деятельность. Интересным примером, несущим жизнеутверждающую и жизнотворческую позицию, – является студенческая молодежь ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В. Шаталова». Молодежь, которая по-своему «пережила» события, происходящие на территории Донбасса, начиная с 2014 года. Молодежь, которая вопреки всем негативным обстоятельствам, с которыми столкнулись жители прифронтового города в условиях вооруженного конфликта, смогли адаптироваться к новым условиям. Благодаря кропотливому и заботливому труду преподавателей им удалось сформировать набор универсальных компетенций, которые позволили работать в непрерывно меняющейся, насыщенной экстремальными факторами ситуации, разрабатывать собственные стратегии поведения, нести ответственность за себя и других перед обществом, ставить новые цели, видеть перспективы.

Так, в Донецком государственном педагогическом университете им. В. Шаталова (г. Горловка) активно развивается добровольческое движение, датой основания которого считается декабрь 2014 года – время, когда уже

активно велись военные действия. Целями добровольчества является раскрытие потенциала молодежи, ее интеграция в процессы социального и духовно-нравственного развития общества, формирование нравственности и гуманизма всех участников движения, разработка и реализация социальных проектов, а также формирование благоприятного имиджа ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В. Шаталова». Адресатами получения добровольческой помощи выступают дети с ограниченными возможностями здоровья, дети из социально незащищенных семей, малыши, которые проходят лечение в больницах города, дети из общеобразовательных и воскресных школ, люди преклонного возраста, другие категории населения, нуждающиеся в поддержке. Например, с февраля 2022 года сюда еще добавилась группа резервистов, которые попали в экстремальные условия без должной психологической и физической подготовки, вследствие чего их психика особенно оказалась подвержена стрессовым воздействиям.

В рамках добровольческого движения был создан ряд проектов, которые пользуются огромной популярностью среди доброполучателей и имеют особую специфику в направленности своей деятельности. Так, волонтеры проекта «Твори добро» оказывают помощь детям всех возрастов и социальных категорий. В рамках данного проекта решается ряд задач: оказание культурно-досуговых услуг детям города; общение с воспитанниками социальных центров; сплочение детских коллективов; раскрытие творческих способностей воспитанников и студентов; профессиональное становление будущих учителей; приобретение опыта работы с разновозрастным детским коллективом, опыта педагогического общения с детьми с особыми потребностями; развитие эмпатийных способностей студентов; формирование потребности в добровольчестве.

Добровольческий проект «Помни о стариках» направлен на работу с людьми преклонного возраста, требующих внимания со стороны социума.

Цель данного проекта – оказание культурно-досуговых услуг людям преклонного возраста, находящимся в социальных учреждениях, для поддержания их психоэмоционального состояния. Необходимость действия данного проекта добровольцы обосновывают тем, что на сегодняшний день наблюдается острое нежелание молодежи общаться с людьми преклонного возраста, особенно с теми, кто находится в социальных центрах. Это связано с физиологическими, психологическими и поведенческими изменениями у пожилых людей. Отсутствие контактов с обществом способно вызвать у стариков неблагоприятные эмоциональные изменения: упадок духа, пессимизм, беспокойность и страх перед будущим. Таким людям необходима помощь добровольцев, которые смогут поддерживать эмоциональное и психологическое состояние пожилых людей, а также наладить связь между поколениями.

«Поющие клоуны. Горловка» – это команда волонтеров, объединенных общей целью – помочь особенным детям. Их ведущей задачей выступает оказание комплексной психолого-педагогической помощи детям с нарушениями интеллекта в условиях дошкольного образовательного учреждения компенсирующего типа, а также психоэмоциональная поддержка посредством музыки детей, имеющих множественные отклонения в развитии. Их способ работы с детьми имеет уникальную особенность: занятия проводятся с помощью музыкально-терапевтической практики.

Проект «Стань на крыло» предполагает оказание психологической помощи и поддержки наиболее уязвимым, в период военных действий, категориям специалистов – военнослужащим и медицинским работникам. Реализация проекта предполагает решение двух взаимосвязанных аспектов. С одной стороны, это оказание помощи людям, чья психика в сложных, длительных условиях экстремального характера истощается, что приводит к безотлагательности ее восстановления, а, зачастую, после полученных ранений, пережитых разного рода потерь и утрат (здоровья, образа тела,

сослуживцев, друзей, связей с близкими и родными, привычного образа жизни, будущего, привычной картины мира и т.д.) возникает необходимость выстраивать жизнь вновь, с чистого листа, буквально потеряв конечности для опоры, сформировать внутренние опоры, символические крылья для движения вперед. Волонтерский проект за счет своевременной теплой, тактичной, деликатной психологической помощи и поддержки даст возможность этой категории людей снова «стать на крыло» после травматических событий, выработав способность успешно адаптироваться к негативным явлениям, противостоять угрозам, преодолевать жизненные трудности, опираясь на внутренние ресурсы, мотивировать себя в дальнейшем. С другой стороны, практические навыки, полученные начинающими психологами под руководством опытных наставников, приобретенные в подобных условиях, позволяют сформировать у них такие свойства как жизнестойкость, жизнеспособность, резильентность.

Так, мы видим, что существуют пути, способствующие формированию жизненных ориентаций молодежи и преодолению различных трудностей в условиях экстремальных социогенных ситуациях через участие в добровольческой деятельности. Можно представить несколько направлений, по которым добровольчество может оказать положительное влияние на молодежь и помочь им справиться с трудностями:

1) Развитие социальной ответственности заключается в том, что участие молодежи в добровольческой деятельности помогает им понять, насколько важно оказывать помощь другим людям. Это способствует формированию ценностей солидарности, эмпатии и взаимопомощи.

2) Развитие навыков коммуникации и лидерства часто происходит через участие в добровольческой деятельности. Волонтеры работают в команде и имеют возможность взаимодействовать с разнообразными людьми, что способствует освоению навыков эффективного общения, разрешения конфликтов и управления группой молодыми людьми.

3) Участие в добровольческих проектах способствует поднятию самооценки и уверенности молодежи. Они осознают, что их участие приносит реальную пользу обществу, что, в свою очередь, укрепляет их уверенность в себе и своих способностях.

4) Участие в добровольческой деятельности способствует развитию способности к адаптации к изменениям и нахождению конструктивных решений в сложных ситуациях у молодежи. Они сталкиваются с различными вызовами и трудностями, что помогает им успешно адаптироваться к переменам.

Таким образом, участие в добровольческой деятельности может быть эффективным способом формирования жизненных ориентаций у молодежи и оказания им помощи в преодолении трудностей, связанных с экстремальными социогенными ситуациями.

Молодежь, стремящаяся определить свое место в обществе, сталкивается с выбором идеологии, ценностей, норм, особенностей образа жизни и моральных принципов, которые являются важными для формирования их личности. Этот выбор способствует инновационной активности молодежи и вдохновляет на создание новых способов саморазвития и самовыражения. Сложности современного мира оказывают особое воздействие на молодежь из-за их неустойчивых взглядов на жизнь, изменчивых ценностей и несформированных жизненных ориентаций. В этой связи, молодежная политика должна быть направлена на развитие всех областей общества и формирование, и укрепление жизненных ориентаций современного общества.

## Выводы по главе 1

Процессы глобализации привели к изменениям в современном мире с разнонаправленными результатами и противоречиями, породив новое общество, с собственными ценностями и этическими стандартами, что вызвало масштабную социальную революцию. Отдаление людей друг от друга под воздействием глобализации также способствовало укреплению индивидуализма и эгоизма. Из-за текущей нестабильной социально-политической ситуации особенно важно изучение психологии личности и особенностей ее развития в настоящий исторический период. Люди «нового поколения» часто проявляют аномию, выражающуюся в равнодушии, апатии и отсутствии уважения к существующим традиционным ценностям [179, с. 173].

В своем исследовании мы проанализировали работы отечественных и зарубежных исследователей и их взгляд на проблему формирования жизненных ориентаций. Жизненные ориентации имеют собственную иерархическую структуру, свою направленность. Формирование жизненных ориентаций тесно связано с развитием личности, ее направленностью, с развитием ценностной структуры, базовыми переживаниями, смыслом жизни и смысложизненными ориентациями, а также непосредственно с социальной ситуацией, в которой она проживает [138].

Молодежь находится в особо сложном положении в современном мире, поскольку у нее еще не сложилось устойчивого мировоззрения и ее система ценностей подвижна. В многих странах, включая Россию, изменения во всех областях общества направлены на развитие и укрепление системы ценностей и жизненных ориентаций современного общества.

Некоторые общественные события представляют угрозу формирования потребительского отношения к жизни, безразличия к развитию моральных принципов, а также бездуховности, безынициативности и равнодушия к

окружающим людям в обществе. Примером такой угрозы является экстремальная социогенная ситуация, которая длится с 2014 года на территории Донбасса, где более двух миллионов людей оказались в тяжелейших условиях, связанных с длительным протеканием вооруженного конфликта.

Рассматривая проблему формирования жизненных ориентаций у молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, мы можем говорить о том, что социальная ситуация развития молодежи имеет объективную и субъективную стороны: объективная сторона определяется различным сочетанием ведущих (нормативных) для молодежи видов деятельности и сфер: учение, труд и семья. Объективные же факторы, в свою очередь, определяют субъективную сторону развития.

Поскольку произошел глобальный переломный момент в рамках социально-экономического и политического положения в Донбассе, возникла необходимость изучения особенностей формирования жизненных ориентаций молодежи в условиях современного общества. Это должно стать задачей дальнейших исследований в данном русле, что будет служить стимулом для оптимизации молодежной политики в области формирования жизненных ориентаций, отвечающей нравственным ценностям жителей Донецкого региона.

## **ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СОЦИОГЕННОЙ СИТУАЦИИ**

### **2.1. Методология и методы эмпирического исследования**

Целью данного эмпирического исследования выступает выявление психологических особенностей формирования жизненных ориентаций молодежи, которая проживает на территории, с условиями экстремальной ситуации социогенного характера, которые обусловлены уровнем развития жизнестойкости. В данной работе исследовались такие категории, как жизнестойкость, базовые убеждения личности и ценностные ориентации личности. В результате исследования представлена психологическая структура жизненных ориентаций молодежи с разным уровнем жизнестойкости. Для решения поставленной цели и проверки исходных гипотез был применен соответствующий диагностический инструментарий, отвечающий цели, задачам и предмету эмпирического исследования.

Выборку нашего эмпирического исследования представила студенческая и работающая молодежь: преимущественно студенты и сотрудники ГОУ ВПО «Горловский институт иностранных языков» (ныне – ФГБОУ ВО «Донецкий государственный педагогический университет им. В. Шаталова»). Выборочную совокупность исследования составили 217 респондентов (65 % женщин и 35 % мужчин) в возрасте от 18 до 25 лет, постоянно проживающих на территории Донецкого региона в период ведения боевых действий. Исследование проводилось с 2019 по 2022 год и включало три основных этапа:

- I. Подготовительный этап (2019-2020 годы) – включал в себя подбор психодиагностических методик, определение выборки исследования;
- II. Организация и проведение эмпирического исследования (2020-2021 годы);

III. Обработка данных, описание результатов и формулирование выводов исследования (2021-2022 годы).

Эмпирические данные основывались на использовании следующих методик: Шкала базовых убеждений (Р. Янов-Бульман) (в адаптации О. Кравцовой) [156, с. 65-71]; Методика изучения личностных ценностей Ш. Шварца (В. Н. Карандашев) [67, с. 57-70]; Тест жизнестойкости (Д. А. Леонтьев) [104]; Тест смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев) [103].

### **Шкала базовых убеждений (Р. Янов-Бульман) (в адаптации О. Кравцовой)**

Этот опросник создан с учетом когнитивной концепции основных убеждений личности. Так, базисные убеждения мы можем определить как всеобъемлющие, устойчивые представления личности об окружающем мире и о самом себе, убеждения, которые оказывают влияние на когнитивные возможности, эмоциональное состояние и поведение человека, его взаимоотношения с окружающими. Согласно данной теории, основное чувство безопасности считается одним из важнейших аспектов нормальной психики человека. По мнению американского психолога Р. Янов-Бульмана, это чувство базируется на трех основных категориях убеждений, которые лежат в основе нашего личного восприятия мира:

1. Первая категория предполагает веру в то, что в мире больше добра, нежели зла, как в целом, так и в отношениях с другими людьми.

2. Убеждение, что мир полон смысла (данная категория основывается на том, что большинство исключают тот момент, что события происходят не случайно, а находятся либо под контролем внешних факторов, либо подчиняются законам справедливости).

3. Убеждение в ценности собственного «Я» (важность трех составляющих: значимость собственной ценности, контроль и оценка

собственной удачливости).

Известно, что травматические события, пережитые личностью, могут серьезно изменить базовые убеждения, что в конечном итоге может привести к разрушению привычных жизненных представлений и схем поведения. Также следует отметить, что негативный опыт, приобретенный личностью в условиях экстремальной ситуации, чрезмерно противоречит предыдущему представлению о мире, что приводит к продолжительным и трудным психологическим проблемам при его осмыслении. Часто, даже после исчезновения первичных признаков посттравматического стрессового расстройства личность еще длительный период сопровождает ощущение беспомощности и утраты управления собственной жизнью. Таким образом, можно сказать, что существует значимое различие в базовых убеждениях о себе и о внешнем мире у людей, которые пережили травматические события, и у тех, кто не имел такого опыта.

Р. Янов-Бульманом была разработана Шкала базовых убеждений, которая предназначена для определения базовых убеждений путем выявления восьми категорий убеждений:

- 1) благосклонность мира;
- 2) доброта людей;
- 3) справедливость мира;
- 4) контролируемость мира;
- 5) случайность как принцип распределения происходящих событий;
- 6) ценность собственного «Я»;
- 7) степень самоконтроля;
- 8) степень удачи, или везения [156].

Из этих восьми категорий определяются три упомянутых выше базовых убеждения.

### **Методика Ш. Шварца для изучения ценностей личности**

Концепция личностных ценностей Ш. Шварца является одной из самых

разработанных. В данном исследовании личностные ценности рассматриваются как разные типы мотивационных целей. Основной целью этой методики является выявление роли ценностей и особенностей их взаимосвязей в структуре личности. Методика исследования личностных ценностей Ш. Шварца включает десять различных типов ценностей:

1. Власть – стремление к обретению определенного социального положения, уважению, возможности управлять другими людьми и контролировать ресурсы.

2. Достижения – стремление к личному успеху, достигаемому через продемонстрированную компетентность в соответствии с общественными стандартами, амбициозность и успешность.

3. Гедонизм – удовольствие и наслаждение, получаемые из чувственных ощущений, удовлетворение биологических и физических потребностей, а также радость, которую они приносят.

4. Стимуляция – потребность в интенсивных эмоциональных переживаниях и разнообразии в жизни.

5. Самостоятельность заключается в самостоятельности мышления и действий, связанных с творчеством и исследовательской активностью, означают умение регулировать себя.

6. Универсализм подразумевает понимание, терпимость и защиту благополучия всех людей и природы.

7. Доброта проявляется в сохранении и улучшении благополучия близких людей через полезные, честные, ответственные и дружественные действия.

8. Поддержка традиций означает принятие и уважение обычаев и идей, присущих культуре.

9. Конформность представляет собой соблюдение правил и норм, включая послушание, вежливость, самодисциплину, уважение к старшим.

10. Безопасность включает в себя стремление к безопасности и гармонии

как для себя, так и для других; стабильность в обществе и отношениях; потребность в предсказуемости и уменьшении неопределенности в мире.

11. Мотивации и стремления человека определяют его действия и поведение и формируют его стратегию поведения.

Также в данной методике четко выделены различные ценностные типы:

- желание перемен (самоопределение и стимуляция, автономия в принятии решений) противостоит устойчивости (предпочтение безопасности, соблюдение правил и традиций);

- стремление к успеху (власть и достижения) – принятие своих ограничений (самопреодоление) в противоположность универсализму и доброте (забота о других).

Гедонизм сочетает в себе элементы открытости и самовозвышения, находясь в промежуточном положении.

Опросник Ш. Шварца включает два основных раздела. Первая часть затрагивает нормативные идеалы и ценности, которые могут не всегда соответствовать реальному поведению. Вторая часть анализирует ценности на уровне поведения или предпочтений, чаще всего проявляющихся в социальном поведении личности. Следует отметить, что опросник был адаптирован для русскоязычных пользователей В. Н. Карандашевым [67].

### **Тест жизнестойкости (Д. А. Леонтьев)**

Тест жизнестойкости базируется на работе американского психолога С. Мадди и был разработан как инструмент для изучения способности личности эффективно преодолевать стрессовые ситуации, сохраняя внутреннее равновесие и не теряя производительности. Личностная характеристика «жизнестойкость», измеряемая в данном тесте, представляет собой важный фактор успешного противостояния стрессу. Этот концепт был обнаружен в результате исследований, направленных на понимание того, какие психологические аспекты способствуют эффективному преодолению

стресса и снижению (или предотвращению) внутреннего давления.

В данном тесте представлены следующие шкалы:

1. Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, мире и отношениях с ним, включающую в себя вовлеченность, контроль и готовность к риску. Проявление этих компонентов и общей жизнестойкости способствует эффективному преодолению стрессовых ситуаций, помогая предотвращать появление внутреннего напряжения, и уменьшать влияние стресса.

2. Вовлеченность определяется как уверенность в том, что участие в действиях дает возможность найти что-то ценное и интересное для себя. Человек с развитой вовлеченностью наслаждается своей активностью, в то время как отсутствие ее может вызывать ощущение отчужденности и чувство изоляции.

3. Убеждение в контроле означает веру в возможность влиять на результаты действий, хотя и без гарантии успеха, в то время как ощущение беспомощности подразумевает невозможность повлиять на ситуацию.

4. Принятие риска связано с убеждением в том, что каждый опыт способствует личностному росту через извлечение знаний из него и их применение в будущем [104, с. 5-6].

### **Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) (Д. А. Леонтьев)**

Д. А. Леонтьев разработал Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) как адаптированную версию теста «Цель в жизни», созданного по идее В. Франкла Дж. Крамбо и Л. Махоликом на основе концепции В. Франкла. Этот тест помогает определить наличие осмысленности жизни через установку целей, удовлетворение от их достижения и уверенность в собственных способностях ставить перед собой цели.

Этот тест выявляет и оценивает источники смысла жизни в различных временных плоскостях – прошлом, настоящем и будущем. Он включает в себя

не только общий показатель осмысленности жизни, но и пять подшкал, отражающих конкретные смысложизненные ориентации:

1. Цели в жизни;
2. Процесс жизни (или интерес и эмоциональная насыщенность жизни);
3. Результативность жизни (или удовлетворенность самореализацией);
4. Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни);
5. Локус контроля – Жизнь (управляемость жизни) [103].

Отметим, что при проведении исследования мы столкнулись со следующими трудностями:

1. Сложно было организовать присутствие людей в одном месте из-за соблюдения мер по профилактике новой коронавирусной инфекции. Приходилось работать с небольшими группами людей.

2. Из-за нестабильной социально-политической ситуации большая часть респондентов находилась на дистанционном обучении (или работали удаленно), что вызвало необходимость проведения исследования в онлайн-формате.

Несмотря на указанные сложности, большая часть респондентов ответственно отнеслись к нашей работе, и с интересом и пониманием участвовали в психодиагностическом обследовании.

Таким образом, нами был подобран определенный набор психодиагностических методик для изучения и анализа изучаемых характеристик:

- жизненные ориентации в условиях экстремальной социогенной ситуации;
- характеристик осмысленности жизни в экстремальной социогенной ситуации;
- содержания базовых убеждений личности в экстремальной социогенной ситуации;
- системы ценностных ориентаций личности в экстремальной

социогенной ситуации.

## 2.2. Жизнестойкость в условиях экстремальной социогенной ситуации

Анализируя особенности жизнестойкости молодежи в условиях экстремальной социогенной ситуации с использованием методов описательной статистики и сравнительных методов, были обнаружены определенные различия в показателях жизнестойкости при разном ее уровне. Рассмотрим результаты исследования более подробно.

Анализ результатов, полученных по методике «Тест жизнестойкости» (Д. А. Леонтьев, Е. И. Расказова) показал, что уровень жизнестойкости молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации (в сравнении со средним значением, который в норме приравнивается 80,72) находится ниже нормы. Наиболее развитым компонентом жизнестойкости является вовлеченность ( $M_x=31,03$ ). Вовлеченность определяется как уверенность в том, что участие в происходящем увеличивает возможность найти что-то ценное и интересное для личности. Таким образом, человек с активной вовлеченностью либо наслаждается собственной деятельностью, либо испытывает чувство отчуждения и чувствует себя отрешенным от жизни. Согласно данным нашего исследования, уровень развития вовлеченности, как компонента жизнестойкости, находится на нормальном уровне, приближенным к нормативным показателям, согласно данным автора методики [104].

Контроль – это уверенность личности в способности влиять на результаты своих действий, даже если успех не гарантирован. Противоположной характеристикой является ощущение беспомощности, которая подразумевает невозможность влиять на происходящее. Люди с высоким уровнем контроля чувствуют, что они сами выбирают свои действия и контролируют свою жизнь. Среди наших респондентов уровень развития контроля также находится ниже нормы ( $M_x=25,56$ ).

Принятие риска – важная составляющая жизнестойкости, которая отражает уверенность человека в том, что все жизненные ситуации, независимо от их характера, способствуют его личностному развитию. Человек с высоким уровнем принятия риска рассматривает жизнь как область для освоения опыта и готов рисковать в действиях, считая, что стремление к комфорту и безопасности ограничивает его потенциал. Его готовность к риску основана на убеждении в том, что развитие происходит благодаря активному извлечению уроков из опыта и последующему применению полученных знаний. Соответственно, низкий уровень развития способности к принятию риска характеризуется противоположными особенностями. Так, низкий уровень принятия риска характерен для преобладающей части наших респондентов (см. в таблице 3).

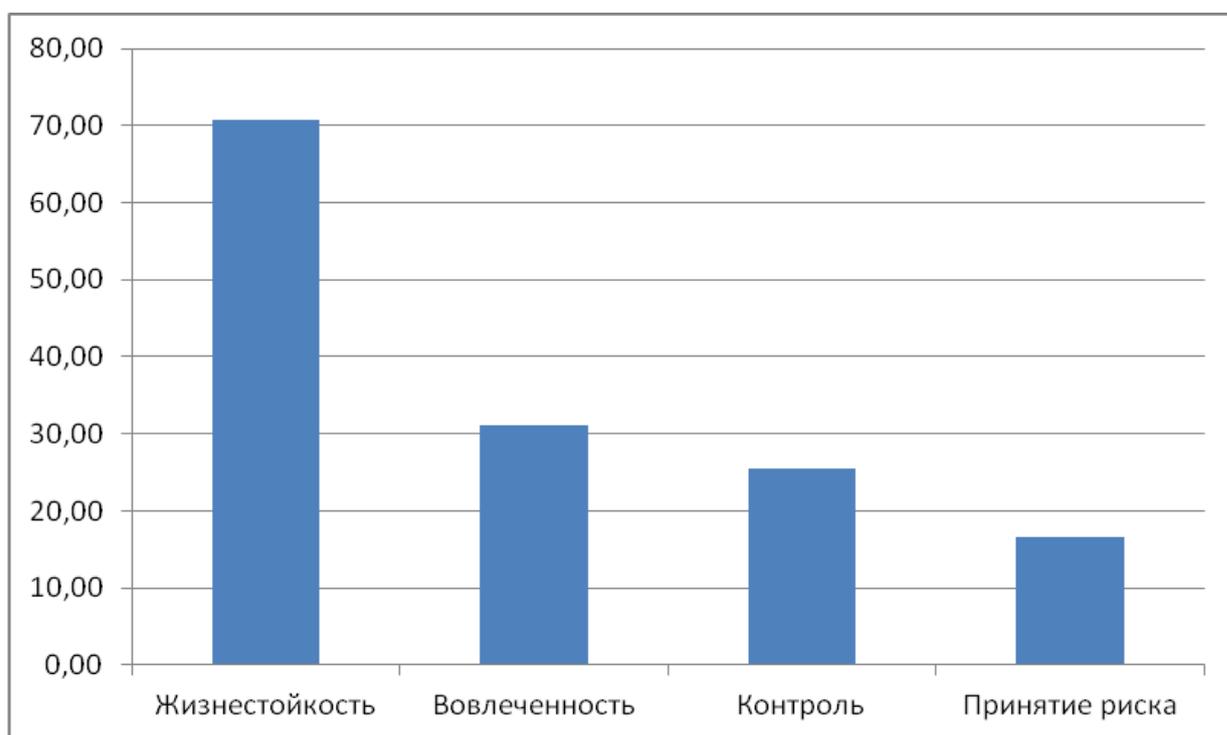
Таблица 3.

**Жизнестойкость молодежи в экстремальной социогенной ситуации**

|       | Жизнестойкость | Вовлеченность | Контроль | Принятие риска |
|-------|----------------|---------------|----------|----------------|
| $M_x$ | 70,81          | 31,03         | 25,56    | 16,57          |
| СКО   | 22,27          | 9,72          | 8,30     | 10,32          |
| $C_v$ | 31,46          | 31,34         | 32,47    | 62,27          |

**Примечание.** Здесь и далее:  $M_x$  – среднее арифметическое, СКО – среднее квадратическое отклонение,  $C_v$  – коэффициент вариации

Важно отметить, что по результатам методики «Тест жизнестойкости (Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова)», у молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, по всей выборке и по отдельным возрастам среднее значение ниже нормативного, что представлено на рисунке 1.



**Рисунок 1.** Жизнестойкость молодежи в экстремальной социогенной ситуации

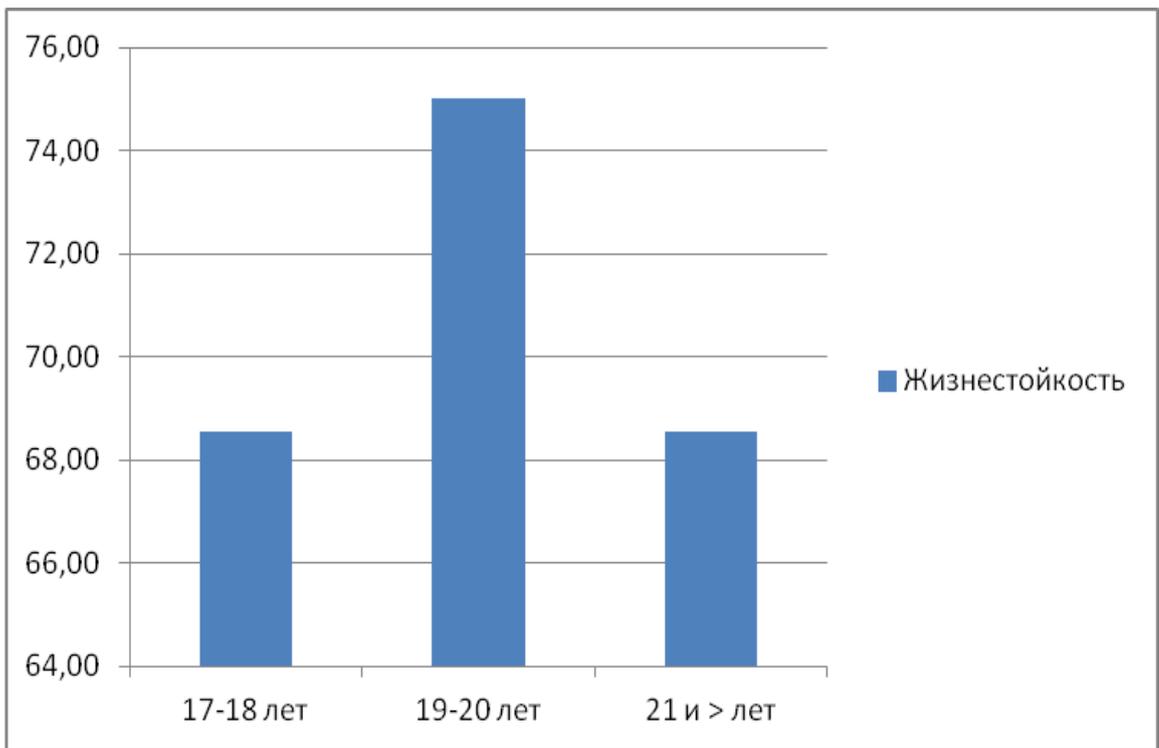
Таблица 4.

**Жизнестойкость молодежи разного возраста в экстремальной социогенной ситуации**

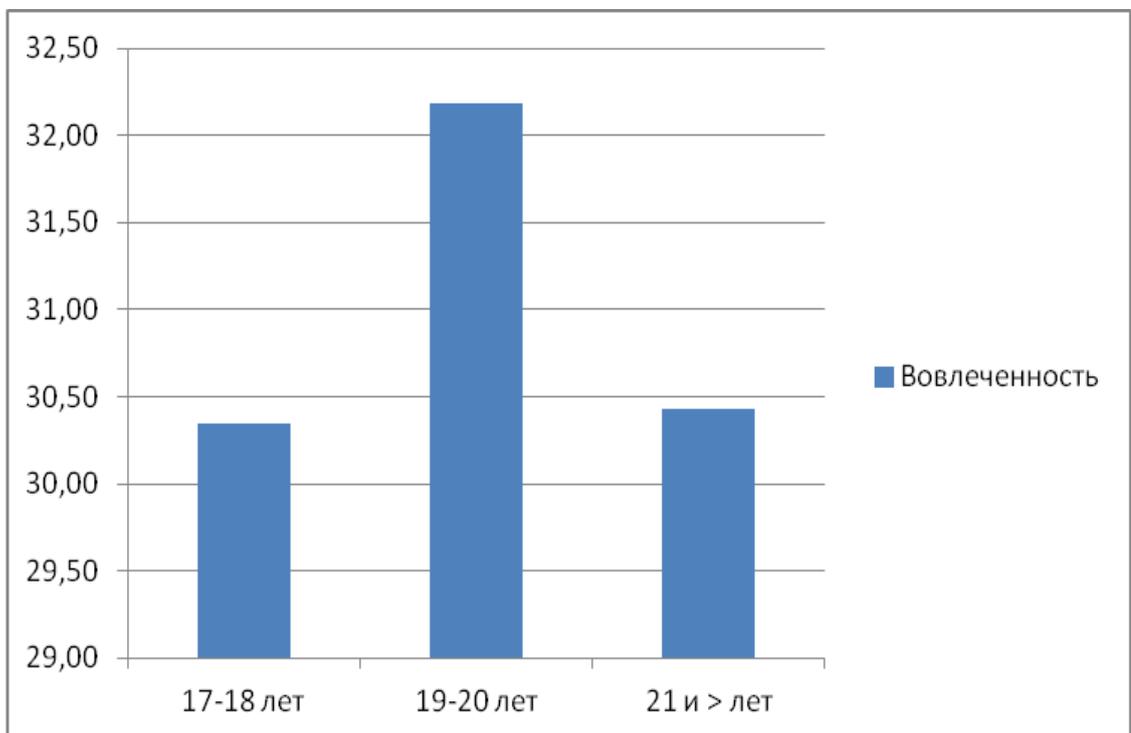
|                      | Жизнестойкость | Вовлеченность | Контроль | Принятие риска |
|----------------------|----------------|---------------|----------|----------------|
| <b>17-18 лет</b>     |                |               |          |                |
| $M_x$                | 68,55          | 30,35         | 24,00    | 16,35          |
| СКО                  | 18,22          | 8,22          | 6,93     | 6,60           |
| $C_v$                | 26,58          | 27,07         | 28,87    | 40,34          |
| <b>19-20 лет</b>     |                |               |          |                |
| $M_x$                | 75,00          | 32,19         | 27,37    | 15,44          |
| СКО                  | 22,31          | 10,15         | 8,45     | 6,27           |
| $C_v$                | 29,75          | 31,55         | 30,85    | 40,61          |
| <b>21 и &gt; лет</b> |                |               |          |                |
| $M_x$                | 68,53          | 30,43         | 24,97    | 17,73          |

|     |       |       |       |       |
|-----|-------|-------|-------|-------|
| СКО | 24,72 | 10,45 | 8,95  | 14,58 |
| Сv  | 36,07 | 34,34 | 35,83 | 82,24 |

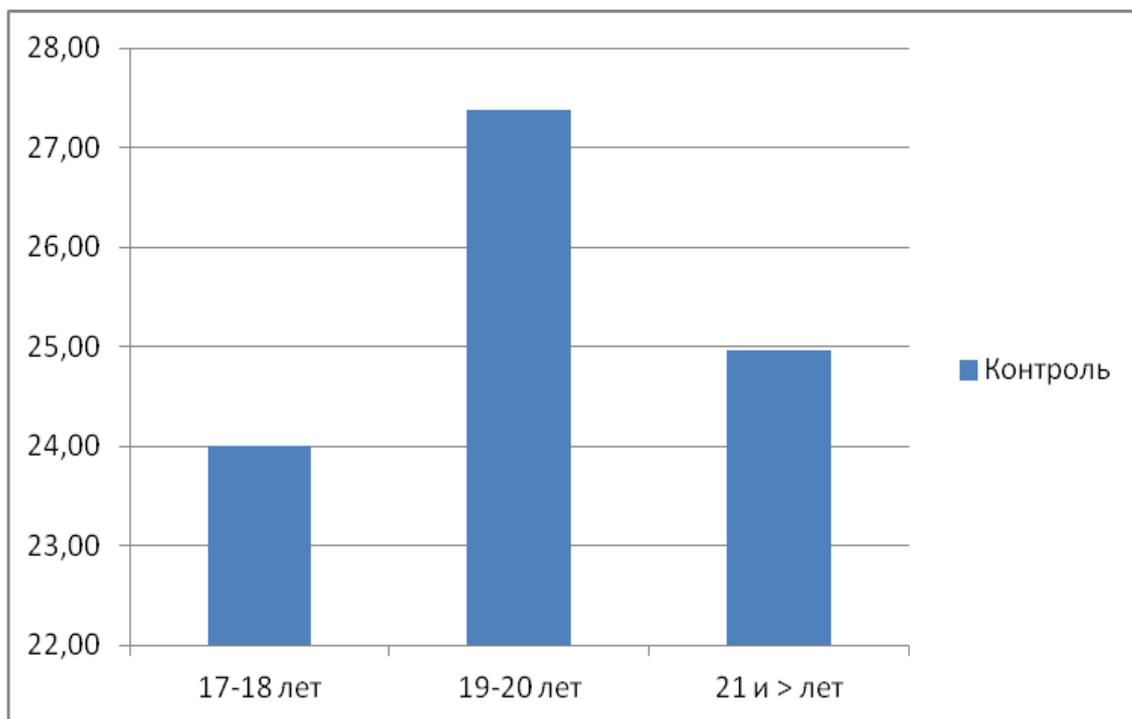
По результатам анализа данных нами было обнаружено, что различий по уровню развития компонентов жизнестойкости по возрастам нет, что подчеркивает одинаковое влияние экстремальной ситуации на молодых людей всех возрастных категорий. Также необходимо отметить, что незначимые различия на уровне статистической значимости,  $p > 0,05$  – связаны с возрастными особенностями и гомогенностью выборки. Данные различия не достоверны, но отражают тенденцию. Так, этот момент указывает на наличие динамики изменения жизнестойкости и показателей в период юности. При этом интересно то, что динамика показателей разная: в возрасте 19-20 лет уровень жизнестойкости значительно увеличивается, а в возрасте 21 года и выше – приближается к таким показателям, как и ранее. Также в период 19-20 лет преобладает развитие таких компонентов жизнестойкости как вовлеченность и контроль. Что касается компонента принятия риска, увеличение его уровня наблюдается в возрасте от 21 года и более, что изображено на рисунках 2-5.



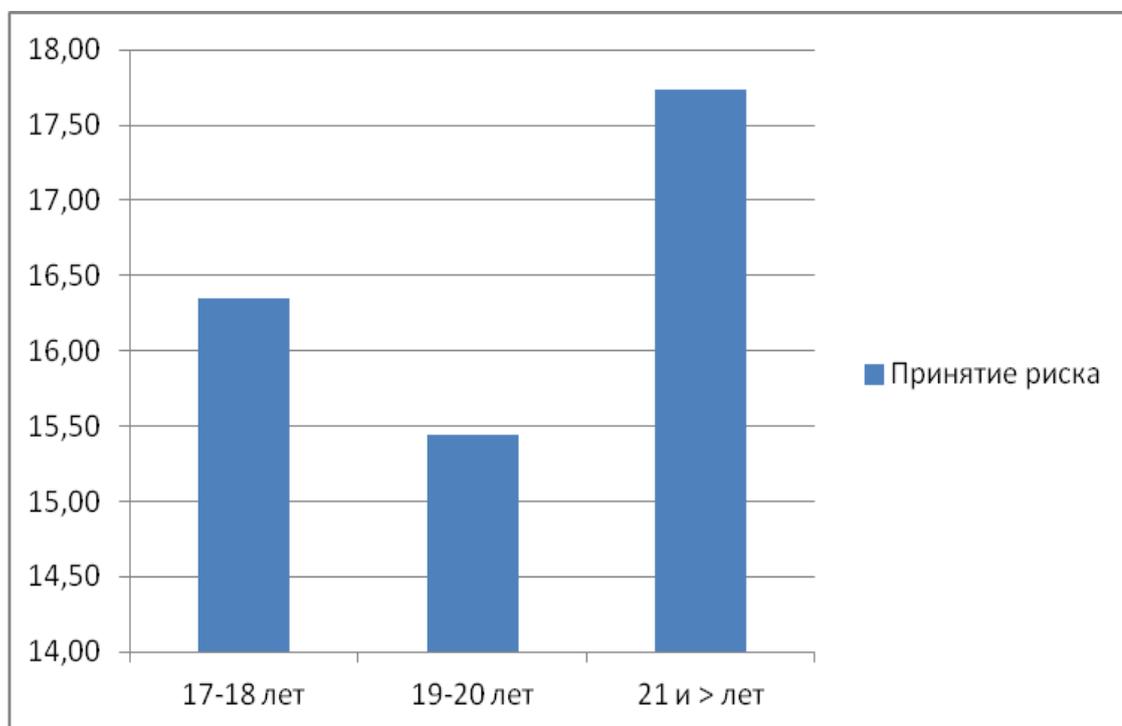
**Рисунок 2.** Жизнестойкость молодежи разного возраста в экстремальной социогенной ситуации



**Рисунок 3.** Показатель вовлеченности молодежи разного возраста в экстремальной социогенной ситуации



**Рисунок 4.** Показатель контроля молодежи разного возраста в экстремальной социогенной ситуации



**Рисунок 5.** Показатель принятия риска молодежи разного возраста в экстремальной социогенной ситуации

Так, мы показали, что между возрастными группами имеются количественные различия в уровне выраженности показателей жизнестойкости. Однако анализ статистических различий между возрастными группами показал отсутствие различий качественного статистически значимого характера. Это свидетельствует о том, что возраст не является значимой переменной в условиях экстремальной социогенной ситуации (см. в таблице 4) (см. Приложение 1).

Проведем сравнение показателей жизнестойкости на разных этапах возрастного развития (с применением критерия U-Манна-Уитни) (см. в таблице 5).

Таблица 5.

**Показатели жизнестойкости при разном ее уровне**

|  | Жизнестойкость | Вовлеченность | Контроль | Принятие риска |
|--|----------------|---------------|----------|----------------|
| <b>низкая жизнестойкость (0-69 баллов)</b>       |                |               |          |                |
| M <sub>x</sub>                                   | 50,83          | 23,22         | 18,69    | 13,94          |
| СКО  | 11,77          | 6,62          | 5,12     | 14,05          |
| Cv   | 23,15          | 28,49         | 27,39    | 100,73         |
| <b>средняя жизнестойкость (70-90 баллов)</b>     |                |               |          |                |
| M <sub>x</sub>                                   | 80,08          | 34,24         | 28,68    | 17,16          |
| СКО  | 5,92           | 4,45          | 3,69     | 3,68           |
| Cv   | 7,40           | 12,99         | 12,88    | 21,46          |
| <b>высокая жизнестойкость (91 и &gt; баллов)</b> |                |               |          |                |
| M <sub>x</sub>                                   | 101,25         | 43,56         | 36,13    | 21,56          |
| СКО  | 6,73           | 3,78          | 4,19     | 3,71           |
| Cv   | 6,64           | 8,67          | 11,61    | 17,18          |

Таким образом, жизнестойкость – характеристика личности, которая выступает показателем общего состояния психического здоровья человека и

отражает три основные жизненные характеристики: вовлеченность, уверенность в возможности контроля над происходящими в жизни событиями, а также готовность к риску. Жизнестойкость как система установок является определенным потенциалом личности, интегральной способностью адаптации в социально-психологическом контексте динамики смысловой саморегуляции.

Так как в результате нашего исследования было выявлено, что анализ статистических различий между возрастными группами показал отсутствие различий качественного, статистически значимого характера. Данные результаты подтверждают значение того, что возраст не является значимой переменной в условиях экстремальной социогенной ситуации. Также нами было выявлено, что по всей выборке и по отдельным возрастам среднее значение показателей уровня компонентов жизнестойкости ниже нормативного, поэтому необходимо оптимизировать данное личностное образования, что будет способствовать становлению человека, как личности и формированию его смысложизненных ориентаций.

## 2.3. Жизненные ориентации в условиях экстремальной социогенной ситуации

### 2.3.1. Характеристики осмысленности жизни в экстремальной социогенной ситуации

Представим средние значения смысложизненных ориентаций по всей выборке (см. в таблице 6).

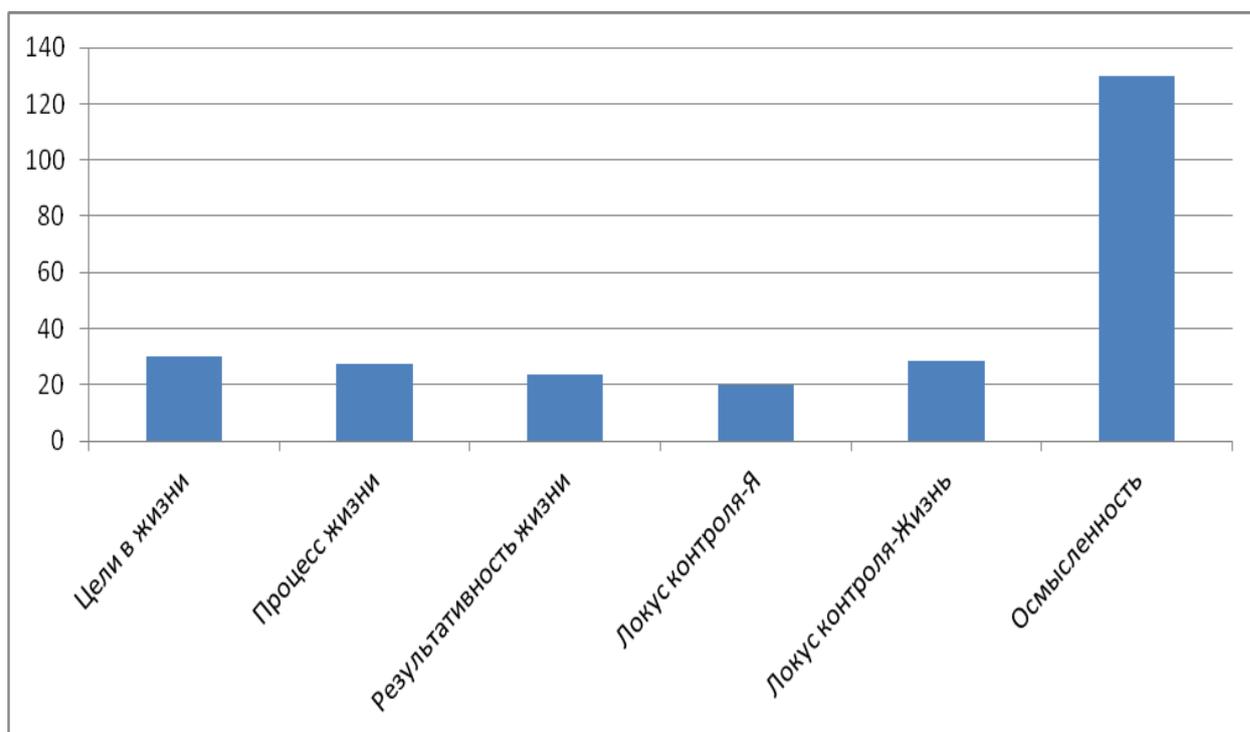
Таблица 6.

#### Осмысленность жизни молодежи в экстремальной социогенной ситуации

|       | Цели в жизни | Процесс жизни | Результативность жизни | Локус контроля-Я | Локус контроля-Жизнь | Осмысленность |
|-------|--------------|---------------|------------------------|------------------|----------------------|---------------|
| $M_x$ | 29,92        | 27,29         | 23,70                  | 19,83            | 28,58                | 129,62        |
| СКО   | 7,57         | 8,99          | 6,88                   | 5,01             | 7,14                 | 31,25         |
| $C_v$ | 25,29        | 32,94         | 29,03                  | 25,26            | 24,97                | 24,11         |

Согласно процедуре статистической обработки результатов исследования, мы провели анализ мер центральной тенденции и описательных статистик. В целом по выборке показатель  $M_x$  по уровням составляющих смысложизненных ориентаций молодежи в экстремальной ситуации совпадают с нормативными показателями методики, кроме общего показателя уровня осмысленности жизни. Уровень общего показателя осмысленности жизни (129,62) выше нормативного (среднее значение  $\pm$  стандартное отклонение:  $103,10 \pm 15,03$  (у мужчин) и  $95,76 \pm 16,54$  (у женщин)). Таким

образом, мы можем утверждать, что у респондентов, проживающих в условиях экстремальной ситуации, сформированы такие смысло-жизненные ориентации, как цели в жизни, насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией, а также два аспекта локуса контроля (локус контроля-Я и локус контроля-Жизнь). Но то, что касается общего показателя осмысленности жизни, – его уровень выше нормативного, что подчеркивает то, что люди в экстремальной ситуации постоянно находятся в поиске смысла и источника жизни. Высокий уровень развития осмысленности жизни свидетельствует о динамичном характере состояния системы смысло-жизненных ориентаций личности. Это означает, что люди в экстремальной ситуации находятся в состоянии постоянного поиска смысла и личностных резервов для совладания с ситуацией. Данные результаты продемонстрированы на рисунке 6.



**Рисунок 6.** Осмысленность жизни молодежи в экстремальной социогенной ситуации

Представим средние значения СЖО при разном уровне жизнестойкости

(см. в таблице 7).

Таблица 7.

**Осмысленность жизни молодежи при разном уровне жизнестойкости  
в экстремальной социогенной ситуации**

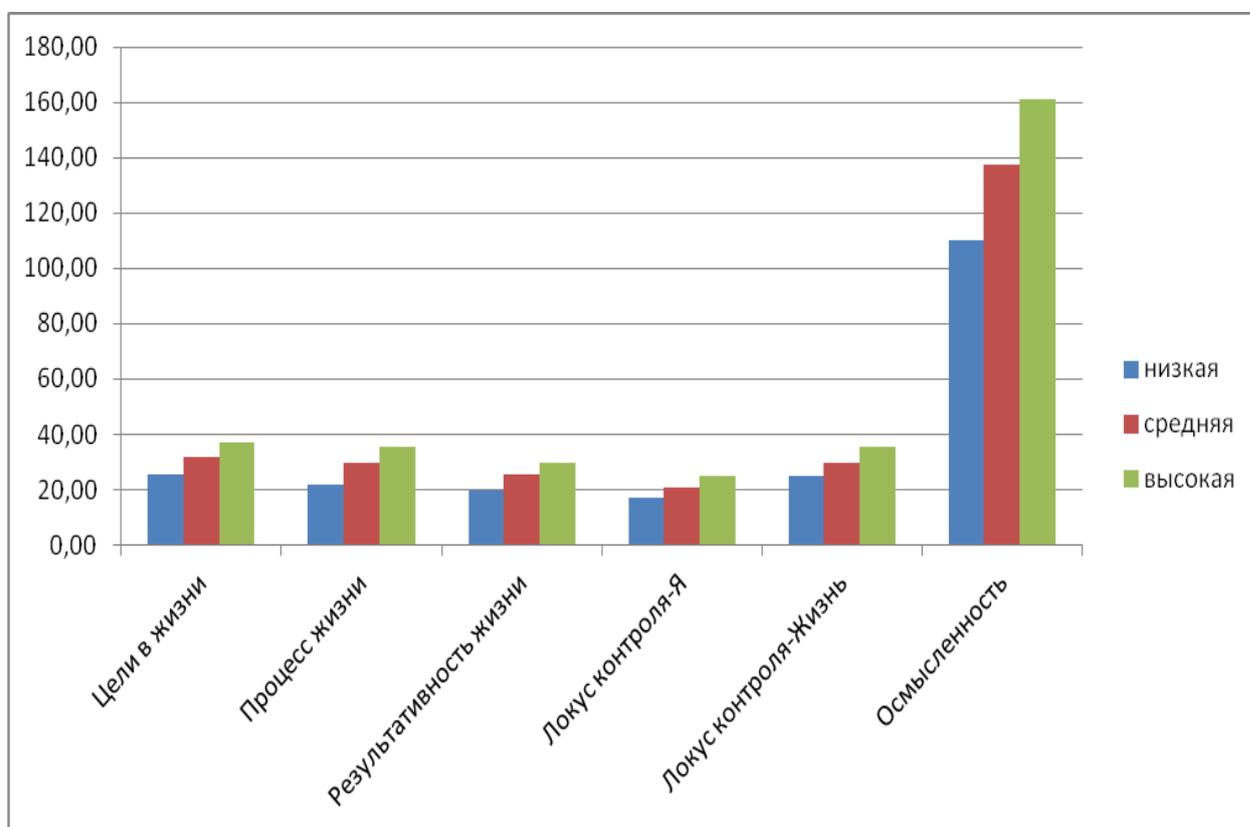
|                               | Цели в жизни | Процесс жизни | Результативность жизни | Локус контроля-Я | Локус контроля-Жизнь | Осмысленность |
|-------------------------------|--------------|---------------|------------------------|------------------|----------------------|---------------|
| <b>низкая жизнестойкость</b>  |              |               |                        |                  |                      |               |
| $M_x$                         | 25,36        | 22,06         | 19,86                  | 16,94            | 24,81                | 110,25        |
| СКО                           | 6,67         | 7,44          | 6,22                   | 4,55             | 5,89                 | 26,51         |
| $C_v$                         | 26,31        | 33,72         | 31,30                  | 26,88            | 23,74                | 24,05         |
| <b>средняя жизнестойкость</b> |              |               |                        |                  |                      |               |
| $M_x$                         | 31,76        | 29,72         | 25,52                  | 20,60            | 29,56                | 137,36        |
| СКО                           | 5,93         | 8,74          | 6,17                   | 3,83             | 6,81                 | 26,04         |
| $C_v$                         | 18,66        | 29,42         | 24,16                  | 18,59            | 23,03                | 18,95         |
| <b>высокая жизнестойкость</b> |              |               |                        |                  |                      |               |
| $M_x$                         | 37,31        | 35,25         | 29,50                  | 25,13            | 35,56                | 161,13        |
| СКО                           | 4,03         | 3,82          | 3,48                   | 2,09             | 3,92                 | 12,89         |
| $C_v$                         | 10,80        | 10,84         | 11,81                  | 8,33             | 11,01                | 8,00          |

В целом по выборке нами констатированы высокие показатели  $M_x$  по каждой шале при высоком уровне жизнестойкости. Это дает нам возможность предположить, что существует взаимосвязь между этими переменными.

Самые высокие показатели  $M_x$  (среднего) обнаружены по шкале «Осмысленность», здесь же выявлено высокое значение стандартного отклонения, что указывает на большее разнообразие результатов и большую вариацию в ответах. Обратимся к рисунку 7.

По остальным шкалам уровень стандартного отклонения невысокий, что говорит о том, что большинство людей в выборке имеют схожие результаты, т.е. мы можем говорить о репрезентативности и гомогенности выборки, а также о надежности и значимости полученных результатов. У испытуемых с высоким уровнем жизнестойкости обнаружен более высокий показатель  $M_x$ , чем по выборке в целом (см. в таблице 7).

Индивидуальные показатели испытуемых с высоким уровнем жизнестойкости имеют меньший разброс в сравнении с низким и средним показателями (см. в таблице 7).



**Рисунок 7.** Осмысленность жизни молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации

Проанализируем показатели осмысленности жизни при низком и среднем уровне жизнестойкости (см. в таблице 7) (см. Приложение 2).

Различия между испытуемыми с низким и средним уровнем

жизнестойкости по показателю осмысленности жизни доказаны на высоком уровне статистической значимости ( $p \leq 0,01$ ).

Различия обнаружены между испытуемыми на среднем и высоком уровне ( $p \leq 0,01$ ).

Данная взаимосвязь подтверждает следующее: чем выше уровень жизнестойкости, тем сильнее проявляется склонность к постановке и принятию жизненных целей, которые придают жизни осмысленность, направленность и перспективу в будущем.

Рассмотрим особенности корреляционного анализа жизнестойкости и СЖО при разном уровне жизнестойкости (см. в таблице 7) (см. Приложение 3).

Полученные данные свидетельствуют о наличии статистически значимой взаимосвязи между показателем осмысленности жизни и средним и высоким уровнем жизнестойкости.

Так, выявлена статистически достоверная связь ( $p \leq 0,001$ ) между низким уровнем жизнестойкости и осмысленностью жизни: цели жизни ( $p \leq 0,001$ ), процесс жизни ( $p \leq 0,001$ ), результат жизни ( $p \leq 0,001$ ), локус контроля «Я» ( $p \leq 0,001$ ), локус контроля «Жизнь» ( $p \leq 0,05$ ). Полученные данные подчеркивают то, что людям с низким уровнем жизнестойкости больше свойственен высокий уровень осмысленности жизни. Люди с высоким уровнем осмысленности жизни достигают гармонии в самореализации, что включает не только ясное понимание своих желаний, но и способность осуществлять их. Они умеют эффективно управлять своими ресурсами, осознают свои сильные и слабые стороны, постоянно стремятся к саморазвитию, профессиональному росту и общественному признанию.

Проведенный анализ показал статистическую значимость взаимосвязи между показателем «цели в жизни» и средним и высоким уровнем жизнестойкости (на уровне  $p \leq 0,05$ ). Также выявлена статистически достоверная связь между низким уровнем жизнестойкости и целями в жизни.

Эти данные подтверждают предположение, что людям с низким уровнем жизнестойкости обычно труднее справляться со стрессовыми ситуациями.

Также была обнаружена статистически значимая взаимосвязь между низким уровнем жизнестойкости и локусом контроля «Я» (на уровне  $p \leq 0,01$ ). Эти данные отображают то, что низкий уровень жизнестойкости характеризует респондентов, как людей, которые обладают способностью управлять своей жизнью, принимать решения свободно и уверенно.

Как мы видим, большая часть респондентов имеет высокий уровень осмысленности жизни. Так, это отображает идею о том, что большинство участников исследования обладают субъективной оценкой личностной значимости событий, объектов и явлений, происходящих в их жизни. У них выработана конкретная система отношений к этим аспектам, они могут управлять этим процессом, и, в общем и целом, их жизнь наполнена смыслом. Также следует отметить, что существует связь между осмысленностью жизни и уровнем развития жизнестойкостью на низком и среднем ее уровне. На наш взгляд, такая связь означает, что снижение жизнестойкости в критической ситуации запускает процесс самоанализа, осмысления своего места в ситуации: снижение ресурса жизнестойкости заставляет человека больше рефлексировать и анализировать. Отметим также и противоположный процесс: люди с высоким уровнем жизнестойкости не нуждаются в постоянной рефлексии, так как чувствуют в себе силы для совладания с данной ситуацией.

Таким образом, анализ отдельных показателей теста смысложизненных ориентаций приводит нас к заключению о том, что степень осмысленности жизни у молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, выше нормативного показателя. Эта закономерность характерна для человека, находящегося в крайне сложной социогенной обстановке.

В результате проведенного исследования также были выявлены особенности взаимосвязи между уровнем жизнестойкости и уровнем

осмысленности жизни. Так, была установлена обратная связь между данными показателями: чем ниже уровень жизнестойкости, тем выше уровень осмысленности. Понимание собственных жизненных целей, восприятие жизни как насыщенной и содержательной, удовлетворенность процессом самореализации и уверенность в собственных силах – все эти аспекты составляют представление о целостной и уверенной личности, обладающей способностью организовывать жизнь в соответствии со своими целями и управлять ей, быть готовой к принятию решений и реализовывать их – данные характеристики присущи для человека с высоким уровнем осмысленности. Отметим, что перечисленные особенности в наибольшей степени проявляются у людей с низким уровнем жизнестойкости. Люди с низким уровнем жизнестойкости имеют низкую адаптивность к экстремальной ситуации социогенного характера, и за счет этого, на наш взгляд, скорее всего лишь в случае острой необходимости будут предпринимать активные действия по преодолению трудностей, то есть их переживания и направленность субъективизированы.

### 2.3.2. Содержание базовых убеждений личности в экстремальной социогенной ситуации

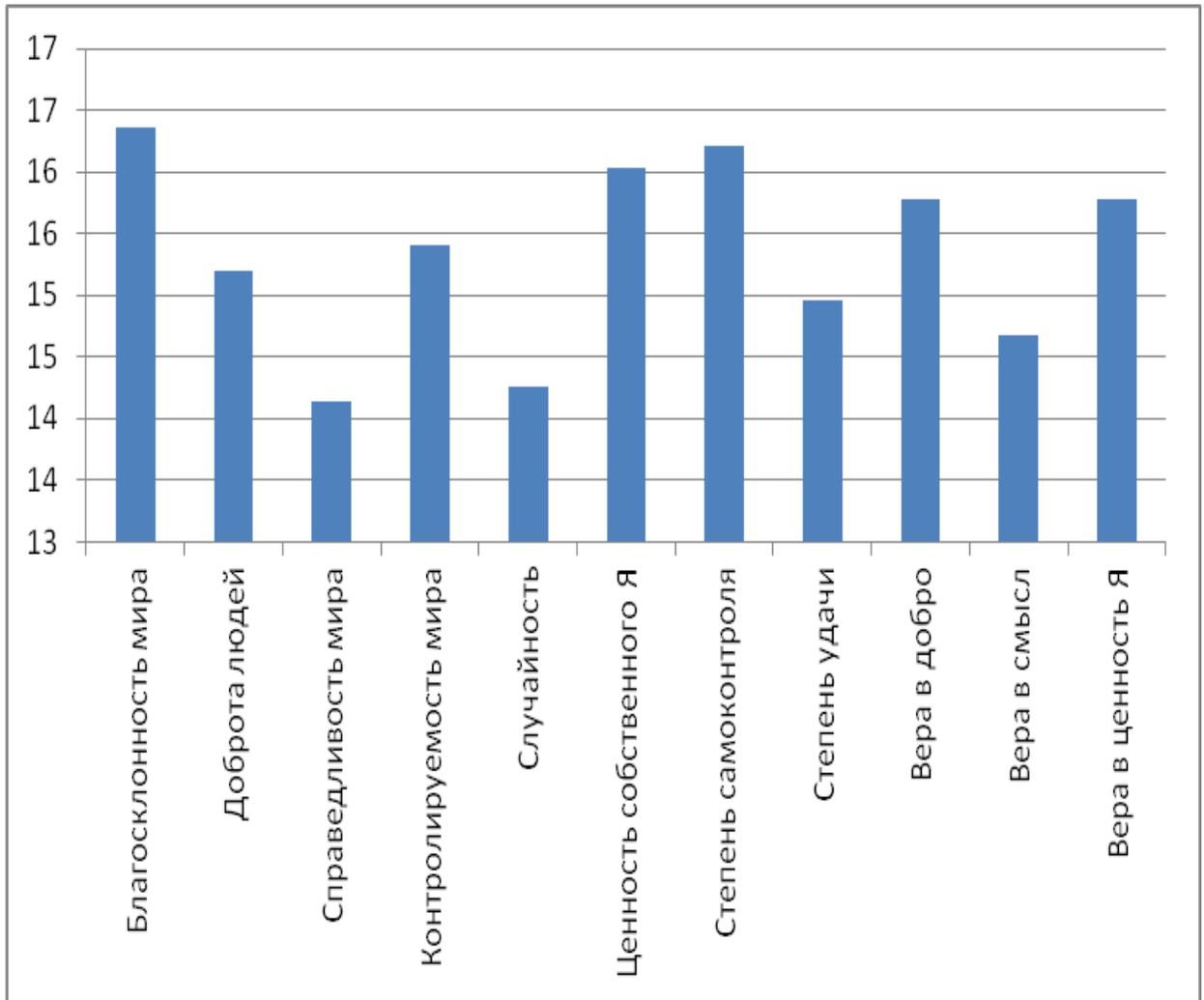
Проведенное исследование позволило охарактеризовать средние значения показателей базовых убеждений в выборе испытуемых (см. в таблице 8).

Таблица 8.

#### Базовые убеждения молодежи в экстремальной социогенной ситуации

|                         | $M_x$ | СКО  | $C_v$ |
|-------------------------|-------|------|-------|
| Благосклонность мира    | 16,36 | 3,69 | 22,56 |
| Доброта людей           | 15,19 | 3,25 | 21,38 |
| Справедливость мира     | 14,14 | 3,37 | 23,80 |
| Контролируемость мира   | 15,40 | 3,49 | 22,67 |
| Случайность             | 14,26 | 3,59 | 25,17 |
| Ценность собственного Я | 16,03 | 3,96 | 24,73 |
| Степень самоконтроля    | 16,21 | 3,62 | 22,37 |
| Степень удачи           | 14,96 | 3,35 | 22,42 |
| Вера в добро            | 15,77 | 3,05 | 19,33 |
| Вера в смысл            | 14,67 | 2,57 | 17,53 |
| Вера в ценность Я       | 15,78 | 2,65 | 16,78 |

Проанализируем данные, полученные по методике «Шкала базовых убеждений». Обратимся к рисунку 8. Наиболее выраженными являются следующие переменные: «Благосклонность мира», «Ценность собственного Я», «Степень самоконтроля», «Вера в добро», «Вера в ценность Я». Подытоживая, мы отмечаем, что большая часть молодежи, проживающей в экстремальной ситуации социогенного характера, имеет выраженную индивидуалистическую установку, склонна акцентировать внимание на самой себе, своих переживаниях, проблемах.



**Рисунок 8.** Базовые убеждения молодежи в экстремальной социогенной ситуации

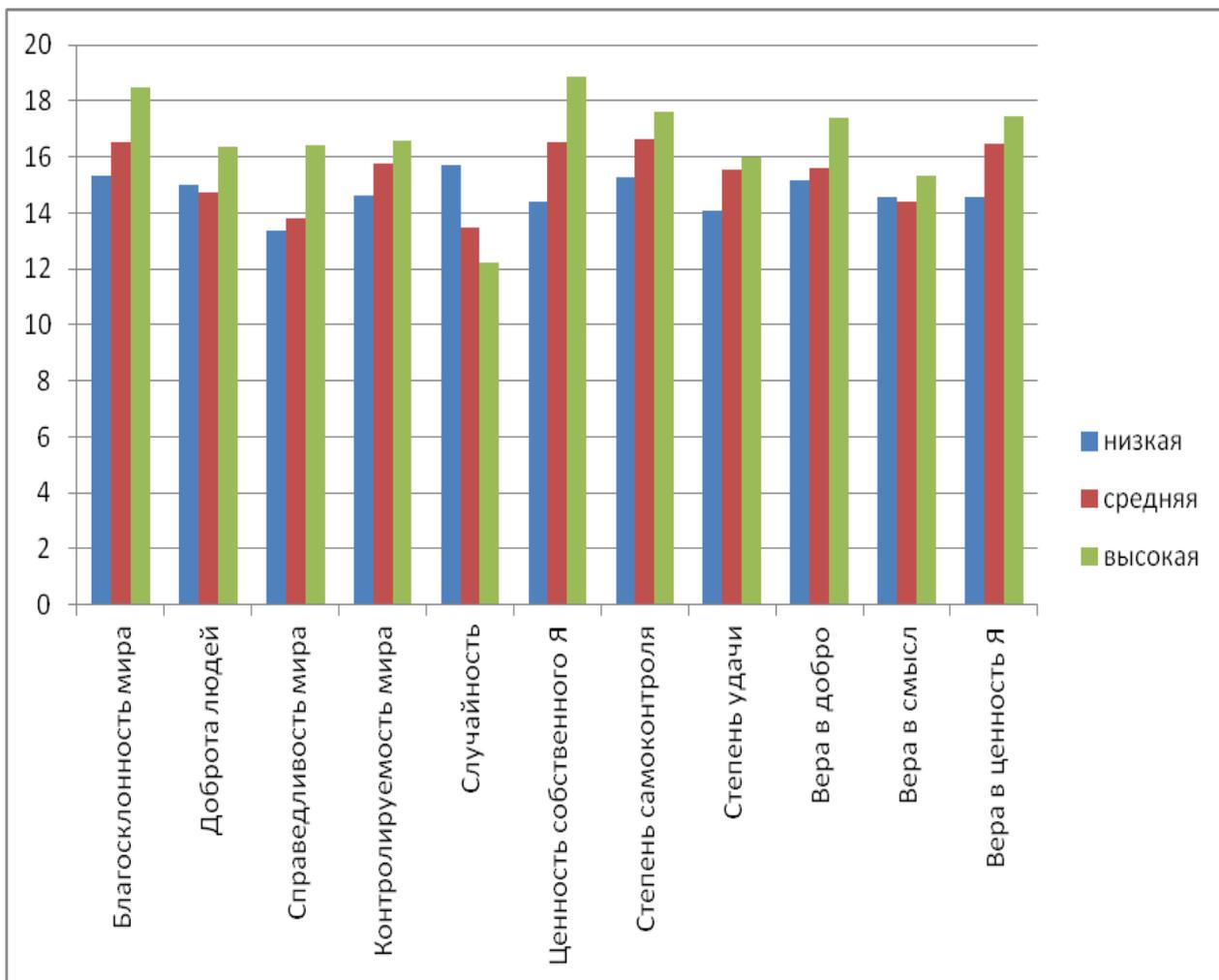
Проанализируем базовые убеждения молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации (см. в таблице 9).

Таблица 9.

**Базовые убеждения молодежи при разном уровне жизнестойкости  
в экстремальной социогенной ситуации**

|                            | низкая<br>жизнестойкость |      |       | средняя<br>жизнестойкость |      |       | высокая<br>жизнестойкость |      |       |
|----------------------------|--------------------------|------|-------|---------------------------|------|-------|---------------------------|------|-------|
|                            | $M_x$                    | СКО  | $C_v$ | $M_x$                     | СКО  | $C_v$ | $M_x$                     | СКО  | $C_v$ |
| Благосклонность мира       | 15,31                    | 4,11 | 26,86 | 16,52                     | 3,06 | 18,50 | 18,50                     | 2,66 | 14,37 |
| Доброта людей              | 15,00                    | 3,22 | 21,44 | 14,72                     | 3,27 | 22,23 | 16,38                     | 3,20 | 19,55 |
| Справедливость мира        | 13,36                    | 3,14 | 23,47 | 13,80                     | 2,89 | 20,92 | 16,44                     | 3,72 | 22,65 |
| Контролируемость<br>мира   | 14,64                    | 3,65 | 24,93 | 15,76                     | 2,91 | 18,43 | 16,56                     | 3,76 | 22,70 |
| Случайность                | 15,69                    | 3,08 | 19,61 | 13,48                     | 2,86 | 21,21 | 12,25                     | 4,45 | 36,32 |
| Ценность собственного<br>Я | 14,42                    | 4,06 | 28,16 | 16,52                     | 3,11 | 18,83 | 18,88                     | 3,22 | 17,07 |
| Степень самоконтроля       | 15,28                    | 3,90 | 25,55 | 16,64                     | 3,11 | 18,67 | 17,63                     | 3,32 | 18,86 |
| Степень удачи              | 14,08                    | 3,78 | 26,86 | 15,56                     | 2,66 | 17,11 | 16,00                     | 2,94 | 18,40 |
| Вера в добро               | 15,16                    | 3,20 | 21,14 | 15,62                     | 2,84 | 18,18 | 17,41                     | 2,54 | 14,58 |
| Вера в смысл               | 14,56                    | 2,27 | 15,59 | 14,40                     | 2,47 | 17,16 | 15,35                     | 3,33 | 21,68 |
| Вера в ценность Я          | 14,56                    | 2,44 | 16,79 | 16,46                     | 2,18 | 13,25 | 17,43                     | 2,58 | 14,82 |

В результате анализа  $M_x$  у испытуемых с разным уровнем жизнестойкости корреляций не обнаружено (см. в таблице 9).



**Рисунок 9.** Базовые убеждения молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации

Проведем сравнительный анализ показателей базовых убеждений молодежи при разном уровне жизнестойкости (по критерию U-Манна-Уитни) (см. Приложение 4).

Перейдем к анализу различий показателей базовых убеждений при разном уровне жизнестойкости. Так, мы видим, что жизнестойкость определяет качественно специфичную систему переживаний человека. Статистически значимые различия в базовых убеждениях при **низком** и **среднем** уровне жизнестойкости установлены по таким базовым убеждениям, имеющим в виду такой механизм распределения текущих событий, как

случайность, ценность «Я» ( $U = 268,5$  при  $p \leq 0,001$ ); степень удачи или везения ( $U = 298,5$  при  $p \leq 0,05$ ); а также в отношении такого базового убеждения, как убеждение в отношении самооценности, способности к управлению событиями и везения ( $U = 244,5$  при  $p \leq 0,001$ ). По нашему мнению, при низком и среднем уровне жизнестойкости основу базовых убеждений личности составляют представления о том, что события не подвластны контролю человека, а зависят от внешних обстоятельств.

При анализе различий показателей базовых убеждений при **низком** и **высоком** уровне жизнестойкости были обнаружены такие значимые статистические различия как благосклонность мира ( $U = 138,5$  при  $p \leq 0,001$ ); справедливость мира ( $U = 142,5$  при  $p \leq 0,01$ ); ценность собственного «Я» ( $U = 106,5$  при  $p \leq 0,001$ ); степень самоконтроля ( $U = 189,0$  при  $p \leq 0,05$ ); степень удачи или везения ( $U = 184,0$  при  $p \leq 0,05$ ); общая тенденция в отношениях как общая склонность к благоприятному отношению к внешнему миру ( $U = 158,0$  при  $p \leq 0,01$ ); а также убеждение в отношении к самооценности, способности управления событиями и везения ( $U = 122,0$  при  $p \leq 0,01$ ). Проанализировав полученные результаты, мы установили, что молодежь, проживающая в условиях экстремальной социогенной ситуации, при низком и высоком уровне жизнестойкости строит свои базовые убеждения на позитивном отношении к миру и его благосклонности к своей личности и способности влиять на происходящие события. Также сформировано убеждение относительно собственной ценности.

Рассмотрим результаты различий показателей базовых убеждений при **среднем** и **высоком** уровне жизнестойкости. Так, были обнаружены такие значимые статистические различия: благосклонность мира ( $U = 122,0$  при  $p \leq 0,05$ ); справедливость мира ( $U = 107,0$  при  $p \leq 0,1$ ); ценность собственного «Я» ( $U = 111,5$  при  $p \leq 0,01$ ); общее отношение к благосклонности окружающего мира ( $U = 123,5$  при  $p \leq 0,05$ ); убеждение относительно собственной ценности, способности управления событиями и везения ( $U = 125,0$  при  $p \leq 0,05$ ). Так,

данные результаты свидетельствуют о том, что для большинства молодежи, характеризующейся средним и высоким уровнем жизнестойкости, важна самооценочность, позитивное отношение к себе, к собственной удачливости и собственным действиям.

Корреляционный анализ жизнестойкости и базовых убеждений при разном уровне жизнестойкости показал следующие результаты (см. в таблице 9) (см. Приложение 5): у испытуемых с низким уровнем жизнестойкости выявлена статистически значимая взаимосвязь с таким базовым убеждением личности, как справедливость мира (на уровне  $p \leq 0,05$ ).

Обнаружены значимые статистические различия между средним уровнем жизнестойкости и следующими базовыми убеждениями: благосклонность мира (на уровне  $p \leq 0,05$ ); общее отношение к благосклонности окружающего мира (на уровне  $p \leq 0,05$ ).

У испытуемых с высоким уровнем жизнестойкости обнаружены значимые статистические различия с такими базовыми убеждениями: случайность как принцип распределения происходящих событий (на уровне  $p \leq 0,05$ ), а также ценность собственного «Я» (на уровне  $p \leq 0,05$ ) (см. в таблице 9).

Полученные результаты говорят о том, что испытуемые, обладающие низким и средним уровнем жизнестойкости, придерживаются принципа случайности, т. е. принципа распределения происходящих событий, а также имеют стойкие убеждения относительно собственной ценности.

Необходимо отметить, что молодежь со средним и высоким уровнем жизнестойкости демонстрирует веру респондентов в то, что в мире добро преобладает над злом, что дает возможность прийти к суждению о том, что молодые люди, проживающие в условиях экстремальной социогенной ситуации, обладают высоким адаптивным потенциалом. Именно развитая способность к преодолению негативных внешних воздействий (высокий уровень жизнестойкости) обуславливает степень ценности собственного «Я»

– безусловного принятия себя, независимо от внешних факторов и собственных реакций на окружающий мир.

Таким образом, говоря об анализе содержания базовых убеждений личности в экстремальной социогенной ситуации, мы обозначили факт того, что данные о базовых убеждениях хорошо согласуются с данными по измерению осмысленности жизни. Практически по всем базовым убеждениям есть значимые различия при низком и высоком уровне жизнестойкости. То есть можно с уверенностью говорить, что жизнестойкость определяет качественно специфичную систему переживаний человека.

**Низкий уровень жизнестойкости** запускает такие процессы, как самоанализ, осмысление, рефлексия жизни. Данный тезис подтверждается и тем, что большинство молодежи акцентировано на переживаниях о себе и своем месте в ситуации.

Наиболее выраженными являются такие базовые убеждения, как: «Благосклонность мира», «Ценность собственного Я», «Степень самоконтроля», «Вера в добро», «Вера в ценность Я». Полученные результаты свидетельствуют о высоком уровне индивидуальности, доверии к окружающему миру, вере в справедливость мира и доброту людей. Данные результаты подчеркивают факт наличия у молодежи, проживающей в условиях экстремальной ситуации социогенного характера, высокой адаптивности.

Высокие показатели по категориям базовых убеждений «общее отношение к осмысленности мира», «контролируемость мира» подчеркивают высокий уровень дифференциации в отношении молодежи к «ценности собственного «Я», «контролируемости мира». Данные убеждения выступают базовым ядром субъективного мира и составляют основу **высокого уровня жизнестойкости**.

Таким образом, разный уровень жизнестойкости определяет формирование специфически разных убеждений у человека в кризисной

ситуации.

### 2.3.3. Система ценностных ориентаций личности в экстремальной социогенной ситуации

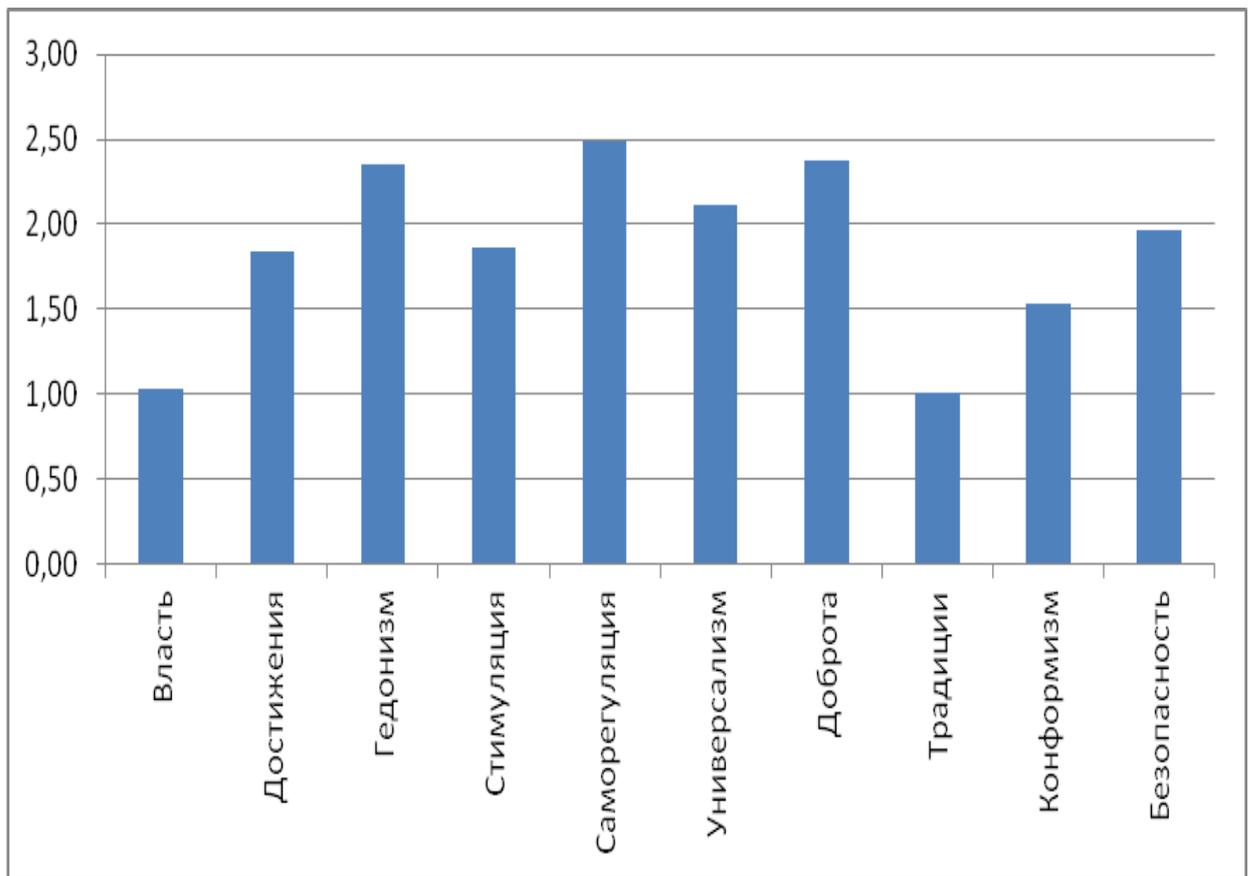
Рассмотрим средние значения ценностных ориентаций по всей выборке с целью идентификации системы ценностных ориентаций личности, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации (см. в таблице 10).

Таблица 10.

#### Ценности молодежи в экстремальной социогенной ситуации

|               | $M_x$ | СКО  | $C_v$  |
|---------------|-------|------|--------|
| Власть        | 1,03  | 1,15 | 110,89 |
| Достижения    | 1,83  | 0,97 | 52,86  |
| Гедонизм      | 2,36  | 1,19 | 50,45  |
| Стимуляция    | 1,86  | 1,05 | 56,13  |
| Саморегуляция | 2,49  | 0,83 | 33,17  |
| Универсализм  | 2,11  | 0,85 | 40,11  |
| Доброта       | 2,38  | 0,93 | 39,28  |
| Традиции      | 1,01  | 1,04 | 103,61 |
| Конформизм    | 1,53  | 0,92 | 59,84  |
| Безопасность  | 1,96  | 0,92 | 46,93  |

Данные, полученные по Методика Ш. Шварца по изучению ценностных ориентаций, – гомогенны. Средние показатели не имеют значимых различий, находятся в пределах допустимого отклонения, но выражен показатель ценности саморегуляции ( $M_x=2,49$ ). Данная ценность относится к категории, выражающей интересы индивида. Обратимся к рисунку 10.



**Рисунок 10.** Ценности молодежи в экстремальной социогенной ситуации

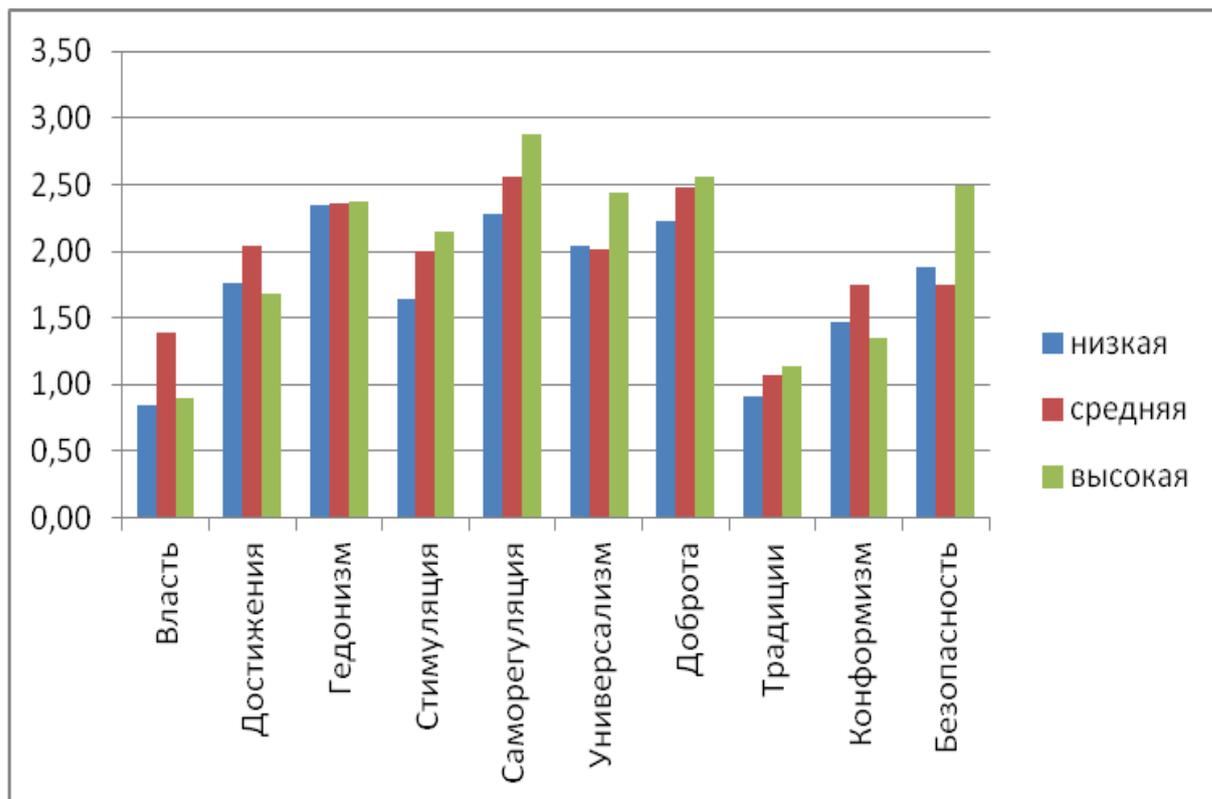
Рассмотрим ценностные ориентации молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации (см. в таблице 11).

**Ценности молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной  
социогенной ситуации**

|               | низкая<br>жизнестойкость |      |        | средняя<br>жизнестойкость |      |       | высокая<br>жизнестойкость |      |        |
|---------------|--------------------------|------|--------|---------------------------|------|-------|---------------------------|------|--------|
|               | $M_x$                    | СКО  | $C_v$  | $M_x$                     | СКО  | $C_v$ | $M_x$                     | СКО  | $C_v$  |
| Власть        | 0,85                     | 1,09 | 128,41 | 1,38                      | 1,17 | 84,75 | 0,89                      | 1,16 | 130,24 |
| Достижения    | 1,76                     | 0,91 | 51,86  | 2,05                      | 1,08 | 52,67 | 1,68                      | 0,92 | 55,04  |
| Гедонизм      | 2,35                     | 1,06 | 45,24  | 2,36                      | 1,00 | 42,59 | 2,37                      | 1,71 | 71,96  |
| Стимуляция    | 1,65                     | 1,06 | 64,53  | 2,00                      | 0,93 | 46,49 | 2,15                      | 1,14 | 53,13  |
| Саморегуляция | 2,28                     | 0,85 | 37,36  | 2,56                      | 0,64 | 25,10 | 2,88                      | 0,92 | 31,91  |
| Универсализм  | 2,04                     | 0,78 | 38,21  | 2,01                      | 0,94 | 46,91 | 2,44                      | 0,81 | 33,11  |
| Доброта       | 2,23                     | 0,93 | 41,69  | 2,48                      | 0,84 | 33,93 | 2,56                      | 1,08 | 42,23  |
| Традиции      | 0,91                     | 1,06 | 116,99 | 1,07                      | 0,82 | 76,76 | 1,13                      | 1,33 | 117,13 |
| Конформизм    | 1,47                     | 0,95 | 65,02  | 1,75                      | 0,85 | 48,62 | 1,34                      | 0,93 | 68,90  |
| Безопасность  | 1,88                     | 0,95 | 50,65  | 1,75                      | 0,78 | 44,75 | 2,49                      | 0,90 | 36,31  |

Установлено, что ценностные ориентации молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, имеют определенные различия при разном уровне жизнестойкости. Так, можно выделить такую ценность, как саморегуляция, отметив, что с увеличением уровня жизнестойкости увеличивается и уровень саморегуляции ( $M_x = 2,28$ ;  $M_x = 2,56$ ,  $M_x = 2,88$ ).

Такая же закономерность прослеживается и в отношении такой ценности как доброта (СКО – среднее квадратическое отклонение,  $C_v$  – коэффициент вариации = 2,25,  $M_x = 2,48$ ,  $M_x = 2,56$ ). Что касается такой ценности как безопасность, то мы можем отметить, что чем выше уровень жизнестойкости, тем выше значимость такой ценности как безопасность ( $M_x = 2,49$ ). Обратимся к рисунку 11.



**Рисунок 11.** Ценности молодежи при разном уровне жизнестойкости в экстремальной социогенной ситуации

Рассмотрим различия показателей ценностей при разном уровне жизнестойкости (см. в таблице 11) (см. Приложение 6).

Статистически значимые различия в характеристике показателей ценностей при низком и среднем уровне жизнестойкости установлены по такой ценности, как власть ( $U=280,5$  при  $p \leq 0,05$ ). Можно предположить, что, обладая властью над другими людьми, респонденты ощущают себя более жизнестойкими.

Статистически значимые различия в характеристике показателей ценностей при низком и высоком уровне жизнестойкости установлены по такой ценности как самостоятельность ( $U=174,0$  при  $p \leq 0,05$ ), а также по ценности безопасности ( $U=183,0$  при  $p \leq 0,05$ ).

Анализируя особенности показателей ценностей при среднем и высоком

уровне жизнестойкости, были обнаружены статистически значимые различия по такой ценности как безопасности ( $U=110,0$  при  $p \leq 0,01$ ).

Таким образом, для высокого уровня жизнестойкости необходимо развитие таких ценностей, как самостоятельность и ощущение безопасности.

Проведем корреляционный анализ жизнестойкости и ценностных ориентаций (см. в таблице 11) (см. Приложение 7).

Полученные данные свидетельствуют о наличии статистически значимой взаимосвязи между показателем безопасности и низким уровнем жизнестойкости ( $p \leq 0,05$ ). Проанализировав полученные результаты, мы видим, что жизнестойкость является значимым фактором функционирования ценностей при низком уровне.

Таким образом, можно выделить следующие особенности системы ценностей личности, обусловленные разным уровнем жизнестойкости:

1) Среди респондентов со средним уровнем жизнестойкости преобладают ценности власти, конформизма и достижения.

2) Ценность «гедонизм» не значима для развития жизнестойкости.

3) Ценность «стимуляция» занимает значимое место в развитии жизнестойкости.

4) Ценности саморегуляции, безопасности, стимуляции – зрелые характеристики человека и свойственны для людей с высоким уровнем жизнестойкости.

5) Респонденты, имеющие высокие оценки по уровню жизнестойкости, не ставят власть как ценность во главе, для них данная категория не предоставляет значимости.

6) Для высокого уровня жизнестойкости необходимо развитие таких ценностей, как саморегуляция и ощущение безопасности.

## **2.4. Психологическая структура жизненных ориентаций с разным уровнем жизнестойкости**

Представленный в предыдущих параграфах аналитический способ изучения жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости позволил выделить ряд важных психологических особенностей. Однако необходимо заметить, что рассмотренные в нашем исследовании феномены смысло-жизненных ориентаций, базовых убеждений и ценностей личности представляют собой целостную систему ценностно-ориентационных характеристик человека. Функциональный характер этой системы определяется тем, что в условиях экстремальной социогенной ситуации отношение к ней и к себе в ней регулируется сформированными у человека ценностно-ориентационными убеждениями, а также личностными представлениями, установками и взглядами. Именно поэтому сложно говорить о том, что отношение к экстремальной социогенной ситуации – это совокупность каких-либо более или менее значимых ценностей человека; вернее будет говорить о том, что отношение к экстремальной ситуации – это система убеждений и ценностей, регулирующая поведение человека в ней.

Кроме того, необходимо отметить, что сама эта система убеждений и ценностей зависит от жизненного опыта человека, от сформированных способов совладания с трудными жизненными ситуациями. Именно опыт переживания таких ситуаций формирует у человека систему ценностно-ориентационных убеждений о себе, мире, других людях и т.п. В контексте нашего исследования феноменом, в котором выражается опыт переживания экстремальных социогенных ситуаций, является жизнестойкость человека. Можно предположить, что разный уровень сформированности жизнестойкости будет по-разному влиять на психологическое содержание системы жизненных ориентаций человека.

Данное предположение позволило нам перейти от аналитического

способа изучения жизненных убеждений человека к структурному анализу. Мы предположили, что при разном уровне жизнестойкости организация психологической структуры жизненных ориентаций человека будет иметь качественные различия (см. Приложение 8). Для ее исследования была использована методика расчета индексов структурной организации – индекса когерентности структуры (ИКС), индекса дивергентности структуры (ИДС), индекса организованности структуры (ИОС); определение базовых элементов структуры; определение гомогенности/гетерогенности структур с использованием метода экспресс  $\chi^2$  (хи-квадрат) А. В. Карпова.

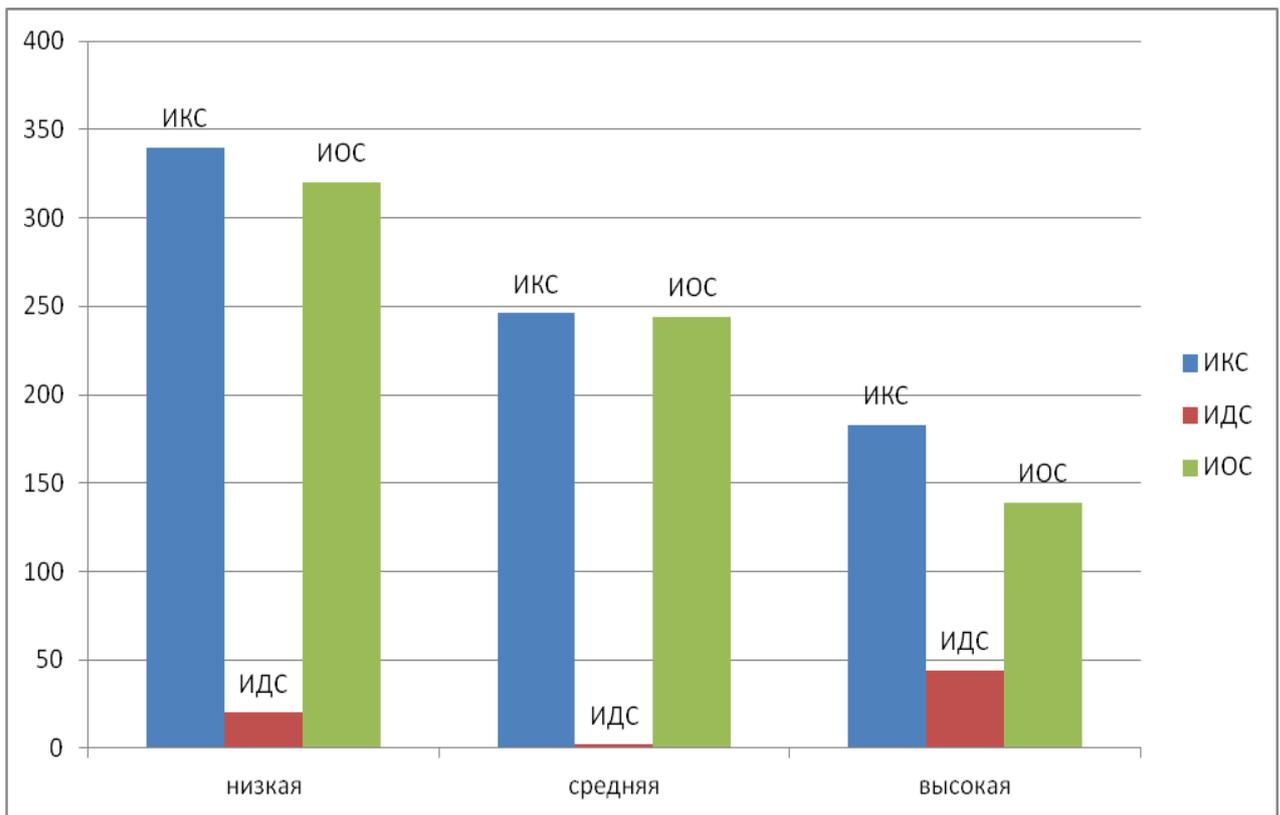
Индекс когерентности структуры (ИКС) определяется путем суммирования статистически значимых положительных корреляционных связей между компонентами структуры жизненных ориентаций.

Индекс дивергентности структуры (ИДС) определяется на основе суммирования статистически значимых отрицательных корреляционных связей между компонентами структуры жизненных ориентаций.

Индекс организованности структуры (ИОС) рассчитывается путем соотношения значений индексов когерентности и дивергентности.

В результате подсчета значений каждого индекса итоговый показатель выражается в условных единицах и позволяет производить сравнительный анализ когерентности, дивергентности и организованности структуры жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости.

Результаты проведенного структурного анализа жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости в ситуации экстремальной социогенной ситуации представлены на рисунке 12 и в таблице 10. На основании этих данных далее опишем психологическую структуру жизненных ориентаций разных групп испытуемых.



**Рисунок 12.** Психологическая структура жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости

**Примечание.** Здесь и далее: ИКС - индекс когерентности структуры, ИДС - индекс дивергентности структуры, ИОС - индекс организованности структуры

Характерные особенности психологической структуры жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости состоят в следующем:

1. При возрастании уровня жизнестойкости отмечается динамика некоторых структурных индексов в построении психологической структуре жизненных ориентаций. Например, индекс когерентности структуры (ИКС) имеет явную тенденцию к понижению. Индекс дивергентности структуры также имеет тенденцию к снижению, хоть и менее выраженную, но также тенденцию к снижению. Это отображает идею о том, что по мере возрастания уровня жизнестойкости отчетливо понижается степень когерентности, то есть психологическая структура жизненных ориентаций становится менее

организованной, и при этом увеличивается степень ее дивергентности, дифференцированности.

2. Четко видна зависимость обобщенного индекса – индекса организованности структуры (ИОС) – от изменения уровня жизнестойкости. Здесь также отмечается закономерность, имеющая вид прямо пропорциональной зависимости – при возрастании уровня жизнестойкости психологическая структура жизненных ориентаций становится менее организованной.

3. Учитывая особенности этих двух положений, можно утверждать, что значимой детерминантой формирования психологической структуры жизненных ориентаций выступает уровень жизнестойкости. Эта детерминация выражается в обратной пропорциональной связи между ними. Поэтому возрастание уровня жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации сопровождается значительным снижением степени организованности психологической структуры жизненных ориентаций.

Результаты проведенного нами анализа позволяют сделать некоторые частные выводы, представляющие интерес для нашего исследования:

Увеличение уровня организованности психологической структуры жизненных ориентаций у лиц с низким уровнем жизнестойкости свидетельствует об интенсификации процесса функционирования у данной группы испытуемых всей совокупности компонентов системы жизненных ориентаций. Следуя пониманию такого феномена как жизнестойкость, которая уменьшает внутреннее напряжение в стрессовых ситуациях благодаря умению справляться со стрессами и рассматривать их как менее важные [104, с. 4], можно сделать следующий принципиальный вывод: низкая жизнестойкость в экстремальной социогенной ситуации приводит к возрастанию напряженности, неспособности адекватно совладать с ситуацией, к восприятию ее как сверхзначимой для человека. Следствием этого является интенсификация психологических процессов поиска смысла ситуации, смысла

нахождения человека в ней, апробация разных убеждений для адекватного совладания с ситуацией, использование системы имеющихся у человека ценностей для принятия ситуации или переработки своего отношения к ней.

Именно ввиду сказанного мы и можем наблюдать на рисунке 12 максимально высокую степень организованности структуры жизненных ориентаций испытуемых, имеющих крайне низкий уровень жизнестойкости. В данном случае показатель организованности говорит не о высоком уровне развития системы жизненных ориентаций, а об интенсивных процессах поиска адекватной ситуации системы смысложизненных ориентаций, убеждений и ценностей.

Далее на рисунке 12 мы видим, что с возрастанием уровня жизнестойкости происходит снижение степени организованности психологической структуры жизненных ориентаций. Следуя избранной логике объяснения, мы придерживаемся идеи о том, что снижение организованности структуры при возрастании жизнестойкости не является показателем ее более низкого уровня развития. При высокой жизнестойкости в условиях экстремальной ситуации человек имеет непротиворечивую совокупность убеждений о себе, окружающем мире и отношениях с ним. В связи с чем именно она и обеспечивает успешное совладание с экстремальной ситуацией. По всей видимости, можно утверждать, что организованность структуры жизненных ориентаций при высоком уровне жизнестойкости характеризуется оптимальным уровнем развития, не требующим коренной перестройки смысложизненных ориентаций, базовых убеждений, ценностей личности. Это подтверждает идею о том, что чем более жизнестойким является человек, тем он более готов к адекватному реагированию на экстремальную социогенную ситуацию.

Представленные на рисунке 12 данные группы испытуемых с средним уровнем жизнестойкости лишь подтверждают высказанные идеи. При этом можно говорить еще и о том, что взаимосвязь жизнестойкости и системы

жизненных ориентаций носит динамический характер. То есть, если процесс возрастания жизнестойкости приближает человека к оптимальному реагированию на экстремальную ситуацию, то снижение жизнестойкости приводит к росту напряженности и необходимости перестройки всей системы жизненных ориентаций человека.

Продолжая характеристику результатов структурного анализа жизненных ориентаций испытуемых с разным уровнем жизнестойкости, необходимо далее перейти к данным, представленным в таблице 12. Они позволяют конкретизировать психологическое содержание структуры жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации.

Таблица 12.

**Психологическая структура жизненных ориентаций  
при разном уровне жизнестойкости**

|     | Жизнестойкость |         |         |
|-----|----------------|---------|---------|
|     | низкая         | средняя | высокая |
| ИКС | 340            | 246     | 183     |
| ИДС | 20             | 2       | 44      |
| ИОС | 320            | 244     | 139     |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| Базовые компоненты жизненных ориентаций | <p><b>Смысложизненные ориентации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цели в жизни.</li> <li>- Процесс жизни.</li> <li>- Результативность жизни.</li> <li>- Локус контроля-Я.</li> <li>- Локус контроля-Жизнь.</li> <li>- Осмысленность жизни.</li> </ul>   | <p><b>Смысложизненные ориентации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цели в жизни.</li> <li>- Процесс жизни.</li> <li>- Результативность жизни.</li> <li>- Локус контроля-Я.</li> <li>- Осмысленность жизни.</li> </ul> | <p><b>Смысложизненные ориентации:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Локус контроля-Я.</li> <li>- Локус контроля-Жизнь.</li> <li>- Осмысленность жизни.</li> </ul>   |
|   | <p><b>Базовые убеждения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Убеждение в благосклонности мира.</li> <li>- Убеждение в наличии удачи, везения в мире.</li> <li>- Вера в то, что в мире больше добра, чем зла.</li> <li>- Убеждение, что мир полон смысла.</li> <li>- Убеждение в ценности собственного «Я».</li> </ul> | <p><b>Базовые убеждения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Убеждение в контролируемости мира.</li> <li>- Убеждение, что мир полон смысла.</li> </ul>   | <p><b>Базовые убеждения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Убеждение в благосклонности мира.</li> <li>- Убеждение в доброте людей.</li> <li>- Убеждение в справедливости мира.</li> <li>- Убеждение в контролируемости мира.</li> <li>- Убеждение в самоконтроле.</li> <li>- Вера в то, что в мире больше добра, чем зла.</li> <li>- Убеждение в</li> </ul> |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p><b>Ценности:</b></p> <p>Ценность стимуляции.</p> | <p><b>Ценности:</b></p> <p>- Ценность саморегуляции.</p> <p>- Ценность универсализма.</p> | <p>ценности собственного «Я».</p> <p><b>Ценности:</b></p> <p>- Ценность власти.</p> <p>- Ценность достижений.</p> <p>- Ценность гедонизма.</p> <p>- Ценность стимуляции.</p> |
|--|---|---|--|

**Примечание.**

ИКС – индекс когерентности системы; ИДС – индекс дивергентности системы; ИОС – индекс организованности системы.

Базовые компоненты жизненных ориентаций – жизненные ориентации, вес которых в системе выше среднего веса всех компонентов в системе.

Обращаясь к представленному в таблице 10 показателю базовых компонентов структуры жизненных ориентаций, следует обратить внимание на следующее.

1. Высокая организованность структуры жизненных ориентаций при низкой жизнестойкости обеспечивается максимальной включенностью в структуру смысложизненных ориентаций и практически полным отсутствием среди базовых компонентов ценностей личности. Исходя из этого, мы видим, что интенсификация процессов совладания с экстремальной ситуацией (испытываемые с низкой жизнестойкостью) обеспечивается стремлением понять смысл ситуации, свое место в ней, определить значимость ситуации для себя сейчас и в будущем и т.д. Это сопровождается практически полным отсутствием значимых ценностей в структуре жизненных ориентаций.

Последнее говорит о том, что у данной группы испытуемых фактически была разрушена система ценностей, на месте которых оказались базовые убеждения. Обобщая, скажем, что ядром структуры жизненных ориентаций людей с низкой жизнестойкостью является поиск смысла жизни в условиях экстремальной социогенной ситуации.

2. Противоположная идея характеризует психологическое содержание жизненных ориентаций группы испытуемых с высоким уровнем жизнестойкости. В таблице 10 мы видим, что с возрастанием жизнестойкости снижается включенность смысловых компонентов в структуру жизненных ориентаций человека, при этом возрастает включенность в структуру ценностных компонентов личности и ее базовых убеждений. Это подтверждает идею о том, что структура жизненных ориентаций людей с высокой жизнестойкостью наполнена стабильными психологическими характеристиками, обеспечивающими человеку адекватное объяснение экстремальной ситуации (совокупность базовых убеждений) и непротиворечивое существование в ней (совокупность ценностей личности).

3. Данные таблицы 10 подтверждают сформулированные выше идеи о том, что низкая организованность структуры жизненных ориентаций при высокой жизнестойкости не означает неразвитость структуры. Высокая жизнестойкость обеспечивает стабильное и оптимальное восприятие и отношение человека к экстремальной социогенной ситуации. Это достигается благодаря устоявшимся убеждениям и ценностям личности. Недостаток или невыраженность этих аспектов приводит к уменьшению стабильности жизни и усилению функционирования смысловых ориентаций личности [137].

## **2.5. Психологические рекомендации по формированию жизнестойкости в условиях экстремальной социогенной ситуации**

С целью формирования жизнестойкости и повышения ее уровня нами были разработаны психологические рекомендации для молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации.

Достижение данной цели предполагает решение следующих задач:

1. Реализация комплекса мероприятий для улучшения уровня устойчивости к жизненным вызовам у молодежи;

2. Развитие навыков адекватного самовосприятия и самооценки, поведения, которое помогли бы адаптироваться к различным ситуациям, а также поиск и обретение жизнеутверждающих ценностей, развитие эмоциональной стабильности, уверенности в себе, а также, коммуникативных умений;

3. Формирование у педагогического коллектива теоретического фундамента и конкретных практических навыков по формированию жизнестойкости у студентов.

Результаты проведенного теоретического и эмпирического исследований позволяют нам определить базовые механизмы, способы и формы развития позитивных жизненных ориентаций у молодежи. Мы предлагаем психологические рекомендации по работе с жизненными ориентациями современной молодежи.

**Цель разработки психологических рекомендаций:** формирование ценностного отношения к собственной личности, осознанного понимания индивидуальных жизненных ценностей и ориентаций, ответственного отношения к выбору жизненного пути. Закрепление положительного эффекта к моменту завершения комплексной программы.

**Задачи:**

1. Повысить уровень жизнестойкости.

2. Смоделировать позитивный образ будущего.
3. Усилить веру в собственные ресурсы.
4. Сформировать необходимые знания, умения и навыки, расширить возможности личности.

#### **Принципы построения психологических рекомендаций:**

1. Принцип диалогизации (и в обмене информацией, и в ролевом взаимодействии, и в межличностном общении обеспечивается равенство партнеров, эмоциональная открытость и доверие).
2. Принцип проблематизации (стимулирование тенденции к личностному росту).
3. Принцип персонализации (включение личностного опыта студентов).
4. Принцип позитивного мышления (центрирование на положительном опыте и нахождение положительных смыслов в любой ситуации).

**Используемые методы:** психогимнастика, игровые методы, групповая дискуссия, психодиагностические методы, мини-лекции, беседы, приемы арт-терапии, упражнения аутотренинга, социально-психологические акции, активные методы психологического обучения.

**Структура:** занятия разделены на 4 блока, которые включают в себя по 2 темы.

**Ожидаемые результаты:** предложенные психологические рекомендации, направленные на оптимизацию субъективного качества жизни и формирование положительных жизненных ориентаций, позволяют создать условия, способствующие личностному становлению и повышению уровня жизнестойкости, а также оптимизируют психологическую культуру участников.

Рассмотрим **план рекомендаций**, направленных на формирование жизненных ориентаций молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации.

## **Блок № 1**

### **Занятие № 1**

#### **Тренинговое занятие «Я и мои жизненные ориентации»**

**Концептуальное обоснование:** данный этап имеет ключевое значение в организации и проведении дальнейшей работы. Работе в группе предшествует рассказ ведущего о том, что такое тренинг, каковы его цели и возможности, какие результаты могут быть получены, оговариваются организационные вопросы.

**Цель:** развить представление о жизненных ориентациях и формировать положительный образ будущего.

**Продолжительность:** 4 академических часа.

#### **План**

1. Вступительное слово ведущего.
2. Установление регламента и правил тренинга.
3. Знакомство.
4. Сбор ожиданий.
5. Представление программы.
6. Упражнение-диагностика.
7. Мини-лекция.
8. Дискуссия. Закрепление лекционного материала.
9. Психодиагностический блок.
10. Коррекционное упражнение.
11. Медитативно-релаксационное упражнение.
12. Рефлексия. Подведение итогов.

**Результат, к которому мы стремимся** и попытаемся реализовать – положительное становление личности молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации.

## Занятие № 2

### Просветительское занятие для кураторов академических групп

**Концептуальное обоснование:** психологическое просвещение направлено на создание таких условий, в рамках которых педагоги могли бы получить профессионально и личностно значимое для них знание. Прежде всего, речь идет о психологических знаниях и навыках, позволяющих педагогам организовать эффективный процесс предметного обучения студенческой молодежи и с содержательной, и с методической точек зрения.

**Цель:** ознакомить педагогический коллектив с психологическими особенностями периода молодости; развить представление о жизненных ориентациях молодежи.

**Продолжительность:** 1 академический час.

**Форма проведения:** интерактивная лекция.

#### План

1. Просветительская лекция.
2. Раздача информационных буклетов.

**Результат, к которому мы стремимся:** более глубокое понимание педагогическим коллективом психологических особенностей периода молодости и улучшенное представление о жизненных ориентациях молодежи. Это поможет педагогам эффективнее взаимодействовать с молодыми людьми и поддерживать их в развитии.

## Блок № 2

### Формирование смысложизненных ориентаций

## Занятие № 3

### Тренинговое занятие «Человек в поисках смысла»

**Концептуальное обоснование:** тренинг поможет направить молодежь на поиск истинных целей и смыслов, поможет сформулировать наиболее

актуальные и болезненные проблемы взаимоотношений с прошлым, настоящим, будущим и проанализировать их; диссоциировать взгляд на жизненные проблемы, изменение их восприятия; расширить поле вариантности поведения в кризисных и трудных ситуациях; повысить уверенность в себе, способствовать личностному росту участников тренинга.

**Цель:** формировать смысло-жизненные ориентации у участников тренинга.

**Продолжительность:** 4 академических часа.

**Форма проведения:** тренинговое занятие.

### **План**

1. Вступление.
2. Актуализация правил тренинга.
3. Сбор ожиданий. Упражнение «Автобусная остановка».
4. Погружение участников в тему тренинга. Притча.
5. Ледокол.
6. Мини-лекция.
7. Психодиагностическое упражнение «Волшебная палочка».
8. Тест «Дерево».
9. Коррекционное упражнение «Карта жизни».
10. Рефлексия. Подведение итогов.

**Результат, к которому мы стремимся:** улучшенное осознание собственных ценностей и жизненных целей; развитие способности участников к саморефлексии и самопознанию; расширение понимания смысла своих действий и выборов; укрепление уверенности и мотивации участников; формирование позитивного отношения к жизни и будущему. Эти результаты помогут участникам тренинга более осознанно принимать решения, ориентироваться в своей жизни и добиваться поставленных целей.

## Занятие № 4

### Психологическая гостиная

**Концептуальное обоснование:** данное занятие направлено на приобщение молодежи к психологическим знаниям, а также создание благоприятного положительного климата в коллективе.

**Цель:** создать благоприятный климат в коллективе и оказать психологическую поддержку студенческой молодежи.

**Продолжительность:** 1 академический час.

**Форма проведения:** групповое чтение.

### План

1. Чтение вслух статьи «О радости. Письмо к молодежи» Е. Рерих [164].
2. Рефлексия.

**Результат, к которому мы стремимся:** создание благоприятного и поддерживающего климата в коллективе за счет обсуждения темы, затронутой в статье; стимулирование общения и обмена мнениями среди участников, что может способствовать более близким отношениям; повышение уровня эмпатии и понимания друг друга в коллективе. Эти результаты помогут создать более дружелюбную и поддерживающую атмосферу в коллективе, улучшить взаимоотношения между участниками и повысить их психологическую грамотность.

## Занятие № 5

### Психологическая акция «Волшебная шкатулка»

**Концептуальное обоснование:** психологические акции представляют собой психологическую работу, проводимую в форме игры. Главная задача таких акций заключается в установлении благоприятного психологического климата за счет улучшения методов общения педагогов с учащимися, коллегами и другими членами рабочего коллектива.

**Цель:** создание благоприятного климата в образовательной

организации; психологическая разрядка.

**Продолжительность:** в течение учебного дня.

**Форма проведения:** акция.

**Результат, к которому мы стремимся:** установление благоприятного психологического климата в образовательной организации; повышение эмоционального комфорта участников; снижение уровня стресса и напряженности, улучшение взаимоотношений между участниками общения. Кроме того, психологическая акция может способствовать психологической разрядке, помогающей снять негативные эмоции и поддерживающей психологическое благополучие участников.

## **Занятие № 6**

### **Тренинговое занятие «Мои цели в жизни»**

**Концептуальное обоснование:** осознание значения планирования и целеполагания для учебы и жизни в целом. Освоение видов и способов постановки целей. Осознание возможностей трансформации проблем в цели. Освоение технологий и принципов целеполагания. Освоение элементов позитивного мышления.

**Цель:** развитие навыков по адекватному выбору и достижению целей.

**Продолжительность:** 4 академических часа.

#### **План**

1. Вступление.
2. Актуализация правил тренинга.
3. Ледокол.
4. Ожидания от тренинга.
5. Диагностический блок. Упражнение «Колесо баланса».
6. Мини-лекция.
7. Метафора занятия.
8. Психологическая разрядка «Психологи не шутят».

9. Коррекционный блок.

10. Рефлексия. Подведение итогов.

**Результат, к которому мы стремимся:** повышение самооценки и уверенности в своих силах благодаря достижению поставленных целей, что влияет на общую психологическую устойчивость.

## Занятие № 7

### Арт-мастерская «Мои ресурсы»

**Концептуальное обоснование:** развитие умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем. Развитие способности к осознанию своих положительных качеств, а также повышение уверенности и собственной ответственности в достижении жизненных целей.

**Цель:** поиск ресурсов для изменений, саморазвития, личностного роста; анализ жизненных ценностей и достижений; гармонизация состояния.

**Продолжительность:** 1,5 академических часа

**Форма проведения:** интерактивная лекция с элементами арт-терапевтического упражнения.

### План

1. Интерактивная лекция.
2. Арттерапевтическое упражнение «Река жизни».

**Результат, к которому мы стремимся:** анализ собственных ценностей и достижений, что помогает понять, что действительно важно в жизни и какие цели следует преследовать; достижение гармонии внутреннего состояния и баланса между различными аспектами жизни, что способствует общему чувству удовлетворенности и счастья.

## Занятие № 8

### Психологическая мастерская «Мои мечты»

**Концептуальное обоснование:** использование инструмента «Коллаж».

Коллаж – это глубокий творческий инструмент позитивного планирования своего будущего с помощью метафор и символов.

**Цель:** визуализировать желаемую цель.

**Продолжительность:** 1 академический час.

### **План**

1. Создание коллажа.
2. Подведение итогов. Рефлексия.

**Результат, к которому мы стремимся:** визуализировать свои мечты и желания; повысить уровень мотивации; улучшить концентрацию внимания; набраться вдохновения и получить эмоциональный заряд; составить план действий на будущее.

## Выводы по главе 2

Цель эмпирического исследования заключается в выявлении психологических особенностей формирования жизненных ориентаций молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, в зависимости от уровня их жизнестойкости. В данной работе исследовались такие категории, как жизнестойкость, базовые убеждения личности, а также ценностные ориентации личности. В результате исследования была предложена психологическая структура жизненных ориентаций молодежи с разным уровнем жизнестойкости. Для решения поставленной цели и проверки исходных гипотез был применен соответствующий диагностический инструментарий, отвечающий цели, задачам и предмету эмпирического исследования.

Перейдем к рассмотрению каждой составляющей нашего исследования. Жизнестойкость представляет собой важную характеристику личности, отражающую общий уровень психического благополучия человека, которая основывается на трех жизненных установках: вовлеченности, уверенности в возможности контроля над событиями, а также готовности к риску. В результате исследования было выявлено, что анализ статистических различий между возрастными группами показал отсутствие различий качественного, статистически значимого характера. Таким образом мы установили, что возраст не является значимой переменной в условиях экстремальной социогенной ситуации. Также нами было обнаружено, что по всей выборке и по отдельным возрастам среднее значение показателей уровня компонентов жизнестойкости ниже нормативного, поэтому необходимо оптимизировать данное личностное образование, что будет способствовать становлению человека, как личности и формированию его смысложизненных ориентаций. На наш взгляд, данная проблема свидетельствует о важности проведения психологической работы с молодыми людьми (и с населением в целом), направленной на повышение уровня жизнестойкости и формирования

подходящих стратегий поведения в экстремальной ситуации.

Следующей категорией, которая была нами изучена, выступает осмысленность. В результате нашего исследования было выявлено, что уровень осмысленности жизни у молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, выше нормативного показателя. Данная закономерность является отличительным признаком человека, проживающего в экстремальной социогенной ситуации. Также в результате проведенного исследования нами были выявлены особенности взаимосвязи между уровнем жизнестойкости и уровнем осмысленности жизни. Так, нами была установлена обратная связь между данными показателями: чем ниже уровень жизнестойкости, тем выше уровень осмысленности. Понимание собственных жизненных целей, восприятие жизни как насыщенной и содержательной, удовлетворенность процессом самореализации и уверенность в собственных силах – все эти аспекты составляют представление о целостной и уверенной личности, способной определять свои цели, принимать решения и успешно осуществлять их, контролируя свою жизнь и достигая желаемых результатов, – данные характеристики присущи для человека, с высоким уровнем осмысленности, но перечисленные особенности проявляются в наибольшей степени при низком уровне жизнестойкости. Люди с низким уровнем жизнестойкости имеют низкую адаптивность к экстремальной ситуации социогенного характера, и за счет этого, на наш взгляд, скорее всего лишь в случае острой необходимости будут предпринимать активные действия по преодолению трудностей, то есть их переживания и направленность субъективизированы.

Система ценностных ориентаций личности, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации, характеризуется следующими особенностями. Среди респондентов со средним уровнем жизнестойкости преобладают такие ценности, как власть, конформизм и достижения. Также важным является утверждение о том, что такая ценность как гедонизм, не

значим для развития жизнестойкости. В то же время такая ценность, как стимуляция, – занимает значимое место в развитии жизнестойкости. Следует отметить, что такие ценности, как саморегуляция, безопасность, стимуляция – зрелые характеристики человека, поэтому это и характерно для людей с высоким уровнем жизнестойкости. Респонденты, имеющие высокие оценки по уровню жизнестойкости, не ставят власть как ценность во главе, для них данная категория не предоставляет значимости. Для высокого уровня жизнестойкости необходимо развитие таких ценностей, как саморегуляция и ощущение безопасности.

Представленный в нашей работе аналитический способ изучения жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости позволил выделить ряд важных психологических особенностей. В контексте исследования феноменом, в котором выражается опыт переживания экстремальных социогенных ситуаций, является жизнестойкость человека. Можно предположить, что разный уровень сформированности жизнестойкости будет по-разному влиять на психологическое содержание системы жизненных ориентаций человека.

Данное предположение позволило нам перейти от аналитического способа изучения жизненных убеждений человека к структурному анализу. Мы предположили, что при разном уровне жизнестойкости организация психологической структуры жизненных ориентаций человека будет иметь качественные различия. С целью решения данной задачи нами была использована методика расчета структурных индексов когерентности (ИКС), дивергентности (ИДС), организованности (ИОС) системы жизненных ориентаций испытуемых с разным уровнем жизнестойкости. Низкая жизнестойкость в экстремальной социогенной ситуации приводит к возрастанию напряженности, неспособности адекватно совладать с ситуацией, к восприятию ее как сверхзначимой для человека. Следствием этого является интенсификация психологических процессов поиска смысла ситуации, смысла

нахождения человека в ней, апробация разных убеждений для адекватного совладания с ситуацией, использование системы имеющихся у человека ценностей для принятия ситуации или переработки своего отношения к ней. Организованность структуры жизненных ориентаций при высоком уровне жизнестойкости характеризуется оптимальным уровнем развития, не требующим коренной перестройки смысло-жизненных ориентаций, базовых убеждений, ценностей личности. Это подтверждает идею о том, что чем более жизнестойким является человек, тем он более готов к адекватному реагированию на экстремальную социогенную ситуацию. Также отметим, что если процесс возрастания жизнестойкости приближает человека к оптимальному реагированию на экстремальную ситуацию, то снижение жизнестойкости приводит к росту напряженности и необходимости перестройки всей системы жизненных ориентаций человека. Таким образом, ядром структуры жизненных ориентаций людей с низкой жизнестойкостью является поиск смысла жизни в условиях экстремальной социогенной ситуации. Структура жизненных ориентаций людей с высокой жизнестойкостью наполнена стабильными психологическими характеристиками, обеспечивающими человеку адекватное объяснение экстремальной ситуации и непротиворечивое существование в ней. Высокий уровень жизнестойкости является залогом стабильного и оптимального восприятия и отношения человека к экстремальной социогенной ситуации. Обеспечивается это сформированными убеждениями и ценностями личности. Отсутствие или слабая выраженность последних является следствием низкой жизнестойкости и более интенсивным функционированием в структуре жизненных ориентаций смысловых компонентов личности. Поэтому мы считаем важным развивать жизнестойкость, которая является определенным потенциалом личности, интегральной способностью к социально-психологической адаптации в соответствии с динамикой смысловой саморегуляции.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе теоретического анализа зарубежной и отечественной психологической литературы обосновано понятие «жизненные ориентации» как части в структуре личности, которая является результатом развития, опыта взаимодействия, социального влияния, воспитания и формирования личности. Обоснованы ключевые факторы и индивидуальные особенности, которые влияют на формирование жизненных ориентаций молодежи в условиях экстремальной социогенной ситуации: средовые (проживание в условиях длительного вооруженного конфликта); социально-политические (нестабильность социально-политической обстановки); индивидуально-личностные (особенности переживания стрессовых ситуаций, повышенная тревожность).

Жизнестойкость представляет собой важную характеристику личности, отражающую общий уровень психического благополучия человека и основывается на трех жизненных установках: вовлеченность, уверенность в возможности контроля над ее событиями, а также готовность к риску. Жизнестойкость как система установок является определенным потенциалом личности, способной к успешной социально-психологической адаптации, основанной на изменениях в саморегуляции смыслового восприятия. Так, необходимо оптимизировать данное личностное образование, что будет способствовать становлению человека как личности и формированию его смысложизненных ориентаций.

В итоге рассмотрения данного вопроса можно сказать, что уровень осмысленности жизни у молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, выше нормативного показателя. Это позволяет заключить, что большая часть молодых людей обладают субъективным пониманием в отношении важности событий, объектов и явлений, происходящих в их жизни. У них сформирована определенная система

ценностей в отношении этих явлений и событий. Они способны контролировать процесс своей жизни, и в целом их жизнь полна смысла. Данная особенность является отличительным признаком человека, проживающего в экстремальной социогенной ситуации.

В результате нашего исследования была отмечена еще одна закономерность, касающаяся особенностей молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, что позволило нам сделать вывод о высокой способности к адаптации к изменяющимся условиям окружающей среды. Наиболее выраженными у молодежи являются такие базовые убеждения, как: «Благосклонность мира», «Ценность собственного Я», «Степень самоконтроля», «Вера в добро», «Вера в ценность Я». Полученные результаты свидетельствуют о высоком уровне индивидуальности, доверии к окружающему миру, вере в справедливость мира и доброту людей.

Установлено, что ценностные ориентации молодежи, проживающей в экстремальной социогенной ситуации, имеют определенные различия при разном уровне жизнестойкости. Для высокого уровня жизнестойкости необходимо развитие таких ценностей, как самостоятельность и ощущение безопасности.

В экстремальной ситуации социогенного характера низкий уровень жизнестойкости выступает стимулом к возрастанию организованности психологической структуры жизненных ориентаций личности. Данный процесс сопровождается значительной интенсификацией интеграционных процессов осознания человеком своего места в новых жизненных условиях.

Неспособность человека справиться с экстремальной социогенной ситуацией приводит к увеличению уровня напряженности, а также восприятию ее как сверхзначимой. В результате этого происходит усиление потребности в поиске смысла ситуации и самого смысла пребывания в ней, изучение различных убеждений с целью эффективного преодоления сложившейся ситуации с ориентацией на систему личных ценностей для

изменения своего отношения к ситуации или ее принятия.

За счет устойчивой системы убеждений и ценностей личности высокий уровень жизнестойкости способствует созданию оптимального восприятия и отношения человека к экстремальной ситуации социогенного характера. В содержании устойчивой системы убеждений и ценностей личности наиболее активно функционируют смысловые компоненты личности.

У людей с высоким уровнем жизнестойкости структура жизненных ориентаций включает в себя стабильные психологические характеристики, которые обеспечивают адекватное объяснение экстремальной ситуации (совокупность базовых убеждений) и непротиворечивое существование в ней (совокупность ценностей личности).

С целью формирования жизнестойкости и повышения ее уровня, нами были разработаны и предложены психологические рекомендации для молодежи, проживающей в условиях экстремальной социогенной ситуации. Данные рекомендации позволят повысить уровень жизнестойкости, смоделировать позитивный образ будущего, усилить веру в собственные ресурсы, расширить возможности личности, сформировать необходимые знания, умения и навыки, а также стратегии совладания с экстремальными воздействиями социогенной ситуации.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авдеенко, А. С. Особенности проявления жизнестойкости человека в трудных жизненных обстоятельствах / А. С. Авдеенко. – Текст: электронный // Вестник СМУС74. – 2016. – №2 (13). – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proyavleniya-zhiznestoykosti-cheloveka-v-trudnyh-zhiznennyh-obstoyatelstvah> (дата обращения: 04.04.2024).

2. Азадова, С. Н. Влияние кино на жизненные ориентации российской молодежи / С. Н. Азадова, Р. Р. Хисамутдинова. – Текст: непосредственный // Актуальные проблемы развития человеческого потенциала в современном обществе : Материалы III Международной научно-практической Интернет-конференции, Пермь, 06–07 декабря 2016 года. – Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2016. – С. 92-95.

3. Алисов, Е. А. Воспитательная среда в семьях раннего супружества: от конфликтности к жизненным ориентациям компетентных родителей / Е. А. Алисов. – Текст: электронный // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2020. – Т. 19, № 1(43). – С. 7-11. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/vospitatelnaya-sreda-v-semyah-rannego-supruzhestva-ot-konfliktogenosti-k-zhiznennym-orientatsiyam-kompetentnyh-roditeley/viewer> (дата обращения: 04.12.2022).

4. Аль Масри, Исмаил Адаптация личности к экстремальной социогенной ситуации у сирийских подростков: диссертация ... кандидата Психологических наук: 19.00.01 / Аль Масри Исмаил. – Текст: электронный. – Москва, 2016. – 206 с. – Режим доступа: <http://www.dslib.net/obwaja-psixologia/adaptacija-lichnosti-k-jekstremalnoj-sociogennoj-situacii-u-sirijskih-podrostkov.html> (дата обращения: 27.12.2021).

5. Ананьев, Б. Г. Психологическая структура человека как субъекта / Ананьев Б. Г. – Текст: непосредственный // Человек и общество. – Вып. II. –

Л. : ЛГУ, 1967. – С.235-249.

6. Андреева, Г. М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений / Г. М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 2001. – 290 с. – Текст: непосредственный.

7. Андреева, И. А. Психологическая составляющая самосознания личности в экстремальных условиях: специфика влияния вооруженного конфликта на Донбассе/ И. А. Андреева. – Текст: электронный // Развитие личности. – 2018. – №4. – Режим доступа: [https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-sostavlyayuschaya-samosoznaniya-lichnosti-v-ekstremalnyh-usloviyah-spetsifika-vliyaniya-vooruzhennogo-konflikta/viewer](https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-sostavlyayuschaya-samosoznaniya-lichnosti-v-ekstremalnyh-usloviyah-spetsifika-vliyaniya-vooruzhennogo-konflikta-na-donbasse) (дата обращения: 14.03.2020).

8. Анн, Л. Ф. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. – СПб. : Питер, 2007 – 271 с. – Текст: непосредственный.

9. Баева, И. А. Общепсихологические категории в пространстве образовательной среды / И. А. Баева. – М. : Московский городской психолого-педагогический университет, 2008. – 362 с. – Текст: непосредственный.

10. Барсукова, О. В. Особенности мотивации достижения и самооценки честолюбия студентов с разными жизненными ориентациями / О. В. Барсукова, И. С. Викторчик. – Текст: непосредственный // Личность в культуре и образовании: психологическое сопровождение, развитие, социализация: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2013. – № 1. – С. 318-320.

11. Барышева, Е. И. Трансформации содержательных характеристик картины мира взрослых, переживших ситуацию военного конфликта / Е. И. Барышева. – Текст: электронный // Вестник Костромского государственного университета. – Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – №1. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/transformatsii-soderzhatelnyh-harakteristik-kartiny-mira-vzroslyh-perezhivshih-situatsiyu-voennogo-konflikta/viewer> (дата

обращения: 07.04.2020).

12. Басканский, О. Е. Психологические особенности развития личности в период молодости / О. Е. Басканский, А. В. Скоробогатова. – Текст: электронный // Образовательные технологии. – №2. – 2020. – С. 77-86. – Режим доступа : <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-razvitiya-lichnosti-v-period-molodosti/viewer> (дата обращения: 02.05.2021).

13. Батянова, Е. П. Жизненные ориентации молодежи малых городов Центральной России / Е. П. Батянова, М. И. Драмбян. – Текст: непосредственный // Снижение спроса на наркотики: профилактика наркомании, комплексная реабилитация и ресоциализация потребителей наркотических средств и психотропных веществ, Москва, 01 апреля 2013 года / Научно-исследовательский центр ФСКН России ; Научный редактор: И. И. Батыршин. – Москва: Научно-исследовательский центр Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков, 2013. – С. 52-63.

14. Белашева, И. В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / И. В. Белашева, А. В. Суворова, И. Н. Польшакова, Н. В. Осипова, Д. А. Ершова – Ставрополь : Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с. – Текст: непосредственный.

15. Белоусова, Н. С. Соотношение ценностных ориентаций и субъективного качества жизни молодежи: монография / Н. С. Белоусова, Н. А. Юдина. – Екатеринбург, 2017. – 88 с. – Текст: непосредственный

16. Белых, Т. В. Моральная нормативность поведения в структуре интегральной индивидуальности / Т. В. Белых. – Текст: электронный // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. – 2014. – Т. 14. Вып. 2. – С. 53-57. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/moralnaya-normativnost-povedeniya-v-strukture-integralnoy-individualnosti-sovremennoy-studencheskoy-molodezhi/viewer> (дата обращения: 04.12.2020).

17. Бельская, З. В. Смыслоразностные ориентиры личности в условиях творческой деятельности / З. В. Бельская. – Текст: непосредственный // Современная психология: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2014 г.). – Казань : Бук, 2014. – IV. – С. 1-3.

18. Бергер, П. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания / П. Бергер, Т. Лукман. – М. : «Медиум», 1995. – 323 с. – Текст: непосредственный.

19. Бойко, О. В. Индивидуально-психологические особенности переживания личностью ситуации военного конфликта / О. В. Бойко, Н. В. Новикова. – Текст: электронный // Вестник Вятского государственного университета. – 2019. – № 4. – С. 94 -104. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/individualno-psihologicheskie-osobennosti-perezhivaniya-lichnostyu-situatsii-voennogo-konflikta/viewer> (дата обращения: 10.06.2020).

20. Бояк, Т. Н. Формирование ценностей, профессиональных ориентаций, жизненных планов студенческой молодежи регионального вуза культуры / Т. Н. Бояк. – Текст: электронный // Alma Mater (Вестник высшей школы). – 2020. – № 9. – С. 37-42. – Режим доступа: <https://almavest.ru/ru/archive/3277/4788?ysclid=lxp101pubh486105190> (дата обращения: 11.06.2021).

21. Бумага, М. М. Жизненные ориентации и ценности современной молодёжи / М. М. Бумага. – Текст: электронный // IV Машеровские чтения : Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Витебск, 28-29 октября 2010 года / материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. Том I. – Витебск: Витебский государственный университет им. П. М. Машерова, 2010. – С. 199-200. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_37107673\\_37369363.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_37107673_37369363.pdf) (дата обращения: 05.10.2021).

22. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие / Л. Ф. Бурлачук, Е. Ю. Коржова. – М. : Российское педагогическое агентство, 1998. – 263 с. – Текст: непосредственный.

23. Быкова, Н. Л. Специфика смысложизненных ориентаций различных групп учащейся молодежи в ситуации субъективации жизненных целей : специальность 19.00.05 «Социальная психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Быкова Наталья Львовна. – Текст: электронный. – Самара, 2005. – 23 с. – Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/spetsifika-smyslozhiznennykh-orientatsii-razlichnykh-grupp-uchashcheisya-molodezhi-v-situats?ysclid=lxp14y8ql7894854292/read/read> (дата обращения: 05.10.2021).

24. Бэтчел, Б. Чего ты по-настоящему хочешь? Как ставить цели и достигать их / Беверли Бэтчел. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 160 с. – Текст: непосредственный.

25. В моей душе поселилось солнце. Материалы для проведения групповых тренингов с подростками «группы риска» / Под ред. С. А. Улановой. – Сыктывкар, 2018 – 92 с. – Текст: непосредственный.

26. Вайзер, Г. А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г. А. Вайзер. – Текст: непосредственный // Психологический журнал, 1998. – Т. 19. – №5. – С. 3-14.

27. Верстова, М. В. Смысложизненные ориентации современных подростков в разных социокультурных пространствах / М. В. Верстова, М. А. Павлюкова. – Текст: непосредственный // Молодой учёный. – № 50 (340). – 2020. – С. 414-416.

28. Ветлугаева, М. С. Ценностные и смысло-жизненные ориентации подростков с высоким уровнем суицидального риска / М. С. Ветлугаева. – Текст: электронный // Ломоносовские чтения на Алтае: фундаментальные проблемы науки и образования : Сборник научных статей международной конференции, Барнаул, 14–17 ноября 2017 года / Ответственный редактор Е.

Д. Родионов. – Барнаул: Алтайский государственный университет, 2017. – С. 1506-1508. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32320089&pff=1> (дата обращения: 13.11.2020).

29. Винокурова, А. В. Жизненные стратегии и профессионально-трудовые ориентации жителей Сибири (на примере Алтайского края и Новосибирской области) / А. В. Винокурова, А. Ю. Ардальянова, Ж. Шаривхан. – Текст: электронный // Общество: социология, психология, педагогика. – 2020. – № 12(80). – С. 63-68. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennye-strategii-i-professionalno-trudovye-orientatsii-zhiteley-sibiri-na-primere-altayskogo-kraya-i-novosibirskoy-oblasti/viewer> (дата обращения: 12.08.2022).

30. Возрастная психология : краткий курс лекций / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2014. – 200 с. – Текст: непосредственный.

31. Выготский, Л. С. Мышление и речь: изд. 4 / Л. С. Выготский. – М. : Лабиринт, 1999. – 352 с. – Текст: непосредственный.

32. Газгиреева, Л. Х. Типы жизненной ориентации и человеческие потребности как ценностное основание модуса существования / Л. Х. Газгиреева. – Текст: электронный // В мире научных открытий. – 2010. – № 3-2(9). – С. 7-10. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15242717&ysclid=lxp1qloyqu530497606> (дата обращения: 04.04.2020).

33. Гареев, Э. С. Молодежь индустриальной России: жизненные и социально-политические ориентации / Э. С. Гареев, Ю. Н. Дорожкин. – Текст: электронный // Социологические исследования. – 1993. – № 1. – С. 123-152. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23599575&ysclid=lxp1t3pvdp670114841> (дата обращения: 01.02.2021).

34. Гафиатулина, Н. Х. Социальное здоровье российской молодежи в эпоху глобализации : монография / Н. Х. Гафиатулина, Н. П. Любецкий,

С. И. Самыгин; под ред. П. С. Самыгина. – Москва : РУСАЙНС, 2018. – 236 с.  
– Текст: непосредственный.

35. Гафиатулина, Н. Х. Социальное самочувствие молодежи в условиях рискогенности российского общества / Н. Х. Гафиатулина. – Текст: электронный // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2011. – № 1. – С. 17-24. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_19076091\\_98197915.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_19076091_98197915.pdf) (дата обращения: 01.02.2021).

36. Головин, С. Ю. Словарь практического психолога / С. Ю. Головин. – М.: АСТ, Харвест, 1998. – 301 с. – Текст: непосредственный.

37. Горькая, Ж. В. Психология ценностей : учебное пособие / Ж. В. Горькая. – Текст: электронный. – Самара : Изд-во «Самарский университет», 2014. – 92 с. – Режим доступа: <http://repo.ssau.ru/bitstream/Uchebnye-posobiya/Psihologiya-cennostei-Elektronnyi-resurs-ucheb-posobie-dlya-studentov-specialnosti-Psihologiya-68544/1/Горькая%20Ж.В.%20Психология.pdf> (дата обращения: 09.05.2020).

38. Грачев, А. А. Жизненные ориентации человека: от фундаментальной теории к психологической практике / А. А. Грачев. – Текст: электронный // Разработка понятий современной психологии. – Москва : Институт психологии РАН, 2021. – С. 473-499. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_47777178\\_42991616.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_47777178_42991616.pdf) (дата обращения: 07.05.2020).

39. Грачев, А. А. Организационная среда и реализация жизненных ориентаций работника / А. А. Грачев. – Текст: электронный // Психологический журнал. – 2009. – Т. 30, № 3. – С. 28-38. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_11919356\\_56183450.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_11919356_56183450.pdf) (дата обращения: 01.06.2020).

40. Грачев, А. А. Жизненные ориентации как детерминанты жизнедеятельности / А. А. Грачев. – Текст: непосредственный //

Психологические проблемы самореализации личности. СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та, 1999. – С. 25-35.

41. Грецов, А. Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание / А. Г. Грецов. – Текст: электронный. – СПб. : «Питер», 2011. – 298 с. – Режим доступа: [https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi\\_razvitia\\_s\\_podrostkami\\_tvorchestvo\\_obschenie\\_samopoznanie\\_andrey\\_gretsov.pdf?ysclid=lxp2s1zdyh541117846](https://magistr54.ru/wp-content/uploads/2022/01/treningi_razvitia_s_podrostkami_tvorchestvo_obschenie_samopoznanie_andrey_gretsov.pdf?ysclid=lxp2s1zdyh541117846) (дата обращения: 01.02.2022).

42. Гриднева, О. С. Ориентация на достижение жизненного успеха, как важный фактор воспитания старшеклассников / О. С. Гриднева. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2013. – № 12(59). – С. 442-445.

43. Громов, Д. В. Молодежь: конструирование экстремальности / Д. В. Горомов. – Текст: электронный // Мужской сборник. Вып. 3. Мужчина в экстремальной ситуации / Сост. И. А. Морозов. – М. : Индрик, 2007. – С. 67-83. – Режим доступа: [https://www.academia.edu/437163/Громов\\_Д\\_В\\_Молодежь\\_конструирование\\_экстремальности\\_Moldyevzh\\_konstruirovanie\\_ekstremalnosti](https://www.academia.edu/437163/Громов_Д_В_Молодежь_конструирование_экстремальности_Moldyevzh_konstruirovanie_ekstremalnosti) (дата обращения: 01.02.2021).

44. Данишевская, Г. А. Россия между традиционализмом и модернизмом: проблема массового нравственного идеала / Г. А. Данишевская. – Текст: непосредственный // Вестник Московского университета. – 1994. – Т. 12. – №. 1. – С. 81-85.

45. Денисова, А. И. Психологическая помощь участникам боевых действий и членам их семей / А. И. Денисова. – Текст: электронный // Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты. – 2023. – Вып. 12. – Режим доступа: <https://oppl.ru/2023-vyipusk-12/denisova-ai-psihologicheskaya-pomosch-uchastnikam-boevyih-deystviy-i-chlenam-ih-semey.html> (дата обращения: 15.06.2024).

46. Диагностика нервно-психической неустойчивости в клинической психологии: методическое пособие / С. В. Чермянин, В. А. Корзунин,

В. В. Юсупов. – СПб : Речь, 2010. – 189 с. – Текст: непосредственный.

47. Евтихов, О. В. Практика психологического тренинга / О. В. Евтихов. – СПб. : Издательство «Речь», 2004. – 256 с. – Текст: непосредственный.

48. Елизавета Филиппова. Происхождение и значение понятия «ресурса». – Текст: электронный. – Режим доступа: <https://magisteria.ru/psyresource/what-is-resource> (дата обращения: 10.12.2022).

49. Жданова, А. Д. Жизненные ориентации и доминирующие копинг-стратегии в старшем подростковом и юношеском возрасте / А. Д. Жданова. – Текст: электронный // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации : материалы X Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием в 2 частях, Новосибирск, 08–10 декабря 2021 года. Том Часть 2. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2022. – С. 150-152. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?edn=rfxfuj> (дата обращения: 10.12.2022).

50. Жедунова, Л. Г. Динамика базисных убеждений личности в период пандемии коронавируса / Л. Г. Жедунова, Н. Н. Посысоев. – Текст: электронный // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. – 2021. – Т. 15, № 4(58). – С. 602-609. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_47314649\\_21253793.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_47314649_21253793.pdf) (дата обращения: 10.03.2024).

51. Жедунова, Л. Г. Динамика базисных убеждений личности в процессе переживания личностного кризиса / Л. Г. Жедунова. – Текст: электронный // Ярославский педагогический вестник. – 2009. – № 4(61). – С. 145-149. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/dinamika-bazisnyh-ubezhdeniy-lichnosti-v-protssesse-perezhivaniya-lichnostnogo-krizisa/viewer> (дата обращения: 10.03.2024).

52. Жедунова, Л. Г. О роли ядерных структур образа мира в переживании личностного кризиса / Л. Г. Жедунова. – Текст: электронный // Наука и школа. – 2009. – № 6. – С. 45-47. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/o->

[roli-yadernyh-struktur-obraza-mira-v-perezhivanii-lichnostnogo-krizisa/viewer](https://elibrary.ru/download/elibrary_26614669_39112069.pdf)

(дата обращения: 10.03.2024).

53. Жедунова, Л. Г. Общепсихологическая концепция личностного кризиса / Л. Г. Жедунова. – Текст: электронный // Звезды Ярославской психологии : сборник к 60-летию Анатолия Викторовича Карпова, Москва, 02 мая 2016 года / Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского. – Москва: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2016. – С. 78-89. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_26614669\\_39112069.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_26614669_39112069.pdf) (дата обращения: 10.03.2024).

54. Жедунова, Л. Г. Трансформация кризисного состояния в процесс переживания / Л. Г. Жедунова, Н. Н. Посысов. – Текст: электронный // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. – 2014. – № 4(30). – С. 64-68. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_22953208\\_15122048.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_22953208_15122048.pdf) (дата обращения: 10.03.2024).

55. Жижина, М. В. Практикум целеполагания: учебно-методическое пособие / М. В. Жижина. – Саратов: Издательский центр «Наука», 2020. – 134 с. – Текст: непосредственный.

56. Жусуева, Г. Ж. Жизненные ориентации современных старшеклассников / Г. Ж. Жусуева, Т. В. Левкова. – Текст: электронный // Организация психолого-педагогического сопровождения детей в образовательном процессе, Биробиджан, 23 октября 2020 года. – Биробиджан: ИЦ ПГУ им. Шолом-Алейхема, 2020. – С. 44-51. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/hummna?ysclid=lxqeske6nc21170544> (дата обращения: 19.03.2022).

57. Законопроект № 993419-7 «О молодежной политике в Российской Федерации». – Текст: электронный. – Режим доступа: <https://sozd.duma.gov.ru/bill/993419-7> (дата обращения: 21.07.2021).

58. Зобов, Р. А. Жизненный успех и ориентации современной российской молодежи / Р. А. Зобов, В. Н. Келасьев. – Текст: электронный // Молодежная Галактика. – 2013. – № 9. – С. 20-28. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznenny-uspeh-v-sovremennom-rossiyskom-obschestve/viewer> (дата обращения: 17.10.2021).

59. Зубок, Ю. А. Молодежный экстремизм. Сущность и особенности проявления / Ю. А. Зубок, В. И. Чупров. – Текст: электронный // Социологические исследования – 2008. – № 5. – С. 37-47. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_10246372\\_15844399.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_10246372_15844399.pdf) (дата обращения: 28.11.2020).

60. Иванов, А. Л. Психологические последствия участия военнослужащих в боевых действиях в Чеченской республике и их медико-психолого-социальная коррекция / А. Л. Иванов, В. В. Рубцов, Н. В. Жуматий, М. В. Давлетшина. – Текст: электронный // Консультативная психология и психотерапия. Том 11. – 2003. – № 4. – С. 146-162. – Режим доступа: [https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2003\\_n4/Ivanov?ysclid=lxqf21nwf2902591404](https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2003_n4/Ivanov?ysclid=lxqf21nwf2902591404) (дата обращения: 28.03.2021).

61. Ильиных, Ю. В. Ценностное восприятие жизненных явлений детьми с различными смысложизненными ориентациями / Ю. В. Ильиных. – Текст: электронный // Система ценностей человека как социокультурная реальность : Сборник научных трудов / Ответственный редактор О. Н. Титов. Том Выпуск 2. – Курган : Курганский государственный университет, 2006. – С. 57-60. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_29190399\\_63761269.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_29190399_63761269.pdf) (дата обращения: 29.10.2021).

62. Илюшина, И. Н. Проблема ценностей и ценностных ориентаций в психологии / И. Н. Илюшина. – Текст: электронный // Вестник ГУУ. – 2012. – №1. – С. 136-138. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-tsennostey-i-tsennostnyh-orientatsiy-v-psihologii/viewer> (дата обращения: 30.04.2020).

63. Калонов, А. Г. Роль семьи в формировании жизненных ориентаций молодежи (на материалах исследования в Таджикистане) : специальность 09.00.11 «Социальная философия» : диссертация на соискание ученой степени кандидата философских наук / Калонов Аскаршо Гозиевич. – Текст: электронный. – Душанбе, 2000. – 151 с. – Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/rol-semi-v-formirovanii-zhiznennykh-orientatsii-molodezhi-na-materialakh-issledovaniya-v-tad?ysclid=lxqf763irc830579549> (дата обращения: 29.09.2021).

64. Камнева, Е. В. Особенности содержания временной перспективы и жизненных ориентаций студентов / Е. В. Камнева. – Текст: электронный // Психология третьего тысячелетия : Сборник материалов II Международной научно-практической конференции, Дубна, 02–03 апреля 2015 года / Под общей редакцией Б. Г. Мещерякова. – Дубна: Университет «Дубна», 2015. – С. 165- 168. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_43116998\\_94454324.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_43116998_94454324.pdf) (дата обращения: 11.12.2020).

65. Капезина, Т. Т. Исследование ценностных ориентаций у студентов младших и старших курсов / Т. Т. Капезина. – Текст: электронный // Общество. Наука. Государство. – 2015. – № 2 (2). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-tsennostnyh-orientatsiy-u-studentov-mladshih-i-starshih-kursov/viewer> (дата обращения: 03.03.2020).

66. Капустина, А. Н. Нарративный подход в изучении значимых жизненных ситуаций и смысло-жизненных ориентаций личности / А. Н. Капустина, Е. Ю. Пушкова. – Текст: электронный // Социальная психология: история и современность : Хрестоматия. – М. : Издательский Дом «Инфра-М», 2021. – С. 129-148. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/xlocwc?ysclid=lxqg2qh2vy62817889> (дата обращения: 22.05.2021).

67. Карандашев, В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. – СПб. : Речь, 2004 – 70 с.

– Текст: непосредственный.

68. Караяни, А. Г. Военная психология. В 2-х ч. Часть 1 : учебник и практикум для вузов / А. Г. Караяни. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 218 с.

– Текст: непосредственный.

69. Караяни, А. Г. Военная психология. В 2-х ч. Часть 2 : учебник и практикум для вузов / А. Г. Караяни. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 280 с.

– Текст: непосредственный.

70. Караяни, А. Г. Настольная книга военного психолога / А. Г. Караяни. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 280 с. – Текст: непосредственный.

71. Карельский, А. А. Ценностные ориентации как основа формирования жизненной стратегии современного студента / А. А. Карельский. – Текст: электронный // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2008. – № 1. – С. 132-136. – Режим доступа:

<https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-kak-osnova-formirovaniya-zhiznennoy-strategii-sovremennogo-studenta/viewer> (дата обращения: 02.02.2020).

72. Карпов, А. В. Метасистемная организация уровней структур психики / А. В. Карпов. – М. : Институт психологии РАН, 2004. – 506 с. – Текст: непосредственный.

73. Карпов, А. В. О метасистемном подходе в психологии / А. В. Карпов. – Текст: непосредственный // Труды Ярославского методологического семинара. Т. 2. – Ярославль, 2004. – С. 21-34.

74. Карпов, А. В. Психология метакогнитивных процессов личности / А. В. Карпов, И. М. Скитяева. – М. : Институт психологии РАН, 2005. – 352 с. – Текст: непосредственный.

75. Картавщикова, Е. В. Совладающее поведение как компонент смысложизненной стратегии в контексте кризиса тридцати лет / Е. В. Картавщикова. – Текст: электронный // Аспирант. – Ростов н/Д, 2014. – № 2. – С. 35-38. – Режим доступа:

[https://elibrary.ru/download/elibrary\\_21599340\\_93832223.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_21599340_93832223.pdf) (дата обращения: 27.05.2022).

76. Касаткина, Н. Э. Жизненные ориентации студентов вузов Кузбасского региона / Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева. – Текст: электронный // Вестник Кузбасского государственного технического университета. – 2003. – № 3(34). – С. 131-134. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennye-orientatsii-studentov-vuzov-kuzbasskogo-regiona/viewer> (дата обращения: 21.04.2020).

77. Кацаран, С. М. Особенности жизненных ориентаций студентов магистратуры / С. М. Кацаран. – Текст: электронный // НАУКА 60-й ПАРАЛЛЕЛИ : тезисы докладов XXIV Молодежной конференции им. Г. И. Назина, Сургут, 01–30 июня 2020 года / ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ, БУ ВО «СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ». – Сургут: Сургутский государственный университет, 2020. – С. 53. – Режим доступа: [https://vk.com/doc132881536\\_569315997?hash=iYpMwwPG7UhdVteqsN19t2dBYRcb9QGF1XPrwrIfFR8](https://vk.com/doc132881536_569315997?hash=iYpMwwPG7UhdVteqsN19t2dBYRcb9QGF1XPrwrIfFR8) (дата обращения: 18.06.2022).

78. Келли, Дж. Теория личности (теория личных конструктов) / Джордж Келли. – СПб : «Речь», 2000. – 249 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: <http://www.iakovlev.org/zip/kelly.pdf> (дата обращения: 11.01.2020).

79. Кипнис, М. Ш. Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга / Михаил Кипнис. – Москва: АСТ, 2014 – 637 с. – Текст: непосредственный.

80. Кириллова, Т. В. К вопросу изучения мотивационной сферы и жизненных ориентаций осужденных / Т. В. Кириллова. – Текст: электронный // Вопросы педагогики. – 2021. – № 2-1. – С. 73-76. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_44712215\\_54492928.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_44712215_54492928.pdf) (дата обращения: 14.11.2020).

81. Китаев-Смык, Л. А. Стресс войны: фронтовые наблюдения врача-психолога / Л. А. Китаев-Смык. – М., 2001. – 80 с. – Текст: непосредственный.

82. Князева, Е. В. Жизненные ориентации и социальное самочувствие молодежи: внутривозрастная вариативность / Е. В. Князева. – Текст: электронный // Материалы VII международной социологической Грушинской конференции «Навстречу будущему. Прогнозирование в социо-логических исследованиях», Москва, 15–16 марта 2017 года / Ответственный редактор А.В. Кулешова. – Москва: Всероссийский центр изучения общественного мнения, 2017. – С. 168-173. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/upxysi?ysclid=lxqgu18q7v126751596> (дата обращения: 15.11.2020).

83. Ковалев, А. Г. Психология личности. 3-е изд., перераб. и доп / А. Г. Ковалев. – М. : Просвещение, 1970. – 391 с. – Текст: непосредственный.

84. Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 254 с. – Текст: непосредственный.

85. Коржова, Е. Ю. Психология жизненных ориентаций человека / Е. Ю. Коржова. – СПб. : Изд-во Русской христианской гуманитарной акад., 2006. – 383 с. – Текст: непосредственный.

86. Корокошко, И. О. Особенности экономического сознания у лиц с разными жизненными ориентациями : специальность 19.00.05 «Социальная психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Корокошко Игорь Олегович. – Текст: электронный. – Саратов, 2011. – 25 с. – Режим доступа: [https://new-disser.ru/\\_avtoreferats/01005104227.pdf?ysclid=lxqgvgs5m5405658416](https://new-disser.ru/_avtoreferats/01005104227.pdf?ysclid=lxqgvgs5m5405658416) (дата обращения: 28.09.2021).

87. Красикова, Ю. Ю. Проективные методы исследования личности осужденных Учебное пособие / Красикова Ю. Ю. – Рязань: Академия ФСИН России, 2014. – 244 с. – Текст: непосредственный.

88. Красильникова, М. Ю. Особенности ценностных ориентаций у

женщин в тяжелых жизненных ситуациях / М. Ю. Красильникова. – Текст: электронный // Студенческая наука XXI века. – 2015. – № 4 (7). – С. 137-141. – Режим доступа: <https://interactive-plus.ru/e-articles/225/Action225-13751.pdf> (дата обращения: 23.06.2020).

89. Кривец, В. С. Типы ценностных ориентаций и жизненный выбор личности / В. С. Кривец. – Текст: электронный // МНСК-2018: Философия : Материалы 56-й Международной научной студенческой конференции, Новосибирск, 22–27 апреля 2018 года. – Новосибирск: Новосибирский национальный исследовательский государственный университет, 2018. С. 105- 106. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_35465069\\_98195168.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_35465069_98195168.pdf) (дата обращения: 27.10.2020).

90. Крутько, И. С. Психотехнологии в работе с молодежью : учеб. пособие / И. С. Крутько. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2017 – 188 с. – Текст: непосредственный.

91. Крысько, В. Г. Секреты психологической войны : (Цели, задачи, методы, формы, опыт) / Владимир Крысько; Под общ. ред. А. Е. Тараса. – Минск : Харвест, 1999. – 446 с. – Текст: непосредственный.

92. Кулагин, Б. В. Основы профессиональной психодиагностики / Б. В. Кулагин. – Л. : Медицина : Ленингр. отд-ние, 1984. – 216 с. – Текст: непосредственный.

93. Лапкина, Е. В. Совладающее поведение, жизнестойкость и жизнеспособность личности: связь понятий, функции / Е. В. Лапкина. – Текст: электронный // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2015. – №4. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovladayuschee-povedenie-zhiznestoykost-i-zhiznesposobnost-lichnosti-svyaz-ponyatiy-funktsii> (дата обращения: 11.03.2024).

94. Лебедева, Р. В. Исследование социокультурного контекста нравственного функционирования личности у студентов вузов с различными

типами жизненных ориентаций / Р. В. Лебедева, Е. К. Веселова. – Текст: электронный // Научное мнение. – 2021. – № 5. – С. 60-65. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_45835527\\_95948464.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_45835527_95948464.pdf) (дата обращения: 07.05.2022).

95. Лебедева, Р. В. Нравственная направленность личности студентов с различными типами жизненных ориентаций / Р. В. Лебедева. – Текст: электронный // Психология – наука будущего : Материалы VII Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего», Москва, 14–15 ноября 2017 года / Под редакцией А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – Москва: Институт психологии РАН, 2017. – С. 480-483. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_32410758\\_10944497.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_32410758_10944497.pdf) (дата обращения: 18.07.2021).

96. Лебедева, Р. В. Просоциальная направленность личности студентов с субъектными и объектными жизненными ориентациями / Р. В. Лебедева. – Текст: электронный // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: векторы развития современной психологической науки : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 12–14 апреля 2017 года. Том Часть 2. – Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 2017. – С. 58-62. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_29285996\\_78635384.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_29285996_78635384.pdf) (дата обращения: 18.07.2021).

97. Лебедева, Р. В. Тип жизненных ориентаций и особенности нравственной направленности личности студентов / Р. В. Лебедева. – Текст: электронный // Арктика XXI век. Гуманитарные науки. – 2018. – № 2(16). – С. 24-29. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/tip-zhiznennyh-orientatsiy-i-osobennosti-nravstvennoy-napravlennosti-lichnosti-studentov/viewer> (дата обращения: 18.07.2021).

98. Левин, К. Теория поля в социальных науках / Курт Левин. – М. :

«Академический проект», 2023. – 343 с. – Текст: непосредственный.

99. Левкова, Т. В. Сравнительный анализ жизненных ориентаций современных старшеклассников и студентов / Т. В. Левкова. – Текст: электронный // Педагогика, психология, общество: от теории к практике : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чебоксары, 26 ноября 2021 года. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2021. – С. 235- 237. – Режим доступа: [https://phsreda.com/cv/article/99805/discussion\\_platform](https://phsreda.com/cv/article/99805/discussion_platform) (дата обращения: 19.11.2022).

100. Леонтьев, Д. А. Диагностика толерантности к неопределенности: шкалы Д. Маклейна / Д. А. Леонтьев, Е. Н. Осин, Е. Г. Луковицкая. – М. : Смысл, 2016. – 55 с. – Текст: непосредственный.

101. Леонтьев, Д. А. Новые горизонты проблемы смысла в психологии / Д. А. Леонтьев. – Текст: электронный // Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла). Материалы международной конференции (Москва, 19-21 мая 2005 г.). – М. : Смысл, 2005. – С. 36-49. – Режим доступа: <http://institut.smysl.ru/article/gorizont..php> (дата обращения: 17.02.2020).

102. Леонтьев, Д. А. От инстинктов к выбору, смыслу и саморегуляции: психология мотивации вчера, сегодня и завтра / Д. А. Леонтьев. – Текст: электронный // Современная психология мотивации / Под ред. Д. А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – С. 4-12. – Режим доступа: [https://world-psychology.ru/wp-content/uploads/2014/06/0100574\\_B1910\\_leontev\\_d\\_a\\_sovremennaya\\_psihologiy\\_a\\_motivacii.pdf?ysclid=lxqj96osl3825699384](https://world-psychology.ru/wp-content/uploads/2014/06/0100574_B1910_leontev_d_a_sovremennaya_psihologiy_a_motivacii.pdf?ysclid=lxqj96osl3825699384) (дата обращения: 17.02.2020).

103. Леонтьев, Д. А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2000. – 18 с. – Текст: непосредственный.

104. Леонтьев, Д. А. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с. – Текст: непосредственный.

105. Липатова, М. Е. Ценностные ориентации молодёжи в контексте

жизненного пути / М. Е. Липатова. – Текст: электронный // Социология. – 2014. – № 2. – С. 156-165. – Режим доступа: <https://soziologi.ru/upload/iblock/545/№2%202014%20Социология.pdf> (дата обращения: 15.07.2020).

106. Лисина, Е. А. Жизненный мир и ценностные ориентации современной молодежи / Е. А. Лисина. – Текст: электронный // Личность. Культура. Общество. – 2013. – Т. 15, № 2 (78). – С. 184-189. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_20202573\\_83952767.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_20202573_83952767.pdf) (дата обращения: 19.10.2020).

107. Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: Сборник научных статей III Международной научно-практической конференции / Под ред. Р. В. Кадырова. – Владивосток : Морской государственный университет, 2014. – 376 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: <https://www.hse.ru/data/2014/12/10/1104828052/Личность%20в%20экстремальных%20условиях.pdf?ysclid=lxqjduxuh6128660926> (дата обращения: 28.03.2021).

108. Лоуэн, А. Язык тела / А. Лоуэн. – Ростов н/Д. : Феникс, 1998. – 384 с. – Текст: непосредственный.

109. Майорова, Е. В. Ценностные ориентации и жизненные планы студентов – будущих специалистов в области государственного и муниципального управления (социологические заметки) / Е. В. Майорова, Н. Н. Прислонов, А. А. Шумов. – Текст: электронный // Инновационные технологии в управлении : Сборник научных статей / Под ред. Е. В. Марченко. Том Выпуск 2. – Москва : ООО «МАКС Пресс», 2015. – С. 26-36. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/uyomch?ysclid=lxqjfvzxok546515438> (дата обращения: 18.07.2020).

110. Мальгина, А. Смыслжизненные ориентации в разных жизненных ситуациях у молодежи : специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» : автореферат диссертации на

соискание ученой степени кандидата психологических наук / Мальгина Анастасия. – Текст: электронный. – Санкт-Петербург, 2015. – 22 с. – Режим доступа: <https://new-disser.ru/avtoreferats/01007986042.pdf?ysclid=lxqjhbncay271500655> (дата обращения: 17.06.2020).

111. Мандрикова, Е. Ю. Виды личностного выбора и их индивидуально-психологические предпосылки : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Е. Ю. Мандрикова. – Текст: электронный. – Москва, 2006. – 24 с. – Режим доступа: [http://institut.smysl.ru/article/documents/mandrikova\\_avtoref.pdf](http://institut.smysl.ru/article/documents/mandrikova_avtoref.pdf) (дата обращения: 21.05.2021).

112. Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2017 – 320 с. – Текст: непосредственный.

113. Маралова, Т. П. Психологические особенности взаимосвязи нормативности поведения и жизненных ориентаций студентов / Т. П. Маралова. – Текст: электронный //Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования. – Том 18. № 1. – 2018. – С. 103-120. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-vzaimosvyazi-normativnosti-povedeniya-i-zhiznennyh-orientatsiy-studentov/viewer> (дата обращения: 17.05.2020).

114. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы: как открыть высшие ценности в себе и в мире / Абрахам Маслоу ; под ред. Г. А. Балла, А. В. Киричука, Д. А. Леонтьева ; пер. с англ. Г. А. Балл, А. П. Попогребский. – 2-е изд., испр. – М. : Альпина нон-фикшн : Смысл, 2011. – 494 с. – Текст: непосредственный.

115. Маслоу, А. По направлению к психологии бытия: Религии, ценности и пик-переживания / Абрахам Маслоу; Пер. с англ. Е. Рачковой. – М. : Эксмо-Пресс, 2002. – 270 с. – Текст: непосредственный.

116. Мацаренко, Т. Н. Особенности жизненных ориентаций хореографов / Т. Н. Мацаренко. – Текст: электронный // Высшее образование сегодня. – 2007. – № 8. – С. 71-72. – Режим доступа: [https://vk.com/doc520521647\\_673057604?hash=QrrPaJ3hbGKGONZcZGICnR5ujKb8Gr3oMIGy2qvNX3T](https://vk.com/doc520521647_673057604?hash=QrrPaJ3hbGKGONZcZGICnR5ujKb8Gr3oMIGy2qvNX3T) (дата обращения: 14.05.2020).

117. Меркурьев, Д. В. феномен базисных убеждений личности: обзор исследований / Д. В. Меркурьев. – Текст: электронный // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. – 2022. – №1 (17). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-bazisnyh-ubezhdeniy-lichnosti-obzor-issledovaniy> (дата обращения: 09.03.2024).

118. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности : избранные психологические труды / В. С. Мерлин ; под ред. Е. А. Климова. – 2-е изд., стер. – М. : Изд-во Московского психолого-социального ин-та ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2009. – 542 с. – Текст: непосредственный.

119. Методика «Колесо баланса». – Текст: электронный. – Режим доступа: <https://psychojournal.ru/article/222-koleso-zhizni-metodika-analiza-i-planirovaniya-zhizni.html>

120. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. – СПб. : Речь, 2004. – 70 с. – Текст: непосредственный.

121. Миков, Ю. В. Жизненные ориентации как основа самоопределения учащейся молодежи : специальность 22.00.06 «Социология культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата философских наук / Миков Юрий Вендимианович. – Текст: электронный. – Свердловск, 1990. – 17 с. – Режим доступа: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01000023111?page=1&rotate=0&theme=black> (дата обращения: 09.03.2021).

122. Моздор, Н. В. Развитие смысложизненных ориентаций у студентов

в процессе богословского и светского образования: на примере педагогического вуза: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н. В. Моздор. – Текст: электронный. – Ставрополь, 2007. – 24 с. – Режим доступа: [https://new-disser.ru/\\_avtoreferats/01003349378.pdf?ysclid=lxqjwq9l1991014234](https://new-disser.ru/_avtoreferats/01003349378.pdf?ysclid=lxqjwq9l1991014234) (дата обращения: 29.12.2019).

123. Мухин, А. П. Социальное бытие: мораль и катастрофы / А. П. Мухин. – Текст: непосредственный // Социальное бытие. Человеческое бытие (Тез. докл. и выступл. на конференции 25 октября 1993 г.) – СПб., 1993. – С. 88-89.

124. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития. 10-е изд., перераб. и доп. / В. С. Мухина. – М. : Академия, 2006. – 608 с. – Текст: непосредственный.

125. Мясищев, В. Н. Структура личности и отношение человека к действительности // Психология личности: Тексты / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. – Текст: электронный. – М.:Изд-во МГУ, 1982. – С.35- 38. – Режим доступа: [https://archive.org/details/1982\\_20220322\\_202203/mode/2up](https://archive.org/details/1982_20220322_202203/mode/2up) (дата обращения: 20.04.2020).

126. Наровлянская, Т. Н. Молодежь на рынке труда: Мотивы и жизненная ориентация в выборе профессии / Т. Н. Наровлянская, Е. А. Гамзаева. – Текст: электронный // Формирование рыночного хозяйства: теория и практика : Сборник научных статей / Под ред. М. Г. Лапаевой. – Выпуск XI. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2011. – С. 205- 210. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_25628512\\_67951180.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_25628512_67951180.pdf) (дата обращения: 04.01.2022).

127. Нартова-Бочавер, С. К. Введение в психологию развития: учеб. пособие / С. К. Нартова-Бочавер, А. В. Потапова. – М. : Флинта : МПСИ, 2005. – 216 с. – Текст: непосредственный.

128. Науменко, Е. Б. Закономерность двигательной деятельности военнослужащих в боевых условиях горно-пустынной местности и

тропического климата : диссертация ... доктора педагогических наук : 13.00.04.  
– Текст: электронный. – Санкт-Петербург, 1997. – 488 с. – Режим  
доступа: <https://www.dissercat.com/content/fizicheskaya-podgotovka-kursantov-obrazovatelnykh-uchrezhdenii-fsb-rossii-pogranichnogo-prof?ysclid=lxqk6qyb18194332434> (дата обращения: 14.05.2022).

129. Науменко, Е. Б. Культура общения с молодым человеком после экстремальных ситуаций при поступлении в вуз / Е. Б. Науменко, В. Э. Шмидт.  
– Текст: электронный // Записки Горного института. – Т. 163 – 2005. – Режим  
доступа.: <https://cyberleninka.ru/article/n/kultura-obscheniya-s-molodym-chelovekom-posle-ekstremalnyh-situatsiy-pri-postuplenii-v-vuz> (дата обращения: 23.04.2024).

130. Наумова, Н. Ф. Человек и модернизация России / Н. Ф. Наумова. –  
М. : Канон+, РООИ «Реабилитация», 2006. – 591 с. – Текст: непосредственный.

131. Непомнящая, Н. И. Становление личности ребенка 6-7 лет / Н. И. Непомнящая. – М., 1992. – 160 с. – Текст: электронный. – Режим  
доступа: <https://psyinst.moscow/biblioteka/?part=article&id=1542&ysclid=lxqka5xrcj946237022> (дата обращения: 07.08.2021).

132. Низовских, Н. А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование личностного саморазвития / Н. А. Низовских. – М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. – 405 с. – Текст: непосредственный.

133. Никитина, Е. В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования / Е. В. Никитина. – Текст: электронный // Academy. – 2017. – №4 (19). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-zhiznestoykosti-kontseptsiya-sovremennye-vzglyady-i-issledovaniya> (дата обращения: 03.04.2024).

134. Никулина, А. А. Влияние ситуации длительного вооруженного конфликта на формирования жизненных и ценностных ориентаций личности / А. А. Никулина. – Текст: непосредственный // Международный журнал

медицины и психологии. – Том 5. – №8, 2022. – С. 15-19.

135. Никулина, А. А. К вопросу о взаимодействии личности и окружающей среды в условиях экстремальной ситуации / А. А. Никулина. – Текст: непосредственный // Гуманизация инновационного образования в современных условиях: перспективы и достижения : материалы 10-ой межрегиональной научно-практической конференции с международным участием : к 125-тилетию Л. С. Выготского, Махачкала, 17 ноября 2021 года. Том 10. Часть 1. – Махачкала: Дагестанский государственный педагогический университет, 2021. – С. 6-11.

136. Никулина, А. А. Особенности формирования личности в период молодости в современных условиях развития общества / А. А. Никулина. – Текст: непосредственный // VII Международная научно-практическая конференция «Гармонизация межнациональных отношений в условиях глобального общества», XXVI Нижегородская сессия молодых ученых (гуманитарные науки) : Сборник статей и тезисов молодых ученых, Нижний Новгород, 17-18 ноября 2021 года. – Нижний Новгород: Издательство «Перо», 2021. – С. 11-13.

137. Никулина, А. А. Психологическая структура жизненных ориентаций личности в экстремальной социогенной ситуации / А. А. Никулина. – Текст: электронный // Ярославский педагогический вестник. – 2024. – №4. – С. 167-174 – Режим доступа: [https://vestnik.yspu.org/releases/2024\\_4/18.pdf](https://vestnik.yspu.org/releases/2024_4/18.pdf) (дата обращения: 05.11.2024).

138. Никулина, А. А. Теоретический анализ понятия «жизненные ориентации» в психологии / А. А. Никулина. – Текст: непосредственный. // Обзор педагогических исследований. – 2022. – Т. 4, № 8. – С. 221-226.

139. Новикова, Н. А. Выбор молодежью жизненных ценностей и смысложизненных ориентаций / Н. А. Новикова. – Текст: электронный // Психологические чтения. Человек в условиях социальных изменений : Материалы Всероссийской научно-практической конференции с

международным участием, Уфа, 18-19 апреля 2007 года. – Выпуск 4, Часть 1. – Уфа: Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, 2007. – С. 243-245. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44735384&ysclid=lxqkhjjtkd910954345> (дата обращения: 21.07.2021).

140. Овчарова, Е. В. Особенности смысложизненных ориентаций у подростков, попавших в трудные жизненные ситуации / Е. В. Овчарова, А. В. Полина. – Текст: электронный // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7, № 3. – С. 43. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-smyslozhiznennyh-orientatsiy-u-podrostkov-popavshih-v-trudnye-zhiznennye-situatsii/viewer> (дата обращения: 18.05.2021).

141. Одинцова, М. А. Психология стресса: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 299 с. – Текст: непосредственный.

142. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 294 с. – Текст: непосредственный.

143. Озерина, А. А. Взаимосвязь смысложизненных ориентаций и представлений о жизненном пути в поздней взрослости / А. А. Озерина, Д. В. Марченко. – Текст: электронный // Форум. – 2018. – № 2(14). – С. 157- 160. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_36589417\\_75014016.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_36589417_75014016.pdf) (дата обращения: 18.05.2021).

144. Олпорт, Г. В. Становление личности: Избранные труды / Г. В. Олпорт. – М. : Смысл, 2002. – 462 с. – Текст: непосредственный.

145. Особенности поведения студенческой молодежи при возникновении чрезвычайных ситуаций / А. П. Елисеева, М. С. Платонова. – текст: электронный // МНКО. 2018. №5 (72). – Режим доступа: [https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-povedeniya-studencheskoy-](https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-povedeniya-studencheskoy-molodezhi-pri-vozniknovenii-chrezvychajnykh-situatsiy)

[molodezhi-pri-vozniknovenii-chrezvychaynyh-situatsiy/viewer](https://molodezhi-pri-vozniknovenii-chrezvychaynyh-situatsiy/viewer) (дата обращения: 19.09.2021).

146. Осухова, Н. Г. Психологическое сопровождение личности в кризисных ситуациях: опыт эмпирического исследования: монография / Н. Г. Осухова. – М. : Варсон, 2008. – 400 с. – Текст: непосредственный.

147. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальности «Социальная работа» / Н. Г. Осухова. - 5-е изд., перераб. и доп. – М. : Академия, 2012. – 319 с. – Текст: непосредственный.

148. Павловец, Г. Г. Смыслоразножизненные ориентации и жизненные смыслы современной молодежи РСО-Алания / Г. Г. Павловец. – Текст: электронный // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2013. – № 4. – С. 456-461. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_19071003\\_83308694.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_19071003_83308694.pdf) (дата обращения: 15.06.2020).

149. Папушина, В. В. Структура жизненных ориентаций выпускников средних учебных заведений / В. В. Папушина. – Текст: непосредственный // Социологические проблемы подготовки специалистов. – Красноярск : Красноярский государственный университет, 1987. – С. 70-79.

150. Пилишвили, Т. С. Особенности преодоления экстремальной ситуации сирийскими беженцами 15–17 лет / Пилишвили Татьяна Сергеевна, Аль Масри Исмаил. – Текст: электронный // Акмеология. – 2015. – № 4 (56). – С. 229-233. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-preodoleniya-ekstremalnoy-situatsii-siriyskimi-bezhentsami-15-17-let/viewer> (дата обращения: 17.08.2024).

151. Платонов, К. К. Структура и развитие личности / К. К. Платонов. – М.: Наука, 1986. – 254 с. – Текст: непосредственный.

152. Поваренков, Ю. П. Исследование динамики информационной

деятельности на разных этапах формирования психологической системы деятельности / Ю. П. Поваренков, В. Д. Шадриков [и др.] // Проблемы индустриальной психологии: межвуз. тематич. сб. – Ярославль: ЯрГУ, 1979. – Вып. 5. – С. 49-64.

153. Поваренков, Ю. П. Психологическое содержание профессионального самоопределения личности: системогенетический подход / Ю. П. Поваренков. – Текст: электронный // Ярославский педагогический вестник. – 2014. – №2. – С. 211-217. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soderzhanie-professionalnogo-samoopredeleniya-lichnosti-sistemogeneticheskiy-podhod> (дата обращения: 05.11.2024).

154. Полозова, Т. Ю. Ценности – цели и жизненные ориентации курсантов факультета подготовки психологов / Т. Ю. Полозова, С. Ю. Михайлова, М. Д. Шухратович. – Текст: электронный // Морально-психологическое обеспечение оперативно-служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел: состояние, проблемы и пути совершенствования : материалы II Всероссийской научно-практической конференции, Краснодар, 16 декабря 2015 года / Краснодарский университет МВД России. – Краснодар: Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации», 2016. – С. 90-94. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_26590032\\_46339700.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_26590032_46339700.pdf) (дата обращения: 28.05.2020).

155. Приемы психотерапии: метод. пособие для студентов / Сост. И. Л. Голованчикова. – Куйбышев: ГЛПОУ НСО «Куйбышевский медицинский техникум», 2016. – 28 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: [https://vk.com/doc42378639\\_659969326?hash=3jzjkBY9SiDpHgSpXlir6GN8oiBQ3SzNtZDF2OtQL8H](https://vk.com/doc42378639_659969326?hash=3jzjkBY9SiDpHgSpXlir6GN8oiBQ3SzNtZDF2OtQL8H) (дата обращения: 11.10.2022).

156. Психодиагностика толерантности личности / Под ред. Л. А. Солдатовой, М. А. Шайгеровой – М. : «Смысл». – 2008. – 172 с. – Текст: непосредственный.

157. Психологическая подготовка обучающихся к государственной итоговой аттестации / авт. – сост.: И. А. Боброва, О. В. Чурсинова. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2014 – 74 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: [https://sh26-stavropol-r07.gosweb.gosuslugi.ru/netcat\\_files/171/3040/Psihologicheskaya\\_podgotovka\\_k\\_GIA.pdf](https://sh26-stavropol-r07.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/171/3040/Psihologicheskaya_podgotovka_k_GIA.pdf) (дата обращения: 10.09.2022).

158. Психология безопасности: учеб. пособие для академического бакалавриата / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 276 с. – Текст: непосредственный.

159. Психология формирования антитеррористических ценностей студентов современного университета: учебник / под ред. И. В. Абакумовой, П. Н. Ермакова. – М.: КРЕДО, 2013. – 352 с. – Текст: непосредственный.

160. Пюра, Д. С. Особенности смысложизненных ориентаций у родителей детей с ОВЗ / Д. С. Пюра // StudNet. – 2020. – Т. 3, № 11. – С. 54.

161. Радченко, А. Ф. Молодежь и ее возрастные границы / А. Ф. Радченко. – Текст: электронный // Социология власти. – 2012. – №3. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/molodezh-i-ee-vozzrastnye-granitsy> (дата обращения: 17.11.2021).

162. Ральникова, И. А. Психология жизненного пути человека: учебное пособие / И. А. Ральникова, О. С. Гурова, Е. А. Ипполитова. – Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2014. – 219 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: <http://elibrary.asu.ru/xmlui/bitstream/handle/asu/743/book597t.pdf?ysclid=lxri5ce3vq57832799> (дата обращения: 28.08.2021).

163. Рассказова, Е. И. Жизнестойкость и ее диагностика / Е. И. Рассказова, Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2016. – 158 с. – Текст: непосредственный.

164. Рерих, Е. И. Письма Елены Рерих. Т. 1 / Е. И. Рерих. – Новосибирск:

Сибирское Рериховское Общество, Издательский центр «Россазия», 2019. – 536 с. – Текст: непосредственный.

165. Решетников, М. М. Психофизиологические аспекты состояния, поведения и деятельности пострадавших в очаге стихийного бедствия / М. М. Решетников, Ю. А. Баранов, А. П. Мухин, С. В. Чермянин. – Текст: непосредственный // Психологический журнал. Т. 10. – № 4. – 1989. – С. 125-128.

166. Решетников, М. М. Психическая травма / М. М. Решетников. – СПб. : Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. – 322 с. – Текст: непосредственный.

167. Решетников, М. М. Уфимская катастрофа: особенности состояния, поведения и деятельности людей / М. М. Решетников, Ю. А. Баранов, А. П. Мухин, С. В. Чермянин. – Текст: электронный // Психологический журнал. Т. 11. – № 1. – 1990. – С. 95-101. – Режим доступа: <https://psyinst.moscow/biblioteka/?part=article&id=735&ysclid=lxriibbjycj504652198> (дата обращения: 10.03.2024).

168. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Карл Р. Роджерс; пер. с англ. М. М. Исениной; общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. – М. : Прогресс : Универс, 1994. – 479 с. – Текст: непосредственный.

169. Росс, Л. Человек и ситуация. Перспективы социальной психологии / Л. Росс, Р. Нисбетт ; Пер. с англ. В. В. Румынского ; под ред. Е. Н. Емельянова, В. С. Магуна – М.: Аспект Пресс, 1999. – 429 с. – Текст: непосредственный.

170. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с. – Текст: непосредственный.

171. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии: учеб. Пособие / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2010. – 720 с. – Текст: непосредственный.

172. Рудестам, К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. – СПб.: Питер, 2005 – 369 с. – Текст: непосредственный.

173. Руднева, Е. Л. Жизненные ориентации студентов вузов сибирского региона / Е. Л. Руднева. – Текст: электронный // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2005. – № 1(21). – С. 21-24. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennye-orientatsii-studentov-vuzov-kuzbasskogo-regiona/viewer> (дата обращения: 30.03.2020).

174. Руднева, Е. Л. Формирование жизненных и профессиональных ценностных ориентаций студенческой молодежи : специальность 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Руднева Елена Леонидовна. – Текст: электронный. – Кемерово, 2002. – 443 с. – Режим доступа: <https://nauka-pedagogika.com/viewer/80450/d?#?page=1> (дата обращения: 01.04.2020).

175. Рыжова, С. В. Этническая идентичность в контексте толерантности / С. В. Рыжова. – М. : Альфа-М, 2011. – 278 с. – Текст: непосредственный.

176. Рядинская, Е. Н. Особенности трансформации смысложизненных стратегий личности в условиях вооруженного конфликта / Е. Н. Рядинская. – Текст: электронный // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. – Сер. : Филология, педагогика, психология. – 2018. – № 1. – С. 111-116. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-transformatsii-smyslozhiznennyh-strategiy-lichnosti-v-usloviyah-vooruzhennogo-konflikta/viewer> (дата обращения: 19.06.2020).

177. Сагова, З. А. Целевые ориентации в жизненных планах студентов вуза : специальность 19.00.07 «Педагогическая психология» : диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Сагова Зурида Айсовна. – Текст: электронный. – Ставрополь, 2004. – 156 с. – Режим доступа: [https://new-disser.ru/\\_avtoreferats/01003297034.pdf?ysclid=lxriiegxzi110245016](https://new-disser.ru/_avtoreferats/01003297034.pdf?ysclid=lxriiegxzi110245016) (дата обращения: 29.05.2020).

178. Садовский, В. Н. Общая теория систем как метатеория / В. Н. Садовский. – М. : Наука, 1971. – 29 с. – Текст: непосредственный.

179. Салихов, Г. Г. Современное общественное развитие: проблемы и пути решения / Г. Г. Салихов. – Текст: электронный // Вестник Башкирск. ун-та – 2010. – №1. – С. 173. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-obschestvennoe-razvitie-problemy-i-puti-resheniya/viewer> (дата обращения: 11.05.2021).

180. Секацкая, Е. О. Базисные убеждения личности, представления о себе и их взаимосвязь со стратегиями совладания / Е. О. Секацкая. – Текст: электронный // Проблемы современного образования. – 2020. – № 6. – С. 23-29. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/bazisnye-ubezhdeniya-lichnosti-predstavleniya-o-sebe-i-ih-vzaimosvyaz-so-strategiyami-sovladaniya/viewer> (дата обращения: 29.11.2023).

181. Селин, А. В. Жизненные ориентации беременных женщин с психосоматическими расстройствами / А. В. Селин, М. Е. Воробьева, В. А. Сотников. – Текст: электронный // Миссия современного преподавателя: духовность, патриотизм, профессия : Сборник научных трудов участников Международной конференции молодых ученых светских и духовных учебных заведений «Молодой преподаватель ВУЗа – доверенное лицо государства» в рамках Международного лагеря студенческого актива «Славянское содружество – 2015», Сочи, 23-31 августа 2015 года / Редакционная коллегия: Чертова А. А., Тимошилов В. И., Липатов В. А., Беспалов Д. В., Матвеева А. В. – Сочи: Курское региональное отделение общероссийской общественной организации «Российский союз молодых ученых», 2015. – С. 134-137. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_24418181\\_97666451.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_24418181_97666451.pdf) (дата обращения: 22.06.2021).

182. Семенова, И. А. Психология экстремальных ситуаций: учеб. пособие / И. А. Семенова. – Ульяновск: УВАУ ГА(И), 2012. –138 с. – Текст: непосредственный.

183. Симановский, А. Э. Психология обучения и воспитания : учебное пособие для вузов / А. Э. Симановский. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва :

Издательство Юрайт, 2024. – 135 с. – (Высшее образование). – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/545781> (дата обращения: 05.11.2024).

184. Ситнова, И. В. Донбасский характер как фактор психологической устойчивости к условиям локального военного конфликта / И. В. Ситнова. – Текст: электронный // Социология и общество: традиции и инновации в социальном развитии регионов. Сборник докладов VI Всероссийского социологического конгресса. – Отв. редактор В. А. Мансуров. – М. : Российское общество социологов, 2020. – С. 329-332. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_44326103\\_66657540.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_44326103_66657540.pdf) (дата обращения: 18.03.2021).

185. Скляренко, О. Н. Психологическое содержание жизнедеятельности личности жителей Донбасса в экстремальных условиях вооруженной агрессии / О. Н. Скляренко. – Текст: электронный // Развитие личности. – №4. – 2018. – С. 134-140. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soderzhanie-zhiznedeyatelnosti-lichnosti-zhiteley-donbassa-v-ekstremalnyh-usloviyah-vooruzhennoy-agressii/viewer> (дата обращения: 19.06.2021).

186. Смыслжизненные ориентации и их влияние на формирование нравственной позиции студентов вуза / О. П. Макушина, О. Б. Мазкина. – Текст: электронный // Вестник ВГУ. Серия: проблемы высшего образования. – 2018. – № 4. – С. 74- 78. – Режим доступа: <http://www.vestnik.vsu.ru/pdf/educ/2018/04/2018-04-17.pdf> (дата обращения: 11.04.2020).

187. Собкин, В. С. Воспитатель детского сада: жизненные ценности и профессиональные ориентации: По материалам социологического исследования. Труды по социологии образования. Том По материалам социологического исследования. Труды по социологии образования / В. С. Собкин, Е. М. Марич. Том V, выпуск VIII. – Москва : Федеральное государственное научное учреждение «Институт социологии образования» Российской академии образования, 2000. – 165 с. – Текст: электронный. –

Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_21718064\\_60575234.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_21718064_60575234.pdf)  
(дата обращения: 24.04.2020).

188. Собкин, В. С. Сексуальное поведение и жизненные ориентации в подростковом возрасте / В. С. Собкин, А. В. Федотова. – Текст: электронный // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28, № 1(107). – С. 127- 147. – Режим доступа: [https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2020\\_n1/Sobkin\\_Fedotova?ysclid=lxrjinq88zj301259655](https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2020_n1/Sobkin_Fedotova?ysclid=lxrjinq88zj301259655) (дата обращения: 29.06.2020).

189. Созонтов, А. Е. Основные жизненные стратегии российских студентов / А. Е. Созонтов. – Текст: электронный // Вестник МГУ – Серия 14 : «Психология». – 2003. – № 3 – С. 15-23. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=9170135&ysclid=lxrjqpskn4933913635> (дата обращения: 10.06.2020).

190. Сомова, Н. М. Результаты экспериментального психосемантического исследования жизненных ориентаций личности / Н. М. Сомова. – Текст: электронный // Успехи современного естествознания. – 2007. – № 10. – С. 113. – Режим доступа: <https://s.natural-sciences.ru/pdf/2007/10/76.pdf> (дата обращения: 14.09.2021).

191. Социальная психология: Учеб. пособие для вузов / Под ред. А. Л. Журавлева. – М. : PerSe, 2002. – 351 с. – Текст: непосредственный.

192. Социальное самочувствие молодежи в условиях рискогенности российского общества / Под ред. П. С. Самыгина. – М. : РУСАЙНС, 2018. – 236 с. – Текст: непосредственный.

193. Социальный тренинг для подростков и молодежи «Взрослые шаги». Руководство для ведущих групп. – СПб.: Санкт-Петербургская общественная организация «Врачи детям», 2013. – 92 с. – Текст: непосредственный.

194. Становление и сущность системного подхода / И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. – М. : Наука, 1973. – 270 с. – Текст: непосредственный.

195. Струнина, Н. Н. Ценностные ориентации в контексте жизненного пути личности в периоды ранней и средней взрослости / Н. Н. Струнина. –

Текст: электронный // Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук. – 2019. – Т. 13, № 7. – С. 121-124. – Режим доступа: <https://elib.psu.by/bitstream/123456789/39717/1/121-124.pdf> (дата обращения: 15.01.2020).

196. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для академического бакалавриата / Г. М. Суворова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 162 с. – Текст: непосредственный.

197. Сурженко, Л. В. Ценности личности: философский и психологический анализ понятия / Л. В. Сурженко. – Текст: электронный // Научный журнал КубГАУ. – №65(01). – 2011. – Режим доступа: <http://ej.kubagro.ru/2011/01/pdf/> (дата обращения: 17.05.2020).

198. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб : «Питер», 2022. – 608 с. – Текст: непосредственный.

199. Тиллих, П. Мужество быть / Пауль Тиллих. – М. : Модерн, 2014. – 164 с. – Текст: непосредственный.

200. Трошкова, Е. А. Жизненные ориентации студенчества: тенденции изменения / Е. А. Трошкова. – Текст: электронный // Вестник Челябинского государственного университета. – 2012. – № 3(258). – С. 114-118. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/zhiznennye-orientatsii-studenchestva-tendentsii-izmeneniya/viewer> (дата обращения: 20.09.2020).

201. Тюшев, Ю. В. Выбор профессии: тренинг для подростков / Ю. В. Тюшев. – СПб.: Питер, 2009. – 160 с. – Текст: электронный. – Режим доступа: [https://профориентация51.рф/wp-content/uploads/docs/dlya\\_speciialistov/spec\\_Tushev\\_trening.pdf](https://профориентация51.рф/wp-content/uploads/docs/dlya_speciialistov/spec_Tushev_trening.pdf) (дата обращения: 14.06.2022).

202. Уварова, В. И. Волонтерство как проявление особой жизненной ориентации (на примере исследования студенческой молодежи Орловского региона) / В. И. Уварова, М. А. Федосеева. – Текст: электронный // Образование и общество. – 2015. – № 2(91). – С. 103-109. – Режим доступа: <http://library.volnc.ru/article/view?id=63735> (дата обращения: 23.10.2023).

203. Фалькович, Т. А. Подростки XXI века психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11классы / Т. А. Фалькович, Н. С. Толстоухова, Н. В. Высоцкая. – М. : ВАКО, 2006. – 256 с. – Текст: непосредственный.

204. Филиппов, А. В. Ситуация как элемент психологического тезауруса / А. В. Филиппов, С. В. Ковалев. – Текст: электронный // Психологический журнал. – 1986. – № 1. – С. 14-21. – Режим доступа: <https://psy.jes.su/s0205-95920000621-0-1-ru-970/> (дата обращения: 24.03.2021).

205. Франкл, В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М. : Прогресс, 1990. – 368 с. – Текст: непосредственный.

206. Фромм, Э. Человек для самого себя / Э. Фромм. – М. : АСТ, 2010. – 350 с. – Текст: непосредственный.

207. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер; Пер. с нем. В. В. Бибихина. – Харьков: «Фолио», 2003 – 503 с. – Текст: непосредственный.

208. Чередниченко, Г. А. Молодежь России: социальные ориентации и жизненные пути (опыт социологического исследования) / Г. А. Чередниченко. – Санкт-Петербург : Русский христианский гуманитарный университет, 2004. – 503 с. – Текст: непосредственный.

209. Чолпонкулова, Н. Т. Ценностные ориентации студенческой молодежи в посткризисный для Кыргызстана период (2010-2011 гг.) / Чолпонкулова, Назгуль Турдукалыевна. – Текст: электронный // Вестн. Сам. гос. техн. ун-та. Сер. Психолого-педагогич. науки. 2018. №2 (38). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-orientatsii-studencheskoy-molodezhi-v-postkrizisnyy-dlya-kyrgyzstana-period-2010-2011-gg> (дата обращения: 22.03.2020).

210. Шадриков, В. Д. Мир внутренней жизни человека / В. Д. Шадриков. – М. : Университетская книга, Логос, 2006. – 392 с.

211. Шадриков, В. Д. Психологический анализ деятельности:

системогенетический подход: учеб. пособие / В. Д. Шадриков. – Ярославль: ЯрГУ, 1979. – 91 с.

212. Шамионов, Р. М. Соотношение жизненных ориентаций, социальной идентичности и социальной активности молодежи / Р. М. Шамионов, Е. Е. Бочарова, Е. В. Невский. – Текст: электронный // Российский психологический журнал. – 2021. – Т. 18, № 4. – С. 91-105. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sootnoshenie-zhiznennyh-orientatsiy-sotsialnoy-identichnosti-i-sotsialnoy-aktivnosti-molodezhi/viewer> (дата обращения: 12.01.2021).

213. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология) / И. В. Шаповаленко. – М.: Гардарики, 2005. – 349 с. – Текст: непосредственный.

214. Шойгу, Ю. С. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Ю. С. Шойгу. – М. : Смысл, 2007. – 319 с. – Текст: непосредственный.

215. Шпинькова, М. Г. Формирование личности студента (на примере социологического опроса о жизненной ориентации студентов) / М. Г. Шпинькова, Е. Гусарова. – Текст: электронный // Современные проблемы высшего профессионального образования : материалы научно-методической конференции, Брянск, 01 апреля – 31 2012 года. – Брянск: Брянская государственная инженерно-технологическая академия, 2012. – С. 283- 287. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_29734592\\_37650887.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_29734592_37650887.pdf) (дата обращения: 25.07.2021).

216. Шубина, О. А. Гуманистические ценности в структуре жизненных ориентаций студенческой молодежи : специальность 22.00.06 «Социология культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата социологических наук / Шубина Ольга Александровна. – Текст: электронный. – Екатеринбург, 2008. – 225 с. – Режим доступа: <https://www.dissercat.com/content/gumanisticheskie-tsennosti-v-strukture->

[zhiznennykh-orientatsii-studencheskoi-molodezhi?ysclid=lxrkaqurp118076956](https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/1162/1/urgu0593s.pdf?ysclid=lxrkaqurp118076956)

(дата обращения: 18.05.2020).

217. Шубина, О. А. Гуманистические ценности в структуре жизненных ориентаций студенческой молодежи : специальность 22.00.06 «Социология культуры» : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата социологических наук / Шубина Ольга Александровна. – Текст: электронный. – Екатеринбург, 2008. – 18 с. – Режим доступа: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/1162/1/urgu0593s.pdf?ysclid=lxrkafp2i6154069770> (дата обращения: 18.05.2020).

218. Эриксон, Э. Полный цикл жизни / Эрик Эриксон, Джоан М. Эриксон. – СПб. : Питер, 2024. – 160 с. – Текст: непосредственный.

219. Ядов, В. А. Личность как объект и субъект социальных отношений // Социология и современность, Т. 1. / под ред. Ф. В. Константинов и др. – Текст: непосредственный. – М. : Наука, 1977. – С. 360-373.

220. Яницкий, М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. – Кемерово : Кузбассвуиздат, 2000. – 203 с. – Текст: непосредственный.

221. Aissaoui, M. Psychology of Quality of Life and Its Relation to Psychology / Aissaoui Moudjahid, Baida Abdarrazak // International Journal of Inspiration & Resilience Economy, 2019. – Vol. 3, No. 2. – P. 58-63.

222. Antoci, D. Lifelong learning and value orientation development in personality's system / Antoci Diana // Annals of the university of Craiova, Psychology-Pedagogy, year XIX, No 41. – P. 27-37.

223. Ayub, N. Measuring hopelessness and life orientation in Pakistani adolescents / Nailah Ayu // Crisis, 2009. – 30(3). – P. 153-160.

224. Bandura, A. Social foundations of thought and action : A social cognitive theory / Albert Bandura. - Englewood Cliffs (N. J.) : Prentice – Hall, Cop, 1986. – 617 p.

225. Bonanno, G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we

underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? / George A. Bonnano // *American Psychologist*, 2004, 59(1). – P. 20-28.

226. Borum, R. *Psychology of Terrorism* / Randy Borum. – Tampa: University of South Florida, 2004. – 79 p.

227. Cattell, R. B. *Advances in Cattellian personality theory* // *Handbook of personality: Theory and research* / Ed. L. A. Pervin. – New York: Guilford Press, 1990. – P. 101-110.

228. Deci, E. L. & Ryan R. M. *Handbook of Self-Determination Research* / Edward L. Deci, Richard M. Ryan. – Rochester, NY : University of Rochester Press, 2004 – 470 p.

229. Deci, E. L. & Ryan R. M. *Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health* / Edward L. Deci, Richard M. Ryan // *Canadian Psychology*, 2008, Vol. 49, No. 3. – P. 182-185.

230. Elbedour, S., Ten Bensel, R., & Bastien, D. T. *Ecological integrated model of children of war: Individual and social psychology* // *Child Abuse & Neglect*, 1993, 17(6). – P. 805-819.

231. Freud, S. *The complete introductory lectures on psychoanalysis* / Sigmund Freud ; translated and edited by James Strachey. – New York : W. W. Norton, cop. 1966. – 690 p.

232. Gilman, R. *A review of life satisfaction research with children and adolescents* / Rich Gilman, Scott Huebner // *School Psychology Quarterly*, 2003. – 18. – P. 192-205.

233. Grossman, D. *On Combat: The Psychology and Physiology of Deadly Conflict in War and Peace*. 2nd ed. / D. Grossman, Loren W. Christensen. – PPCT Research Publications, 2007.

234. Hammond, C. *Impacts of lifelong learning upon emotional resilience, psychological and mental health: fieldwork evidence* / Cathie Hammond // *Oxford Review of Education*, 2004. – 30(4). – P. 551-568.

235. Hirsch, J. K. *Psychometric Evaluation of the Life Orientation – Revised*

in treated opiate dependent individuals / Jameson K. Hirsch, Peter C. Britton, Kenneth R. Conner // *International Journal of Mental Health & Addiction*, 2010. – 8(3). – P. 423-431.

236. Houghton, D. P. *Political psychology: situations, individuals, and cases* / David Patrick Houghton. – New York, NY : Routledge, 2014. – 334 p.

237. *Human Behavior in Military Contexts. Committee on Opportunities in Basic Research in the Behavioral and Social Sciences for the U.S. Military* / James J. Blascovich and Christine R. Hartel, Editors. – Washington D. C., The National Academies Press, 2007. – 300 p.

238. *Invisible Wounds of War Psychological and Cognitive Injuries, Their Consequences, and Services to Assist Recovery* / Terri Tanielian And Lisa H. Jaycox, Editors. – Santa Monica, CA : RAND, 2008. – 504 p.

239. Janoff-Bulman, R. Mapping moral motives: Approach avoidance, and political orientation / R. Janoff-Bulman, S. Sheikh, K. G. Baldacci // *J. of experimental social psychology*. – N.Y., 2008. – Vol. 44, N 4. – P. 1091–1099.

240. Janoff-Bulman, R. To provide or protect: Motivational bases of political liberalism and conservatism // *Psychological inquiry*. – Hillsdale (NJ), 2009. – Vol. 20, N 2–3. – P. 120–128.

241. *Life Satisfaction and Life Orientation as predictors of Psychological Well Being* / Sudha Rathore, Arun Kumar, Akansha Gautam // *The International Journal of Indian Psychology*, Vol. 3, Issue 1, No.7, P. 20-27.

242. Maddi, S .R. *The hardy executive: Health under stress* / S. R. Maddi, S. C. Kobasa. – Pacific Grove, CA: Brooks cole, 1984. – 246 p.

243. Maddi, S. R. *Creating Meaning Through Making Decisions* / S. Maddi // *The Human Search for Meaning*; ed.by P. T. P. Wong, P. S. Fry. – Mahwah: Lawrence Erlbaum, 1998. – P. 1-25.

244. Maddi, S. R. *Early Antecedents of Hardiness* / S. Maddi, D. Khoshaba // *Consulting Psychology Journal*. – Spring 1999 - Vol. 51, (№ 2). – P. 106-117.

245. Maddi, S. R. *Hardiness training at Illinois Bell Telephone* / S. R. Maddi;

in J. Opatz (Ed.). Health promotion evaluation, 1987 – P. 101-115.

246. Maddi, S. R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice / Salvatore R. Maddi // Consulting Psychology Journal Practice and Research. – 2002. – V. 54. – № 3. – P. 175-185.

247. Mischel, W. Personality and assessment / Walter Mischel. – New York: Wiley, 1968. – 365 p.

248. Musayeva, U. H. Development of value orientations in adolescence / U. H. Musayeva // XLIII international scientific and practical conference "international scientific review of the problems and prospects of modern science and education", Boston, 25–26 марта 2018 года. – Boston: PROBLEMS OF SCIENCE, 2018. – P. 118-119.

249. Priddy, R. C. The Human Whole. An Outline of the Person-oriented Psychology, 2019.

250. Relationship Between Life Orientation (Optimism/Pessimism) and Mental Health / Taseer Fatima, Saima Ambreen, Mussarat Jabeen Khan, Waseem Fayyaz // Pakistan Armed Forces Medical Journal, 2019. – 69(5). – P. 992-997.

251. Study of Relationship between Optimism, Pessimism and Coping Strategies with Mental Health among University Students of Lorestan / Simin Gholam Rezaei, Sayed Sina Safari Mousavi, Fatemeh Safari, Hamzeh Bahrami, Seyed Masoud Dehghan Menshadi // Open Journal of Social Sciences, 2015. – 3. – P. 190-195.

252. Vaskivska, H. O. Value determinants in the training of future teachers / H. O. Vaskivska, S. P. Palamar, N. M. Golota // Scientific Vector of the Balkans. – 2021. – Vol. 5, No. 1(11). – P. 22-26.

253. Wagoner, B. The Constructive Mind: Bartlett's Psychology in Reconstruction / Brady Wagoner. – Cambridge: Cambridge Univ. Press, 2017. – 240 p.

254. Wallace, A. Human Behavior in Extreme Situations: A Survey of the Literature and Suggestions For Further Research / Anthony F. C. Wallace. –

Washington, National Academy of Sciences, National Research Council, 1956. –  
35 p.

255. Woodsmall, M. *The Future of Learning: The Michel Thomas Method* /  
Marilyne Woodsmall, Wyatt Woodsmall. – Great Falls, Va. : Next Step Press, 2008.  
– 462 p.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1. Результаты статистической обработки данных

#### Сравнение показателей жизнестойкости в группах разного возраста

| Таблица 1.   |         |         |         |         |
|--|---------|---------|---------|---------|
| Сравнение показателей жизнестойкости в группах 17-18 и 19-20 лет |         |         |         |         |
|  | Ж       | В       | К       | П       |
| Статистика U Манна-Уитни   | 227,000 | 241,000 | 209,500 | 258,500 |
| Асимпт. знч. (двухсторонняя)                                     | ,355    | ,532    | ,192    | ,804    |

| Сравнение показателей жизнестойкости в группах 17-18 и 21 и > лет |         |         |         |         |
|---|---------|---------|---------|---------|
|   | Ж       | В       | К       | П       |
| Статистика U Манна-Уитни  | 296,500 | 296,500 | 276,500 | 280,000 |
| Асимпт. знч. (двухсторонняя)                                      | ,945    | ,945    | ,641    | ,691    |

| Сравнение показателей жизнестойкости в группах 19-20 и 21 и > лет |         |         |         |         |
|---|---------|---------|---------|---------|
|   | Ж       | В       | К       | П       |
| Статистика U Манна-Уитни  | 353,500 | 367,000 | 341,000 | 403,000 |
| Асимпт. знч. (двухсторонняя)                                      | ,410    | ,543    | ,306    | ,974    |

**Приложение 2. Сравнение показателей осмысленности жизни при  
разном уровне жизнестойкости**

| <b>Таблица 2.</b>  |         |         |         |         |         |         |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| <b>Различия показателей осмысленности жизни при низком и среднем уровне<br/>жизнестойкости</b> |         |         |         |         |         |         |
|  | ЦЖ      | ПЖ      | РЖ      | ЛКЯ     | ЛКЖ     | Осм     |
| U Манна-Уитни  | 205,000 | 231,000 | 231,000 | 211,000 | 231,000 | 206,500 |
| P  | ,000    | ,001    | ,001    | ,000    | ,001    | ,000    |

| <b>Различия показателей осмысленности жизни при низком и высоком уровне<br/>жизнестойкости</b> |        |        |        |        |        |        |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|  | ЦЖ     | ПЖ     | РЖ     | ЛКЯ    | ЛКЖ    | Осм    |
| U Манна-Уитни  | 35,000 | 20,500 | 39,500 | 42,000 | 40,000 | 17,000 |
| P  | ,000   | ,000   | ,000   | ,000   | ,000   | ,000   |

| <b>Различия показателей осмысленности жизни при среднем и высоком уровне<br/>жизнестойкости</b> |        |        |         |        |        |        |
|---|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
|   | ЦЖ     | ПЖ     | РЖ      | ЛКЯ    | ЛКЖ    | Осм    |
| U Манна-Уитни   | 87,000 | 86,500 | 110,500 | 53,500 | 82,000 | 71,000 |
| P   | ,002   | ,002   | ,016    | ,000   | ,002   | ,001   |

### Приложение 3. Взаимосвязь жизнестойкости и осмысленности жизни

Таблица 3.

| Жизнестойкость и осмысленность жизни при <u>низком уровне жизнестойкости</u> |   |       |      |      |      |      |      |      |
|--|---|-------|------|------|------|------|------|------|
|  |   | Ж     | ЦЖ   | ПЖ   | РЖ   | ЛКЯ  | ЛКЖ  | Осм  |
| Ж  | R | 1,000 | ,629 | ,622 | ,612 | ,430 | ,390 | ,588 |
|  | P | .     | ,000 | ,000 | ,000 | ,009 | ,019 | ,000 |

| Жизнестойкость и осмысленность жизни при <u>среднем уровне жизнестойкости</u> |   |       |      |      |      |      |      |      |
|---|---|-------|------|------|------|------|------|------|
|   |   | Ж     | ЦЖ   | ПЖ   | РЖ   | ЛКЯ  | ЛКЖ  | Осм  |
| Ж   | R | 1,000 | ,223 | ,349 | ,581 | ,173 | ,352 | ,438 |
|   | p | .     | ,284 | ,087 | ,002 | ,408 | ,084 | ,029 |

| Жизнестойкость и осмысленность жизни при <u>высоком уровне жизнестойкости</u> |   |       |      |      |      |      |      |      |
|---|---|-------|------|------|------|------|------|------|
|   |   | Ж     | ЦЖ   | ПЖ   | РЖ   | ЛКЯ  | ЛКЖ  | Осм  |
| Ж   | r | 1,000 | ,578 | ,138 | ,534 | ,535 | ,249 | ,343 |
|   | p | .     | ,019 | ,610 | ,033 | ,033 | ,353 | ,193 |

**Приложение 4. Сравнение показателей базовых убеждений при разном уровне жизнестойкости**

| <b>Таблица 4.</b>  |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| <b>Различия показателей базовых убеждений при низком и среднем уровне жизнестойкости</b> |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|  | БМ     | ДЛ     | СМ     | КМ     | С      | ЦЯ     | СС     | СУ     | БУ1    | БУ2    | БУ3    |
| U  | 364,00 | 438,50 | 435,00 | 357,00 | 268,50 | 298,50 | 363,00 | 328,00 | 402,50 | 421,50 | 244,50 |
| Манна-Уитни  | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      |
| P  | ,205   | ,865   | ,825   | ,170   | ,007   | ,026   | ,200   | ,071   | ,485   | ,675   | ,003   |

| <b>Различия показателей базовых убеждений при низком и высоком уровне жизнестойкости</b> |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|--|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|  | БМ     | ДЛ     | СМ     | КМ     | С      | ЦЯ     | СС     | СУ     | БУ1    | БУ2    | БУ3    |
| U  | 138,50 | 211,00 | 142,50 | 197,50 | 164,00 | 106,50 | 189,00 | 184,00 | 158,00 | 208,50 | 122,00 |
| Манна-Уитни  | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      |
| P  | ,003   | ,125   | ,004   | ,071   | ,013   | ,000   | ,049   | ,038   | ,010   | ,114   | ,001   |

| <b>Различия показателей базовых убеждений при среднем и высоком уровне жизнестойкости</b> |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |        |
|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|   | БМ     | ДЛ     | СМ     | КМ     | С      | ЦЯ     | СС     | СУ     | БУ1    | БУ2    | БУ3    |
| U   | 122,00 | 141,50 | 107,00 | 172,50 | 175,00 | 111,50 | 165,50 | 184,00 | 123,50 | 125,00 | 148,00 |
| Манна-Уитни   | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      | 0      |
| P   | ,036   | ,116   | ,012   | ,458   | ,502   | ,017   | ,353   | ,667   | ,040   | ,044   | ,164   |

## Приложение 5. Взаимосвязь жизнестойкости и базовых убеждений

| Таблица 5.  |   |       |       |       |      |       |      |      |      |       |       |      |
|---|---|-------|-------|-------|------|-------|------|------|------|-------|-------|------|
| <b>Жизнестойкость и базовые убеждения при низком уровне жизнестойкости</b>  |   |       |       |       |      |       |      |      |      |       |       |      |
|   |   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ   | С     | ЦЯ   | СС   | СУ   | БУ1   | БУ2   | БУ3  |
| Ж   | r | -,101 | ,099  | ,327  | ,151 | -,165 | ,268 | ,036 | ,174 | ,003  | ,171  | ,253 |
|   | p | ,559  | ,567  | ,052  | ,379 | ,336  | ,115 | ,833 | ,309 | ,988  | ,320  | ,137 |
| <b>Жизнестойкость и базовые убеждения при среднем уровне жизнестойкости</b> |   |       |       |       |      |       |      |      |      |       |       |      |
|   |   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ   | С     | ЦЯ   | СС   | СУ   | БУ1   | БУ2   | БУ3  |
| Ж   | r | ,462  | ,261  | ,021  | ,175 | -,177 | ,217 | ,110 | ,263 | ,419  | -,020 | ,136 |
|   | p | ,020  | ,208  | ,920  | ,402 | ,398  | ,297 | ,600 | ,204 | ,037  | ,924  | ,518 |
| <b>Жизнестойкость и базовые убеждения при высоком уровне жизнестойкости</b> |   |       |       |       |      |       |      |      |      |       |       |      |
|   |   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ   | С     | ЦЯ   | СС   | СУ   | БУ1   | БУ2   | БУ3  |
| Ж   | r | ,177  | -,260 | -,076 | ,021 | -,462 | ,503 | ,089 | ,147 | -,091 | -,323 | ,350 |
|   | p | ,513  | ,330  | ,780  | ,938 | ,072  | ,047 | ,743 | ,586 | ,737  | ,222  | ,184 |

**Приложение 6. Сравнение показателей ценностей при разном уровне  
жизнестойкости**

Таблица 6.

| <b>Различия показателей ценностей при низком и среднем уровне жизнестойкости</b> |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|  | Вл      | Дост    | Гед     | Стим    | Сам     | Ун      | Доб     | Трад    | Кон     | Без     |
| U Манна-Уитни  | 326,000 | 359,500 | 445,000 | 389,500 | 359,500 | 440,500 | 369,000 | 379,500 | 370,000 | 421,000 |
| P  | ,068    | ,183    | ,941    | ,372    | ,182    | ,889    | ,233    | ,299    | ,239    | ,670    |

| <b>Различия показателей ценностей при низком и высоком уровне жизнестойкости</b> |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|  | Вл      | Дост    | Гед     | Стим    | Сам     | Ун      | Доб     | Трад    | Кон     | Без     |
| U Манна-Уитни  | 280,500 | 258,500 | 265,500 | 210,000 | 174,000 | 214,000 | 240,000 | 265,000 | 271,500 | 183,000 |
| P  | ,881    | ,557    | ,654    | ,120    | ,023    | ,141    | ,339    | ,647    | ,742    | ,037    |

| <b>Различия показателей ценностей при среднем и высоком уровне жизнестойкости</b> |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |
|---|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|   | Вл      | Дост    | Гед     | Стим    | Сам     | Ун      | Доб     | Трад    | Кон     | Без     |
| U Манна-Уитни   | 151,000 | 144,000 | 183,000 | 171,000 | 141,500 | 143,500 | 199,500 | 195,000 | 153,000 | 110,500 |
| P   | ,189    | ,132    | ,647    | ,435    | ,116    | ,130    | ,989    | ,893    | ,206    | ,016    |

## Приложение 7. Взаимосвязь жизнестойкости и ценностей

| <b>Таблица 7.</b>  |   |       |       |      |       |      |      |       |       |       |       |
|--|---|-------|-------|------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Жизнестойкость и ценности при низком уровне жизнестойкости</b>  |   |       |       |      |       |      |      |       |       |       |       |
|  |   | Вл    | Дост  | Гед  | Стим  | Сам  | Ун   | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |
| Ж  | R | ,237  | ,283  | ,093 | ,099  | ,190 | ,048 | ,048  | ,112  | ,176  | ,453  |
|  | P | ,165  | ,095  | ,589 | ,566  | ,268 | ,779 | ,783  | ,516  | ,305  | ,005  |
| <b>Жизнестойкость и ценности при среднем уровне жизнестойкости</b> |   |       |       |      |       |      |      |       |       |       |       |
|  |   | Вл    | Дост  | Гед  | Стим  | Сам  | Ун   | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |
| Ж  | R | -,022 | -,060 | ,252 | ,201  | ,302 | ,093 | ,087  | -,068 | -,187 | -,195 |
|  | P | ,916  | ,775  | ,223 | ,334  | ,143 | ,660 | ,680  | ,747  | ,370  | ,350  |
| <b>Жизнестойкость и ценности при высоком уровне жизнестойкости</b> |   |       |       |      |       |      |      |       |       |       |       |
|  |   | Вл    | Дост  | Гед  | Стим  | Сам  | Ун   | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |
| Ж  | R | -,062 | ,209  | ,074 | -,016 | ,309 | ,163 | -,048 | -,174 | ,000  | ,440  |
|  | P | ,818  | ,437  | ,784 | ,954  | ,244 | ,546 | ,859  | ,519  | 1,000 | ,088  |

## Приложение 8. Корреляция жизненных ориентаций при разном уровне жизнестойкости

|     |   | Корреляция жизненных ориентаций при низком уровне жизнестойкости |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |  |
|-----|---|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|
|     |   | ЦЖ   | ПЖ    | РЖ    | ЛКЯ   | ЛКЖ   | Осм   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ    | С     | ЦЯ    | СС    | СУ    | БУ1   | БУ2   | БУ3   | Вл    | Дост  | Гед   | Стим  | Сам   | Ун    | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |  |
| ЦЖ  | r | 1,000  | ,685  | ,687  | ,706  | ,510  | ,865  | ,168  | ,155  | ,114  | ,304  | -,156 | ,321  | ,005  | ,235  | ,173  | ,235  | ,310  | ,079  | ,083  | -,307 | -,154 | -,018 | -,080 | -,016 | -,083 | ,164  | ,216  |  |
|     | p |  | ,000  | ,000  | ,000  | ,001  | ,000  | ,327  | ,367  | ,509  | ,072  | ,363  | ,056  | ,975  | ,168  | ,312  | ,168  | ,066  | ,647  | ,631  | ,068  | ,370  | ,918  | ,643  | ,925  | ,631  | ,339  | ,205  |  |
| ПЖ  | r | ,685   | 1,000 | ,721  | ,536  | ,484  | ,793  | ,294  | ,208  | ,139  | ,168  | -,188 | ,232  | ,117  | ,264  | ,297  | ,151  | ,386  | ,109  | ,344  | -,129 | -,164 | ,199  | -,196 | -,183 | ,037  | ,116  | ,222  |  |
|     | p | ,000   |       | ,000  | ,001  | ,003  | ,000  | ,082  | ,225  | ,419  | ,326  | ,271  | ,172  | ,498  | ,119  | ,078  | ,379  | ,020  | ,528  | ,040  | ,455  | ,338  | ,245  | ,252  | ,285  | ,832  | ,502  | ,194  |  |
| РЖ  | r | ,687   | ,721  | 1,000 | ,564  | ,678  | ,866  | ,107  | ,252  | ,215  | ,171  | -,123 | ,215  | ,052  | ,173  | ,185  | ,157  | ,305  | ,127  | ,246  | -,206 | -,200 | ,164  | -,234 | -,245 | -,118 | ,110  | ,162  |  |
|     | p | ,000   | ,000  |       | ,000  | ,000  | ,000  | ,535  | ,138  | ,208  | ,318  | ,474  | ,207  | ,765  | ,312  | ,280  | ,360  | ,070  | ,461  | ,147  | ,228  | ,243  | ,338  | ,169  | ,149  | ,492  | ,525  | ,345  |  |
| ЛКЯ | r | ,706   | ,536  | ,564  | 1,000 | ,370  | ,767  | ,135  | ,009  | ,072  | ,181  | -,053 | ,311  | ,006  | ,005  | ,047  | ,185  | ,192  | ,180  | ,237  | -,183 | -,040 | ,210  | ,024  | ,024  | -,177 | ,029  | ,218  |  |
|     | p | ,000   | ,001  | ,000  |       | ,027  | ,000  | ,434  | ,960  | ,678  | ,291  | ,758  | ,065  | ,970  | ,977  | ,787  | ,279  | ,262  | ,295  | ,165  | ,285  | ,815  | ,220  | ,891  | ,891  | ,303  | ,865  | ,202  |  |
| ЛКЖ | r | ,510   | ,484  | ,678  | ,370  | 1,000 | ,720  | ,347  | ,453  | ,422  | ,276  | ,056  | ,309  | -,086 | ,490  | ,437  | ,385  | ,370  | -,148 | -,102 | -,319 | -,311 | -,039 | -,265 | -,215 | -,156 | -,080 | -,051 |  |
|     | p | ,001   | ,003  | ,000  | ,027  |       | ,000  | ,038  | ,005  | ,010  | ,103  | ,746  | ,067  | ,620  | ,002  | ,008  | ,020  | ,026  | ,388  | ,554  | ,058  | ,065  | ,822  | ,118  | ,208  | ,362  | ,644  | ,768  |  |
| Осм | r | ,865   | ,793  | ,866  | ,767  | ,720  | 1,000 | ,309  | ,291  | ,235  | ,231  | -,103 | ,375  | ,062  | ,299  | ,320  | ,266  | ,424  | ,052  | ,171  | -,332 | -,237 | ,122  | -,209 | -,136 | -,187 | ,048  | ,149  |  |
|     | p | ,000   | ,000  | ,000  | ,000  | ,000  |       | ,067  | ,085  | ,168  | ,176  | ,550  | ,024  | ,722  | ,077  | ,057  | ,118  | ,010  | ,761  | ,318  | ,048  | ,164  | ,479  | ,220  | ,429  | ,276  | ,782  | ,387  |  |
| БМ  | r | ,168   | ,294  | ,107  | ,135  | ,347  | ,309  | 1,000 | ,390  | ,278  | ,111  | ,185  | ,174  | ,327  | ,503  | ,816  | ,314  | ,525  | -,160 | ,025  | -,188 | -,252 | -,098 | -,132 | -,166 | -,009 | ,042  | -,017 |  |
|     | p | ,327   | ,082  | ,535  | ,434  | ,038  | ,067  |       | ,019  | ,100  | ,518  | ,280  | ,311  | ,052  | ,002  | ,000  | ,062  | ,001  | ,352  | ,884  | ,272  | ,139  | ,569  | ,442  | ,333  | ,959  | ,809  | ,923  |  |
| ДЛ  | r | ,155   | ,208  | ,252  | ,009  | ,453  | ,291  | ,390  | 1,000 | -,026 | -,273 | ,109  | ,298  | ,139  | ,435  | ,828  | -,177 | ,427  | -,222 | -,184 | -,115 | -,176 | ,088  | -,129 | ,053  | ,060  | ,033  | ,015  |  |
|     | p | ,367   | ,225  | ,138  | ,960  | ,005  | ,085  | ,019  |       | ,880  | ,107  | ,529  | ,078  | ,419  | ,008  | ,000  | ,301  | ,009  | ,193  | ,283  | ,504  | ,305  | ,610  | ,454  | ,757  | ,729  | ,851  | ,932  |  |
| СМ  | r | ,114   | ,139  | ,215  | ,072  | ,422  | ,235  | ,278  | -,026 | 1,000 | ,376  | ,145  | ,061  | ,111  | ,500  | ,157  | ,691  | ,277  | ,045  | -,044 | -,002 | ,078  | ,012  | -,021 | -,068 | ,118  | ,009  | ,068  |  |
|     | p | ,509   | ,419  | ,208  | ,678  | ,010  | ,168  | ,100  | ,880  |       | ,024  | ,399  | ,723  | ,520  | ,002  | ,360  | ,000  | ,102  | ,793  | ,798  | ,990  | ,650  | ,945  | ,901  | ,692  | ,494  | ,957  | ,695  |  |
| КМ  | r | ,304   | ,168  | ,171  | ,181  | ,276  | ,231  | ,111  | -,273 | ,376  | 1,000 | -,006 | ,087  | ,267  | ,221  | -,141 | ,736  | ,404  | -,254 | -,071 | -,033 | -,141 | -,138 | ,139  | ,129  | -,157 | -,076 | ,005  |  |
|     | p | ,072   | ,326  | ,318  | ,291  | ,103  | ,176  | ,518  | ,107  | ,024  |       | ,971  | ,614  | ,116  | ,195  | ,412  | ,000  | ,015  | ,136  | ,683  | ,847  | ,411  | ,424  | ,418  | ,454  | ,361  | ,660  | ,975  |  |
| С   | r | -,156  | -,188 | -,123 | -,053 | ,056  | -,103 | ,185  | ,109  | ,145  | -,006 | 1,000 | -,145 | ,288  | ,296  | ,169  | ,488  | ,189  | -,109 | -,201 | ,111  | ,145  | -,033 | -,013 | -,103 | ,111  | -,195 | ,083  |  |
|     | p | ,363   | ,271  | ,474  | ,758  | ,746  | ,550  | ,280  | ,529  | ,399  | ,971  |       | ,399  | ,088  | ,080  | ,324  | ,003  | ,271  | ,527  | ,240  | ,518  | ,398  | ,847  | ,940  | ,551  | ,519  | ,255  | ,629  |  |
| ЦЯ  | r | ,321   | ,232  | ,215  | ,311  | ,309  | ,375  | ,174  | ,298  | ,061  | ,087  | -,145 | 1,000 | ,053  | ,068  | ,238  | ,093  | ,531  | ,074  | ,208  | ,105  | ,053  | ,053  | ,020  | ,011  | -,354 | -,072 | ,209  |  |
|     | p | ,056   | ,172  | ,207  | ,065  | ,067  | ,024  | ,311  | ,078  | ,723  | ,614  | ,399  |       | ,760  | ,694  | ,162  | ,590  | ,001  | ,666  | ,224  | ,544  | ,759  | ,759  | ,908  | ,948  | ,034  | ,675  | ,222  |  |
| СС  | r | ,005   | ,117  | ,052  | ,006  | -,086 | ,062  | ,327  | ,139  | ,111  | ,267  | ,288  | ,053  | 1,000 | ,133  | ,275  | ,309  | ,671  | -,149 | ,173  | ,215  | ,039  | ,030  | ,086  | -,034 | -,022 | -,152 | ,418  |  |
|     | p | ,975   | ,498  | ,765  | ,970  | ,620  | ,722  | ,052  | ,419  | ,520  | ,116  | ,088  | ,760  |       | ,439  | ,105  | ,066  | ,000  | ,386  | ,314  | ,207  | ,820  | ,860  | ,617  | ,844  | ,899  | ,377  | ,011  |  |
| СУ  | r | ,235   | ,264  | ,173  | ,005  | ,490  | ,299  | ,503  | ,435  | ,500  | ,221  | ,296  | ,068  | ,133  | 1,000 | ,566  | ,476  | ,567  | -,228 | -,201 | -,356 | -,282 | -,200 | -,078 | -,045 | ,284  | ,214  | ,050  |  |
|     | p | ,168   | ,119  | ,312  | ,977  | ,002  | ,077  | ,002  | ,008  | ,002  | ,195  | ,080  | ,694  | ,439  |       | ,000  | ,003  | ,000  | ,180  | ,240  | ,033  | ,095  | ,242  | ,651  | ,796  | ,093  | ,211  | ,771  |  |
| БУ1 | r | ,173   | ,297  | ,185  | ,047  | ,437  | ,320  | ,816  | ,828  | ,157  | -,141 | ,169  | ,238  | ,275  | ,566  | 1,000 | ,054  | ,541  | -,222 | -,110 | -,158 | -,257 | -,008 | -,227 | -,098 | ,071  | ,067  | -,017 |  |
|     | p | ,312   | ,078  | ,280  | ,787  | ,008  | ,057  | ,000  | ,000  | ,360  | ,412  | ,324  | ,162  | ,105  | ,000  |       | ,756  | ,001  | ,194  | ,523  | ,356  | ,130  | ,962  | ,184  | ,568  | ,681  | ,697  | ,924  |  |
| БУ2 | r | ,235   | ,151  | ,157  | ,185  | ,385  | ,266  | ,314  | -,177 | ,691  | ,736  | ,488  | ,093  | ,309  | ,476  | ,054  | 1,000 | ,458  | -,098 | -,051 | ,020  | ,022  | -,043 | -,007 | -,095 | -,068 | -,155 | ,062  |  |
|     | p | ,168   | ,379  | ,360  | ,279  | ,020  | ,118  | ,062  | ,301  | ,000  | ,000  | ,003  | ,590  | ,066  | ,003  | ,756  |       | ,005  | ,570  | ,767  | ,906  | ,897  | ,802  | ,967  | ,583  | ,695  | ,367  | ,718  |  |
| БУ3 | r | ,310   | ,386  | ,305  | ,192  | ,370  | ,424  | ,525  | ,427  | ,277  | ,404  | ,189  | ,531  | ,671  | ,567  | ,541  | ,458  | 1,000 | -,223 | ,089  | -,067 | -,188 | -,089 | ,028  | ,011  | -,023 | -,047 | ,344  |  |

|      |   |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|      | р | ,066  | ,020  | ,070  | ,262  | ,026  | ,010  | ,001  | ,009  | ,102  | ,015  | ,271  | ,001  | ,000  | ,000  | ,001  | ,005  |       | ,190  | ,607  | ,699  | ,272  | ,605  | ,872  | ,948  | ,895  | ,786  | ,040  |
| Вл   | г | ,079  | ,109  | ,127  | ,180  | -,148 | ,052  | -,160 | -,222 | ,045  | -,254 | -,109 | ,074  | -,149 | -,228 | -,222 | -,098 | -,223 | 1,000 | ,653  | ,375  | ,650  | ,545  | ,146  | -,283 | ,094  | -,071 | ,313  |
|      | р | ,647  | ,528  | ,461  | ,295  | ,388  | ,761  | ,352  | ,193  | ,793  | ,136  | ,527  | ,666  | ,386  | ,180  | ,194  | ,570  | ,190  |       | ,000  | ,024  | ,000  | ,001  | ,397  | ,095  | ,585  | ,681  | ,063  |
| Дост | г | ,083  | ,344  | ,246  | ,237  | -,102 | ,171  | ,025  | -,184 | -,044 | -,071 | -,201 | ,208  | ,173  | -,201 | -,110 | -,051 | ,089  | ,653  | 1,000 | ,462  | ,433  | ,580  | ,149  | -,328 | ,005  | ,090  | ,495  |
|      | р | ,631  | ,040  | ,147  | ,165  | ,554  | ,318  | ,884  | ,283  | ,798  | ,683  | ,240  | ,224  | ,314  | ,240  | ,523  | ,767  | ,607  | ,000  |       | ,005  | ,008  | ,000  | ,386  | ,051  | ,976  | ,602  | ,002  |
| Гед  | г | -,307 | -,129 | -,206 | -,183 | -,319 | -,332 | -,188 | -,115 | -,002 | -,033 | ,111  | ,105  | ,215  | -,356 | -,158 | ,020  | -,067 | ,375  | ,462  | 1,000 | ,757  | ,587  | ,217  | -,071 | -,117 | -,187 | ,270  |
|      | р | ,068  | ,455  | ,228  | ,285  | ,058  | ,048  | ,272  | ,504  | ,990  | ,847  | ,518  | ,544  | ,207  | ,033  | ,356  | ,906  | ,699  | ,024  | ,005  |       | ,000  | ,000  | ,203  | ,680  | ,497  | ,276  | ,111  |
| Стим | г | -,154 | -,164 | -,200 | -,040 | -,311 | -,237 | -,252 | -,176 | ,078  | -,141 | ,145  | ,053  | ,039  | -,282 | -,257 | ,022  | -,188 | ,650  | ,433  | ,757  | 1,000 | ,625  | ,532  | ,048  | ,065  | -,152 | ,439  |
|      | р | ,370  | ,338  | ,243  | ,815  | ,065  | ,164  | ,139  | ,305  | ,650  | ,411  | ,398  | ,759  | ,820  | ,095  | ,130  | ,897  | ,272  | ,000  | ,008  | ,000  |       | ,000  | ,001  | ,782  | ,707  | ,376  | ,007  |
| Сам  | г | -,018 | ,199  | ,164  | ,210  | -,039 | ,122  | -,098 | ,088  | ,012  | -,138 | -,033 | ,053  | ,030  | -,200 | -,008 | -,043 | -,089 | ,545  | ,580  | ,587  | ,625  | 1,000 | ,141  | -,193 | -,099 | -,101 | ,164  |
|      | р | ,918  | ,245  | ,338  | ,220  | ,822  | ,479  | ,569  | ,610  | ,945  | ,424  | ,847  | ,759  | ,860  | ,242  | ,962  | ,802  | ,605  | ,001  | ,000  | ,000  | ,000  |       | ,413  | ,260  | ,564  | ,559  | ,341  |
| Ун   | г | -,080 | -,196 | -,234 | ,024  | -,265 | -,209 | -,132 | -,129 | -,021 | ,139  | -,013 | ,020  | ,086  | -,078 | -,227 | -,007 | ,028  | ,146  | ,149  | ,217  | ,532  | ,141  | 1,000 | ,494  | ,309  | ,033  | ,535  |
|      | р | ,643  | ,252  | ,169  | ,891  | ,118  | ,220  | ,442  | ,454  | ,901  | ,418  | ,940  | ,908  | ,617  | ,651  | ,184  | ,967  | ,872  | ,397  | ,386  | ,203  | ,001  | ,413  |       | ,002  | ,067  | ,851  | ,001  |
| Доб  | г | -,016 | -,183 | -,245 | ,024  | -,215 | -,136 | -,166 | ,053  | -,068 | ,129  | -,103 | ,011  | -,034 | -,045 | -,098 | -,095 | ,011  | -,283 | -,328 | -,071 | ,048  | -,193 | ,494  | 1,000 | ,291  | ,145  | ,154  |
|      | р | ,925  | ,285  | ,149  | ,891  | ,208  | ,429  | ,333  | ,757  | ,692  | ,454  | ,551  | ,948  | ,844  | ,796  | ,568  | ,583  | ,948  | ,095  | ,051  | ,680  | ,782  | ,260  | ,002  |       | ,085  | ,398  | ,369  |
| Трад | г | -,083 | ,037  | -,118 | -,177 | -,156 | -,187 | -,009 | ,060  | ,118  | -,157 | ,111  | -,354 | -,022 | ,284  | ,071  | -,068 | -,023 | ,094  | ,005  | -,117 | ,065  | -,099 | ,309  | ,291  | 1,000 | ,439  | ,396  |
|      | р | ,631  | ,832  | ,492  | ,303  | ,362  | ,276  | ,959  | ,729  | ,494  | ,361  | ,519  | ,034  | ,899  | ,093  | ,681  | ,695  | ,895  | ,585  | ,976  | ,497  | ,707  | ,564  | ,067  | ,085  |       | ,007  | ,017  |
| Кон  | г | ,164  | ,116  | ,110  | ,029  | -,080 | ,048  | ,042  | ,033  | ,009  | -,076 | -,195 | -,072 | -,152 | ,214  | ,067  | -,155 | -,047 | -,071 | ,090  | -,187 | -,152 | -,101 | ,033  | ,145  | ,439  | 1,000 | ,181  |
|      | р | ,339  | ,502  | ,525  | ,865  | ,644  | ,782  | ,809  | ,851  | ,957  | ,660  | ,255  | ,675  | ,377  | ,211  | ,697  | ,367  | ,786  | ,681  | ,602  | ,276  | ,376  | ,559  | ,851  | ,398  | ,007  |       | ,291  |
| Без  | г | ,216  | ,222  | ,162  | ,218  | -,051 | ,149  | -,017 | ,015  | ,068  | ,005  | ,083  | ,209  | ,418  | ,050  | -,017 | ,062  | ,344  | ,313  | ,495  | ,270  | ,439  | ,164  | ,535  | ,154  | ,396  | ,181  | 1,000 |
|      | р | ,205  | ,194  | ,345  | ,202  | ,768  | ,387  | ,923  | ,932  | ,695  | ,975  | ,629  | ,222  | ,011  | ,771  | ,924  | ,718  | ,040  | ,063  | ,002  | ,111  | ,007  | ,341  | ,001  | ,369  | ,017  | ,291  |       |

| Корреляция жизненных ориентаций при среднем уровне жизнестойкости |   |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|---|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|   |   | ЦЖ    | ПЖ    | РЖ    | ЛКЯ   | ЛКЖ   | Осм   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ    | С     | ЦЯ    | СС    | СУ    | БУ1   | БУ2   | БУ3   | Вл    | Дост  | Гед   | Стим  | Сам   | Ун    | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |
| ЦЖ  | r | 1,000 | ,637  | ,762  | ,824  | ,486  | ,900  | ,164  | ,068  | -,102 | ,358  | -,058 | ,111  | ,030  | ,227  | ,134  | ,148  | ,194  | -,218 | ,076  | ,250  | ,221  | ,572  | ,255  | -,007 | ,110  | ,217  | ,016  |
|   | p |       | ,001  | ,000  | ,000  | ,014  | ,000  | ,433  | ,745  | ,628  | ,079  | ,785  | ,597  | ,887  | ,275  | ,523  | ,479  | ,352  | ,296  | ,718  | ,228  | ,288  | ,003  | ,219  | ,974  | ,600  | ,299  | ,940  |
| ПЖ  | r | ,637  | 1,000 | ,652  | ,540  | ,521  | ,838  | ,298  | ,096  | -,108 | ,501  | -,048 | -,141 | -,079 | -,037 | ,202  | ,265  | -,072 | -,002 | ,210  | ,165  | ,429  | ,617  | ,468  | ,366  | ,269  | ,208  | ,402  |
|   | p | ,001  |       | ,000  | ,005  | ,008  | ,000  | ,148  | ,647  | ,607  | ,011  | ,821  | ,503  | ,709  | ,859  | ,334  | ,201  | ,731  | ,993  | ,313  | ,431  | ,032  | ,001  | ,018  | ,072  | ,194  | ,319  | ,047  |
| РЖ  | r | ,762  | ,652  | 1,000 | ,682  | ,458  | ,861  | ,320  | ,194  | ,063  | ,250  | -,007 | ,186  | ,171  | ,179  | ,303  | ,163  | ,115  | -,184 | -,036 | ,094  | ,090  | ,583  | ,283  | ,090  | ,124  | ,252  | -,033 |
|   | p | ,000  | ,000  |       | ,000  | ,021  | ,000  | ,118  | ,352  | ,764  | ,229  | ,973  | ,373  | ,414  | ,393  | ,141  | ,437  | ,586  | ,378  | ,864  | ,655  | ,670  | ,002  | ,171  | ,670  | ,555  | ,224  | ,876  |
| ЛКЯ   | r | ,824  | ,540  | ,682  | 1,000 | ,439  | ,794  | -,028 | ,132  | -,019 | ,226  | -,031 | ,066  | ,056  | ,252  | ,067  | ,166  | ,075  | ,006  | ,076  | ,138  | ,105  | ,545  | ,165  | ,033  | -,038 | ,186  | -,169 |
|   | p | ,000  | ,005  | ,000  |       | ,028  | ,000  | ,894  | ,529  | ,929  | ,278  | ,883  | ,755  | ,789  | ,224  | ,751  | ,427  | ,723  | ,977  | ,718  | ,510  | ,618  | ,005  | ,430  | ,877  | ,858  | ,373  | ,418  |
| ЛКЖ   | r | ,486  | ,521  | ,458  | ,439  | 1,000 | ,565  | ,119  | -,068 | -,464 | ,399  | -,143 | -,117 | -,026 | -,028 | ,048  | -,148 | ,033  | -,091 | -,018 | ,085  | ,004  | ,318  | ,403  | -,028 | -,137 | -,305 | ,138  |
|   | p | ,014  | ,008  | ,021  | ,028  |       | ,003  | ,570  | ,745  | ,019  | ,048  | ,494  | ,577  | ,904  | ,893  | ,820  | ,481  | ,874  | ,667  | ,932  | ,687  | ,985  | ,122  | ,046  | ,895  | ,513  | ,138  | ,512  |
| Осм   | r | ,900  | ,838  | ,861  | ,794  | ,565  | 1,000 | ,256  | ,094  | -,087 | ,381  | -,068 | ,029  | ,081  | ,206  | ,178  | ,198  | ,154  | -,087 | ,163  | ,192  | ,270  | ,621  | ,350  | ,197  | ,110  | ,216  | ,128  |
|   | p | ,000  | ,000  | ,000  | ,000  | ,003  |       | ,216  | ,656  | ,680  | ,060  | ,747  | ,892  | ,699  | ,323  | ,394  | ,343  | ,463  | ,679  | ,437  | ,357  | ,192  | ,001  | ,086  | ,346  | ,601  | ,300  | ,542  |
| БМ  | r | ,164  | ,298  | ,320  | -,028 | ,119  | ,256  | 1,000 | ,553  | -,109 | ,379  | -,312 | ,164  | -,150 | ,249  | ,827  | -,069 | ,125  | -,133 | -,035 | ,185  | ,201  | ,385  | ,271  | -,057 | ,143  | -,120 | -,005 |
|   | p | ,433  | ,148  | ,118  | ,894  | ,570  | ,216  |       | ,004  | ,603  | ,062  | ,128  | ,433  | ,474  | ,230  | ,000  | ,743  | ,553  | ,526  | ,869  | ,376  | ,336  | ,058  | ,190  | ,786  | ,495  | ,568  | ,979  |
| ДЛ  | r | ,068  | ,096  | ,194  | ,132  | -,068 | ,094  | ,553  | 1,000 | ,349  | ,395  | -,128 | ,162  | -,088 | ,252  | ,908  | ,281  | ,044  | -,268 | -,134 | -,073 | ,085  | ,176  | ,401  | ,204  | ,214  | ,216  | -,136 |
|   | p | ,745  | ,647  | ,352  | ,529  | ,745  | ,656  | ,004  |       | ,088  | ,051  | ,543  | ,438  | ,676  | ,224  | ,000  | ,174  | ,836  | ,195  | ,523  | ,730  | ,687  | ,399  | ,047  | ,329  | ,305  | ,300  | ,515  |
| СМ  | r | -,102 | -,108 | ,063  | -,019 | -,464 | -,087 | -,109 | ,349  | 1,000 | -,032 | ,083  | ,048  | ,155  | ,093  | ,161  | ,677  | -,030 | ,015  | -,007 | ,197  | ,191  | -,002 | ,045  | ,263  | ,366  | ,456  | ,015  |
|   | p | ,628  | ,607  | ,764  | ,929  | ,019  | ,680  | ,603  | ,088  |       | ,877  | ,694  | ,821  | ,459  | ,657  | ,442  | ,000  | ,888  | ,941  | ,973  | ,344  | ,359  | ,993  | ,831  | ,203  | ,072  | ,022  | ,942  |
| КМ  | r | ,358  | ,501  | ,250  | ,226  | ,399  | ,381  | ,379  | ,395  | -,032 | 1,000 | -,101 | ,061  | -,055 | ,005  | ,420  | ,391  | ,193  | -,059 | ,225  | ,285  | ,327  | ,347  | ,480  | ,169  | ,309  | ,256  | ,415  |
|   | p | ,079  | ,011  | ,229  | ,278  | ,048  | ,060  | ,062  | ,051  | ,877  |       | ,631  | ,772  | ,793  | ,981  | ,037  | ,053  | ,356  | ,780  | ,279  | ,167  | ,111  | ,089  | ,015  | ,420  | ,133  | ,218  | ,039  |
| С   | r | -,058 | -,048 | -,007 | -,031 | -,143 | -,068 | -,312 | -,128 | ,083  | -,101 | 1,000 | -,152 | ,325  | -,162 | -,218 | ,453  | ,039  | -,198 | -,039 | ,031  | ,022  | -,222 | ,241  | ,218  | ,152  | ,232  | ,267  |
|   | p | ,785  | ,821  | ,973  | ,883  | ,494  | ,747  | ,128  | ,543  | ,694  | ,631  |       | ,469  | ,113  | ,440  | ,295  | ,023  | ,854  | ,343  | ,854  | ,885  | ,916  | ,286  | ,245  | ,294  | ,467  | ,264  | ,197  |
| ЦЯ  | r | ,111  | -,141 | ,186  | ,066  | -,117 | ,029  | ,164  | ,162  | ,048  | ,061  | -,152 | 1,000 | ,351  | ,363  | ,204  | -,165 | ,663  | ,043  | -,237 | -,005 | -,032 | ,223  | -,164 | -,155 | -,180 | ,152  | -,165 |
|   | p | ,597  | ,503  | ,373  | ,755  | ,577  | ,892  | ,433  | ,438  | ,821  | ,772  | ,469  |       | ,085  | ,075  | ,327  | ,431  | ,000  | ,837  | ,253  | ,982  | ,880  | ,283  | ,434  | ,461  | ,389  | ,469  | ,431  |
| СС  | r | ,030  | -,079 | ,171  | ,056  | -,026 | ,081  | -,150 | -,088 | ,155  | -,055 | ,325  | ,351  | 1,000 | ,294  | -,110 | ,130  | ,724  | ,256  | ,000  | ,084  | ,062  | -,098 | -,007 | -,092 | -,052 | ,224  | ,128  |
|   | p | ,887  | ,709  | ,414  | ,789  | ,904  | ,699  | ,474  | ,676  | ,459  | ,793  | ,113  | ,085  |       | ,154  | ,599  | ,536  | ,000  | ,217  | ,999  | ,688  | ,768  | ,640  | ,975  | ,662  | ,803  | ,282  | ,543  |
| СУ  | r | ,227  | -,037 | ,179  | ,252  | -,028 | ,206  | ,249  | ,252  | ,093  | ,005  | -,162 | ,363  | ,294  | 1,000 | ,270  | -,144 | ,620  | ,155  | -,040 | ,110  | ,209  | ,104  | -,013 | -,143 | -,210 | ,004  | -,108 |
|   | p | ,275  | ,859  | ,393  | ,224  | ,893  | ,323  | ,230  | ,224  | ,657  | ,981  | ,440  | ,075  | ,154  |       | ,191  | ,492  | ,001  | ,460  | ,849  | ,600  | ,316  | ,621  | ,949  | ,495  | ,314  | ,984  | ,608  |
| БУ1   | r | ,134  | ,202  | ,303  | ,067  | ,048  | ,178  | ,827  | ,908  | ,161  | ,420  | -,218 | ,204  | -,110 | ,270  | 1,000 | ,109  | ,088  | -,273 | -,173 | ,076  | ,165  | ,288  | ,413  | ,061  | ,196  | ,027  | -,099 |
|   | p | ,523  | ,334  | ,141  | ,751  | ,820  | ,394  | ,000  | ,000  | ,442  | ,037  | ,295  | ,327  | ,599  | ,191  |       | ,605  | ,675  | ,187  | ,409  | ,716  | ,431  | ,163  | ,040  | ,773  | ,349  | ,898  | ,638  |
| БУ2   | r | ,148  | ,265  | ,163  | ,166  | -,148 | ,198  | -,069 | ,281  | ,677  | ,391  | ,453  | -,165 | ,130  | -,144 | ,109  | 1,000 | -,052 | -,067 | ,110  | ,279  | ,259  | ,183  | ,463  | ,524  | ,611  | ,619  | ,383  |
|   | p | ,479  | ,201  | ,437  | ,427  | ,481  | ,343  | ,743  | ,174  | ,000  | ,053  | ,023  | ,431  | ,536  | ,492  | ,605  |       | ,803  | ,750  | ,600  | ,176  | ,211  | ,382  | ,020  | ,007  | ,001  | ,001  | ,059  |
| БУ3   | r | ,194  | -,072 | ,115  | ,075  | ,033  | ,154  | ,125  | ,044  | -,030 | ,193  | ,039  | ,663  | ,724  | ,620  | ,088  | -,052 | 1,000 | ,173  | ,021  | ,172  | ,157  | ,107  | ,037  | -,121 | -,155 | ,126  | ,125  |
|   | p | ,352  | ,731  | ,586  | ,723  | ,874  | ,463  | ,553  | ,836  | ,888  | ,356  | ,854  | ,000  | ,000  | ,001  | ,675  | ,803  |       | ,409  | ,920  | ,410  | ,455  | ,609  | ,861  | ,563  | ,459  | ,549  | ,551  |

|      |   |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Вл   | г | -,218 | -,002 | -,184 | ,006  | -,091 | -,087 | -,133 | -,268 | ,015  | -,059 | -,198 | ,043  | ,256  | ,155  | -,273 | -,067 | ,173  | 1,000 | ,533  | ,202  | ,424  | ,041  | -,150 | -,183 | -,312 | -,018 | ,200  |
|      | р | ,296  | ,993  | ,378  | ,977  | ,667  | ,679  | ,526  | ,195  | ,941  | ,780  | ,343  | ,837  | ,217  | ,460  | ,187  | ,750  | ,409  |       | ,006  | ,334  | ,035  | ,845  | ,475  | ,382  | ,129  | ,934  | ,337  |
| Дост | г | ,076  | ,210  | -,036 | ,076  | -,018 | ,163  | -,035 | -,134 | -,007 | ,225  | -,039 | -,237 | ,000  | -,040 | -,173 | ,110  | ,021  | ,533  | 1,000 | ,165  | ,431  | -,058 | -,210 | -,065 | -,230 | ,216  | ,128  |
|      | р | ,718  | ,313  | ,864  | ,718  | ,932  | ,437  | ,869  | ,523  | ,973  | ,279  | ,854  | ,253  | ,999  | ,849  | ,409  | ,600  | ,920  | ,006  |       | ,432  | ,031  | ,782  | ,313  | ,759  | ,269  | ,300  | ,542  |
| Гед  | г | ,250  | ,165  | ,094  | ,138  | ,085  | ,192  | ,185  | -,073 | ,197  | ,285  | ,031  | -,005 | ,084  | ,110  | ,076  | ,279  | ,172  | ,202  | ,165  | 1,000 | ,611  | ,174  | ,103  | -,229 | ,173  | -,225 | ,038  |
|      | р | ,228  | ,431  | ,655  | ,510  | ,687  | ,357  | ,376  | ,730  | ,344  | ,167  | ,885  | ,982  | ,688  | ,600  | ,716  | ,176  | ,410  | ,334  | ,432  |       | ,001  | ,404  | ,624  | ,271  | ,409  | ,280  | ,857  |
| Стим | г | ,221  | ,429  | ,090  | ,105  | ,004  | ,270  | ,201  | ,085  | ,191  | ,327  | ,022  | -,032 | ,062  | ,209  | ,165  | ,259  | ,157  | ,424  | ,431  | ,611  | 1,000 | ,211  | ,207  | ,149  | ,185  | ,066  | ,446  |
|      | р | ,288  | ,032  | ,670  | ,618  | ,985  | ,192  | ,336  | ,687  | ,359  | ,111  | ,916  | ,880  | ,768  | ,316  | ,431  | ,211  | ,455  | ,035  | ,031  | ,001  |       | ,311  | ,321  | ,476  | ,375  | ,755  | ,025  |
| Сам  | г | ,572  | ,617  | ,583  | ,545  | ,318  | ,621  | ,385  | ,176  | -,002 | ,347  | -,222 | ,223  | -,098 | ,104  | ,288  | ,183  | ,107  | ,041  | -,058 | ,174  | ,211  | 1,000 | ,368  | ,219  | ,259  | ,153  | ,094  |
|      | р | ,003  | ,001  | ,002  | ,005  | ,122  | ,001  | ,058  | ,399  | ,993  | ,089  | ,286  | ,283  | ,640  | ,621  | ,163  | ,382  | ,609  | ,845  | ,782  | ,404  | ,311  |       | ,071  | ,293  | ,210  | ,466  | ,653  |
| Ун   | г | ,255  | ,468  | ,283  | ,165  | ,403  | ,350  | ,271  | ,401  | ,045  | ,480  | ,241  | -,164 | -,007 | -,013 | ,413  | ,463  | ,037  | -,150 | -,210 | ,103  | ,207  | ,368  | 1,000 | ,430  | ,423  | ,165  | ,581  |
|      | р | ,219  | ,018  | ,171  | ,430  | ,046  | ,086  | ,190  | ,047  | ,831  | ,015  | ,245  | ,434  | ,975  | ,949  | ,040  | ,020  | ,861  | ,475  | ,313  | ,624  | ,321  | ,071  |       | ,032  | ,035  | ,431  | ,002  |
| Доб  | г | -,007 | ,366  | ,090  | ,033  | -,028 | ,197  | -,057 | ,204  | ,263  | ,169  | ,218  | -,155 | -,092 | -,143 | ,061  | ,524  | -,121 | -,183 | -,065 | -,229 | ,149  | ,219  | ,430  | 1,000 | ,564  | ,454  | ,428  |
|      | р | ,974  | ,072  | ,670  | ,877  | ,895  | ,346  | ,786  | ,329  | ,203  | ,420  | ,294  | ,461  | ,662  | ,495  | ,773  | ,007  | ,563  | ,382  | ,759  | ,271  | ,476  | ,293  | ,032  |       | ,003  | ,023  | ,033  |
| Трад | г | ,110  | ,269  | ,124  | -,038 | -,137 | ,110  | ,143  | ,214  | ,366  | ,309  | ,152  | -,180 | -,052 | -,210 | ,196  | ,611  | -,155 | -,312 | -,230 | ,173  | ,185  | ,259  | ,423  | ,564  | 1,000 | ,523  | ,336  |
|      | р | ,600  | ,194  | ,555  | ,858  | ,513  | ,601  | ,495  | ,305  | ,072  | ,133  | ,467  | ,389  | ,803  | ,314  | ,349  | ,001  | ,459  | ,129  | ,269  | ,409  | ,375  | ,210  | ,035  | ,003  |       | ,007  | ,101  |
| Кон  | г | ,217  | ,208  | ,252  | ,186  | -,305 | ,216  | -,120 | ,216  | ,456  | ,256  | ,232  | ,152  | ,224  | ,004  | ,027  | ,619  | ,126  | -,018 | ,216  | -,225 | ,066  | ,153  | ,165  | ,454  | ,523  | 1,000 | ,267  |
|      | р | ,299  | ,319  | ,224  | ,373  | ,138  | ,300  | ,568  | ,300  | ,022  | ,218  | ,264  | ,469  | ,282  | ,984  | ,898  | ,001  | ,549  | ,934  | ,300  | ,280  | ,755  | ,466  | ,431  | ,023  | ,007  |       | ,197  |
| Без  | г | ,016  | ,402  | -,033 | -,169 | ,138  | ,128  | -,005 | -,136 | ,015  | ,415  | ,267  | -,165 | ,128  | -,108 | -,099 | ,383  | ,125  | ,200  | ,128  | ,038  | ,446  | ,094  | ,581  | ,428  | ,336  | ,267  | 1,000 |
|      | р | ,940  | ,047  | ,876  | ,418  | ,512  | ,542  | ,979  | ,515  | ,942  | ,039  | ,197  | ,431  | ,543  | ,608  | ,638  | ,059  | ,551  | ,337  | ,542  | ,857  | ,025  | ,653  | ,002  | ,033  | ,101  | ,197  |       |

| Корреляция жизненных ориентаций при высоком уровне жизнестойкости |    |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|---|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|   | ЦЖ | ПЖ    | РЖ    | ЛКЯ   | ЛКЖ   | Осм   | БМ    | ДЛ    | СМ    | КМ    | С     | ЦЯ    | СС    | СУ    | БУ1   | БУ2   | БУ3   | Вл    | Дост  | Гед   | Стим  | Сам   | Ун    | Доб   | Трад  | Кон   | Без   |       |
| ЦЖ  | r  | 1,000 | ,169  | ,396  | ,506  | ,093  | ,534  | ,138  | -,249 | ,049  | ,241  | -,448 | ,533  | ,258  | ,462  | -,128 | -,181 | ,470  | -,016 | -,067 | ,007  | ,032  | ,365  | ,198  | -,014 | ,013  | -,253 | ,417  |
|   | p  |       | ,532  | ,129  | ,046  | ,733  | ,033  | ,609  | ,352  | ,856  | ,369  | ,082  | ,033  | ,334  | ,071  | ,636  | ,502  | ,066  | ,954  | ,804  | ,980  | ,905  | ,164  | ,462  | ,958  | ,961  | ,345  | ,108  |
| ПЖ  | r  | ,169  | 1,000 | ,410  | ,486  | ,411  | ,579  | ,469  | ,179  | -,161 | ,437  | -,355 | ,164  | -,037 | ,121  | ,243  | ,000  | ,283  | -,170 | ,109  | -,231 | -,213 | -,076 | ,110  | ,295  | -,117 | ,206  | -,217 |
|   | p  | ,532  |       | ,115  | ,056  | ,114  | ,019  | ,067  | ,506  | ,552  | ,091  | ,177  | ,543  | ,892  | ,655  | ,363  | 1,000 | ,289  | ,530  | ,689  | ,389  | ,428  | ,779  | ,686  | ,267  | ,666  | ,443  | ,420  |
| РЖ  | r  | ,396  | ,410  | 1,000 | ,514  | ,754  | ,549  | ,290  | -,035 | ,177  | ,162  | -,479 | ,140  | -,057 | -,022 | ,043  | -,047 | ,077  | -,228 | -,043 | -,125 | -,135 | ,223  | -,024 | -,158 | -,222 | -,459 | -,131 |
|   | p  | ,129  | ,115  |       | ,042  | ,001  | ,028  | ,276  | ,897  | ,511  | ,550  | ,060  | ,604  | ,833  | ,936  | ,874  | ,864  | ,776  | ,396  | ,875  | ,645  | ,618  | ,405  | ,930  | ,558  | ,408  | ,074  | ,628  |
| ЛКЯ   | r  | ,506  | ,486  | ,514  | 1,000 | ,619  | ,710  | ,457  | ,274  | ,309  | ,503  | -,646 | ,306  | ,210  | ,210  | ,322  | ,034  | ,318  | -,168 | ,126  | -,095 | ,096  | ,427  | ,281  | ,234  | -,059 | -,228 | ,285  |
|   | p  | ,046  | ,056  | ,042  |       | ,011  | ,002  | ,075  | ,305  | ,244  | ,047  | ,007  | ,249  | ,435  | ,435  | ,223  | ,901  | ,231  | ,534  | ,643  | ,725  | ,725  | ,099  | ,291  | ,383  | ,828  | ,395  | ,284  |
| ЛКЖ   | r  | ,093  | ,411  | ,754  | ,619  | 1,000 | ,585  | ,482  | ,547  | ,477  | ,364  | -,548 | -,134 | -,118 | -,162 | ,509  | ,169  | -,164 | -,474 | -,242 | -,454 | -,310 | ,019  | ,259  | ,156  | -,082 | -,302 | -,041 |
|   | p  | ,733  | ,114  | ,001  | ,011  |       | ,017  | ,059  | ,028  | ,062  | ,165  | ,028  | ,621  | ,665  | ,550  | ,044  | ,532  | ,543  | ,064  | ,367  | ,077  | ,243  | ,946  | ,332  | ,564  | ,764  | ,256  | ,881  |
| Осм   | r  | ,534  | ,579  | ,549  | ,710  | ,585  | 1,000 | ,752  | ,325  | ,466  | ,716  | -,495 | ,021  | ,290  | ,229  | ,503  | ,224  | ,245  | -,076 | ,080  | -,189 | -,088 | ,409  | ,199  | ,191  | -,337 | -,216 | ,227  |
|   | p  | ,033  | ,019  | ,028  | ,002  | ,017  |       | ,001  | ,220  | ,069  | ,002  | ,051  | ,937  | ,275  | ,394  | ,047  | ,404  | ,360  | ,779  | ,768  | ,483  | ,745  | ,116  | ,459  | ,480  | ,202  | ,422  | ,398  |
| БМ  | r  | ,138  | ,469  | ,290  | ,457  | ,482  | ,752  | 1,000 | ,622  | ,617  | ,721  | -,175 | -,095 | ,156  | ,271  | ,843  | ,482  | ,208  | -,187 | ,142  | -,275 | -,266 | ,166  | ,248  | ,280  | -,273 | ,118  | ,141  |
|   | p  | ,609  | ,067  | ,276  | ,075  | ,059  | ,001  |       | ,010  | ,011  | ,002  | ,518  | ,726  | ,564  | ,309  | ,000  | ,059  | ,439  | ,487  | ,600  | ,302  | ,318  | ,540  | ,355  | ,293  | ,306  | ,664  | ,602  |
| ДЛ  | r  | -,249 | ,179  | -,035 | ,274  | ,547  | ,325  | ,622  | 1,000 | ,585  | ,526  | -,185 | -,276 | -,139 | -,042 | ,929  | ,410  | -,203 | -,534 | -,240 | -,509 | -,489 | -,302 | ,400  | ,362  | ,122  | ,038  | -,016 |
|   | p  | ,352  | ,506  | ,897  | ,305  | ,028  | ,220  | ,010  |       | ,017  | ,036  | ,492  | ,302  | ,607  | ,877  | ,000  | ,115  | ,451  | ,033  | ,370  | ,044  | ,055  | ,256  | ,124  | ,168  | ,652  | ,889  | ,954  |
| СМ  | r  | ,049  | -,161 | ,177  | ,309  | ,477  | ,466  | ,617  | ,585  | 1,000 | ,509  | -,020 | -,271 | ,351  | ,039  | ,673  | ,666  | -,028 | ,023  | ,062  | -,141 | ,023  | ,263  | ,133  | ,045  | -,089 | -,239 | ,227  |
|   | p  | ,856  | ,552  | ,511  | ,244  | ,062  | ,069  | ,011  | ,017  |       | ,044  | ,941  | ,310  | ,182  | ,886  | ,004  | ,005  | ,917  | ,932  | ,820  | ,602  | ,932  | ,325  | ,625  | ,867  | ,743  | ,372  | ,397  |
| КМ  | r  | ,241  | ,437  | ,162  | ,503  | ,364  | ,716  | ,721  | ,526  | ,509  | 1,000 | -,020 | ,051  | ,089  | -,041 | ,625  | ,693  | ,183  | -,105 | ,157  | -,202 | -,076 | ,168  | ,073  | ,353  | -,109 | -,056 | ,117  |
|   | p  | ,369  | ,091  | ,550  | ,047  | ,165  | ,002  | ,002  | ,036  | ,044  |       | ,943  | ,851  | ,744  | ,881  | ,010  | ,003  | ,497  | ,700  | ,562  | ,454  | ,780  | ,535  | ,789  | ,180  | ,689  | ,836  | ,666  |
| С   | r  | -,448 | -,355 | -,479 | -,646 | -,548 | -,495 | -,175 | -,185 | -,020 | -,020 | 1,000 | -,257 | -,184 | -,289 | -,132 | ,529  | -,289 | ,200  | ,042  | ,073  | ,082  | -,097 | -,343 | -,120 | ,122  | ,195  | -,154 |
|   | p  | ,082  | ,177  | ,060  | ,007  | ,028  | ,051  | ,518  | ,492  | ,941  | ,943  |       | ,336  | ,496  | ,278  | ,626  | ,035  | ,278  | ,457  | ,878  | ,788  | ,763  | ,720  | ,193  | ,659  | ,652  | ,469  | ,570  |
| ЦЯ  | r  | ,533  | ,164  | ,140  | ,306  | -,134 | ,021  | -,095 | -,276 | -,271 | ,051  | -,257 | 1,000 | ,342  | ,133  | -,262 | -,272 | ,816  | ,069  | ,256  | ,430  | ,179  | ,176  | ,163  | ,041  | -,113 | -,110 | -,076 |
|   | p  | ,033  | ,543  | ,604  | ,249  | ,621  | ,937  | ,726  | ,302  | ,310  | ,851  | ,336  |       | ,195  | ,623  | ,327  | ,308  | ,000  | ,799  | ,338  | ,096  | ,508  | ,514  | ,547  | ,880  | ,678  | ,685  | ,781  |
| СС  | r  | ,258  | -,037 | -,057 | ,210  | -,118 | ,290  | ,156  | -,139 | ,351  | ,089  | -,184 | ,342  | 1,000 | ,197  | -,031 | ,024  | ,650  | ,685  | ,522  | ,665  | ,615  | ,607  | -,003 | -,079 | -,533 | -,154 | ,126  |
|   | p  | ,334  | ,892  | ,833  | ,435  | ,665  | ,275  | ,564  | ,607  | ,182  | ,744  | ,496  | ,195  |       | ,465  | ,908  | ,929  | ,006  | ,003  | ,038  | ,005  | ,011  | ,013  | ,991  | ,772  | ,033  | ,570  | ,641  |
| СУ  | r  | ,462  | ,121  | -,022 | ,210  | -,162 | ,229  | ,271  | -,042 | ,039  | -,041 | -,289 | ,133  | ,197  | 1,000 | ,092  | -,251 | ,314  | ,103  | ,081  | ,022  | -,045 | ,101  | -,072 | -,299 | -,090 | ,065  | ,171  |
|   | p  | ,071  | ,655  | ,936  | ,435  | ,550  | ,394  | ,309  | ,877  | ,886  | ,881  | ,278  | ,623  | ,465  |       | ,733  | ,349  | ,236  | ,703  | ,766  | ,936  | ,870  | ,710  | ,792  | ,260  | ,739  | ,811  | ,527  |
| БУ1   | r  | -,128 | ,243  | ,043  | ,322  | ,509  | ,503  | ,843  | ,929  | ,673  | ,625  | -,132 | -,262 | -,031 | ,092  | 1,000 | ,478  | -,085 | -,440 | -,103 | -,465 | -,479 | -,135 | ,391  | ,329  | -,017 | ,094  | ,089  |
|   | p  | ,636  | ,363  | ,874  | ,223  | ,044  | ,047  | ,000  | ,000  | ,004  | ,010  | ,626  | ,327  | ,908  | ,733  |       | ,061  | ,755  | ,088  | ,704  | ,070  | ,060  | ,618  | ,134  | ,213  | ,950  | ,729  | ,744  |
| БУ2   | r  | -,181 | ,000  | -,047 | ,034  | ,169  | ,224  | ,482  | ,410  | ,666  | ,693  | ,529  | -,272 | ,024  | -,251 | ,478  | 1,000 | -,119 | ,089  | ,150  | -,140 | ,098  | ,082  | -,158 | ,203  | ,073  | ,045  | ,062  |
|   | p  | ,502  | 1,000 | ,864  | ,901  | ,532  | ,404  | ,059  | ,115  | ,005  | ,003  | ,035  | ,308  | ,929  | ,349  | ,061  |       | ,660  | ,743  | ,580  | ,605  | ,717  | ,762  | ,558  | ,452  | ,788  | ,869  | ,820  |
| БУ3   | r  | ,470  | ,283  | ,077  | ,318  | -,164 | ,245  | ,208  | -,203 | -,028 | ,183  | -,289 | ,816  | ,650  | ,314  | -,085 | -,119 | 1,000 | ,358  | ,513  | ,554  | ,372  | ,356  | ,156  | ,148  | -,279 | ,010  | -,053 |
|   | p  | ,066  | ,289  | ,776  | ,231  | ,543  | ,360  | ,439  | ,451  | ,917  | ,497  | ,278  | ,000  | ,006  | ,236  | ,755  | ,660  |       | ,174  | ,042  | ,026  | ,156  | ,177  | ,564  | ,584  | ,295  | ,970  | ,845  |

|      |   |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Вл   | г | -,016 | -,170 | -,228 | -,168 | -,474 | -,076 | -,187 | -,534 | ,023  | -,105 | ,200  | ,069  | ,685  | ,103  | -,440 | ,089  | ,358  | 1,000 | ,762  | ,767  | ,794  | ,406  | -,593 | -,339 | -,407 | ,083  | ,095  |
|      | р | ,954  | ,530  | ,396  | ,534  | ,064  | ,779  | ,487  | ,033  | ,932  | ,700  | ,457  | ,799  | ,003  | ,703  | ,088  | ,743  | ,174  |       | ,001  | ,001  | ,000  | ,119  | ,015  | ,200  | ,118  | ,761  | ,726  |
| Дост | г | -,067 | ,109  | -,043 | ,126  | -,242 | ,080  | ,142  | -,240 | ,062  | ,157  | ,042  | ,256  | ,522  | ,081  | -,103 | ,150  | ,513  | ,762  | 1,000 | ,710  | ,564  | ,259  | -,515 | -,233 | -,357 | ,161  | ,007  |
|      | р | ,804  | ,689  | ,875  | ,643  | ,367  | ,768  | ,600  | ,370  | ,820  | ,562  | ,878  | ,338  | ,038  | ,766  | ,704  | ,580  | ,042  | ,001  |       | ,002  | ,023  | ,334  | ,041  | ,385  | ,174  | ,552  | ,980  |
| Гед  | г | ,007  | -,231 | -,125 | -,095 | -,454 | -,189 | -,275 | -,509 | -,141 | -,202 | ,073  | ,430  | ,665  | ,022  | -,465 | -,140 | ,554  | ,767  | ,710  | 1,000 | ,779  | ,513  | -,432 | -,309 | -,482 | -,238 | -,154 |
|      | р | ,980  | ,389  | ,645  | ,725  | ,077  | ,483  | ,302  | ,044  | ,602  | ,454  | ,788  | ,096  | ,005  | ,936  | ,070  | ,605  | ,026  | ,001  | ,002  |       | ,000  | ,042  | ,095  | ,244  | ,059  | ,375  | ,570  |
| Стим | г | ,032  | -,213 | -,135 | ,096  | -,310 | -,088 | -,266 | -,489 | ,023  | -,076 | ,082  | ,179  | ,615  | -,045 | -,479 | ,098  | ,372  | ,794  | ,564  | ,779  | 1,000 | ,682  | -,344 | -,016 | -,269 | -,127 | ,149  |
|      | р | ,905  | ,428  | ,618  | ,725  | ,243  | ,745  | ,318  | ,055  | ,932  | ,780  | ,763  | ,508  | ,011  | ,870  | ,060  | ,717  | ,156  | ,000  | ,023  | ,000  |       | ,004  | ,192  | ,954  | ,313  | ,639  | ,581  |
| Сам  | г | ,365  | -,076 | ,223  | ,427  | ,019  | ,409  | ,166  | -,302 | ,263  | ,168  | -,097 | ,176  | ,607  | ,101  | -,135 | ,082  | ,356  | ,406  | ,259  | ,513  | ,682  | 1,000 | ,023  | ,042  | -,475 | -,423 | ,261  |
|      | р | ,164  | ,779  | ,405  | ,099  | ,946  | ,116  | ,540  | ,256  | ,325  | ,535  | ,720  | ,514  | ,013  | ,710  | ,618  | ,762  | ,177  | ,119  | ,334  | ,042  | ,004  |       | ,932  | ,876  | ,063  | ,102  | ,329  |
| Ун   | г | ,198  | ,110  | -,024 | ,281  | ,259  | ,199  | ,248  | ,400  | ,133  | ,073  | -,343 | ,163  | -,003 | -,072 | ,391  | -,158 | ,156  | -,593 | -,515 | -,432 | -,344 | ,023  | 1,000 | ,723  | ,299  | ,122  | ,257  |
|      | р | ,462  | ,686  | ,930  | ,291  | ,332  | ,459  | ,355  | ,124  | ,625  | ,789  | ,193  | ,547  | ,991  | ,792  | ,134  | ,558  | ,564  | ,015  | ,041  | ,095  | ,192  | ,932  |       | ,002  | ,260  | ,653  | ,336  |
| Доб  | г | -,014 | ,295  | -,158 | ,234  | ,156  | ,191  | ,280  | ,362  | ,045  | ,353  | -,120 | ,041  | -,079 | -,299 | ,329  | ,203  | ,148  | -,339 | -,233 | -,309 | -,016 | ,042  | ,723  | 1,000 | ,340  | ,384  | ,282  |
|      | р | ,958  | ,267  | ,558  | ,383  | ,564  | ,480  | ,293  | ,168  | ,867  | ,180  | ,659  | ,880  | ,772  | ,260  | ,213  | ,452  | ,584  | ,200  | ,385  | ,244  | ,954  | ,876  | ,002  |       | ,198  | ,142  | ,290  |
| Град | г | ,013  | -,117 | -,222 | -,059 | -,082 | -,337 | -,273 | ,122  | -,089 | -,109 | ,122  | -,113 | -,533 | -,090 | -,017 | ,073  | -,279 | -,407 | -,357 | -,482 | -,269 | -,475 | ,299  | ,340  | 1,000 | ,267  | ,232  |
|      | р | ,961  | ,666  | ,408  | ,828  | ,764  | ,202  | ,306  | ,652  | ,743  | ,689  | ,652  | ,678  | ,033  | ,739  | ,950  | ,788  | ,295  | ,118  | ,174  | ,059  | ,313  | ,063  | ,260  | ,198  |       | ,317  | ,388  |
| Кон  | г | -,253 | ,206  | -,459 | -,228 | -,302 | -,216 | ,118  | ,038  | -,239 | -,056 | ,195  | -,110 | -,154 | ,065  | ,094  | ,045  | ,010  | ,083  | ,161  | -,238 | -,127 | -,423 | ,122  | ,384  | ,267  | 1,000 | ,361  |
|      | р | ,345  | ,443  | ,074  | ,395  | ,256  | ,422  | ,664  | ,889  | ,372  | ,836  | ,469  | ,685  | ,570  | ,811  | ,729  | ,869  | ,970  | ,761  | ,552  | ,375  | ,639  | ,102  | ,653  | ,142  | ,317  |       | ,169  |
| Без  | г | ,417  | -,217 | -,131 | ,285  | -,041 | ,227  | ,141  | -,016 | ,227  | ,117  | -,154 | -,076 | ,126  | ,171  | ,089  | ,062  | -,053 | ,095  | ,007  | -,154 | ,149  | ,261  | ,257  | ,282  | ,232  | ,361  | 1,000 |
|      | р | ,108  | ,420  | ,628  | ,284  | ,881  | ,398  | ,602  | ,954  | ,397  | ,666  | ,570  | ,781  | ,641  | ,527  | ,744  | ,820  | ,845  | ,726  | ,980  | ,570  | ,581  | ,329  | ,336  | ,290  | ,388  | ,169  |       |