

Научная статья

УДК 316.6+159.9

## ПРЕОДОЛЕВАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ ИХ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В СОВРЕМЕННЫХ ГЕОПОЛИТИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

**Иван Викторович Малышев**

Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени  
Н. Г. Чернышевского, Саратов, Россия  
iv.999@list.ru

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема стрессоустойчивости личности военнослужащих российской армии в контексте преодолевающего поведения. Анализируются результаты эмпирического исследования, в котором раскрывается зависимость основных копинг-стрессовых стратегий личности военнослужащих от уровня их стрессоустойчивости. Так, военнослужащие с высоким уровнем резистентности к стрессам в основном выбирают более эффективные стратегии преодолевающего поведения в стрессе по сравнению с военнослужащими с низким уровнем стрессоустойчивости. Показана необходимость выработки эффективных копинг-стратегий и повышения стрессоустойчивости военнослужащих в современных условиях действительности.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, стрессоустойчивость военнослужащих, преодолевающее поведение

**Для цитирования:** Малышев И.В. Преодолевающее поведение личности военнослужащих в зависимости от уровня их стрессоустойчивости в современных геополитических условиях // Вестник Военной академии войск национальной гвардии. 2024. № 4 (29). С. 110–119. URL: <https://vestnik-spvi.ru/2024/12/011.pdf>.

Original article

## OVERCOMING PERSONALITY BEHAVIOR OF MILITARY PERSONNEL DEPENDING ON THE LEVEL OF THEIR RESISTANCE TO STRESS UNDER MODERN GEOPOLITICAL CONDITIONS

**Ivan V. Malyshev**

Saratov national research state university named after N.G. Chernyshevskiy, Saratov, Russia  
iv.999@list.ru

**Abstract.** The article studies the problem of stress-resistant personality of Russian army soldiers in the context of overcoming behavior. The results of an empirical study are analyzed, in which the dependence of the main coping-stress strategies of the personality of military personnel on the level of their stress resistance is revealed. Thus, military personnel with a high level of stress resistance generally choose more effective strategies for overcoming stress behavior compared to military personnel with a low level of stress resistance. The necessity of developing effective coping strategies and increasing the stress resistance of military personnel in modern conditions of reality is shown.

**Keywords:** coping-strategies, stress resistance of military personnel, overcoming behavior

**For citation:** Malyshev I.V. Overcoming personality behavior of military personnel depending on the level of their resistance to stress under modern geopolitical conditions. Vestnik Voennoj akademii vojsk nacional'noj gvardii. 2024;4(29): 110–119. (In Russ.). Available from: <https://vestnik-spvi.ru/2024/12/011.pdf>.

© Малышев И.В., 2024

### Введение

Современное российское общество переживает значительные изменения в условиях глобальных социально-политических и экономических процессов, сопутствующих кризисных явлений в мире, что, несомненно, оказывает влияние на личность отдельного человека и ее взаимо-

действие с окружающими. В этой связи в научных исследованиях стали более актуальными проблемы, имеющие отношение к стрессоустойчивости и адаптивности личности, эффективности ее взаимодействия в разных условиях профессиональной деятельности. Существенное значение данная проблематика приобретает в во-

енной области, а именно при изучении личности и ее адапционных составляющих у военнослужащих российской армии в совершенно новых геополитических условиях. В частности, это связано с усилением в российском обществе роли армии и личности военного в условиях специальной военной операции, необходимости внедрения передовых психотехнологий, раскрывающих адапционные возможности личности современного военного, его эмоциональной устойчивости, способности преодолевать различные негативные воздействия среды и т. д.

#### **Основные положения**

В настоящее время изучение преодоления поведения и резистентности к стрессам военнослужащих российской армии становится еще более актуальным и затрагивает самые разные области психологического знания, а именно социальной психологии личности и экстремальной психологии. Здесь подчеркивается значимость социально-психологических явлений в воинской среде, построение позитивных взаимоотношений и боевой слаженности, укрепления морально-психологического климата и т. д. Повышение устойчивости личности к стрессовому воздействию и эффективное преодоление сложных жизненных ситуаций сегодня невозможно без учета всех факторов, и особенно социально-психологических. Это непосредственно влияет на боеспособность российской армии и эффективность взаимодействия военнослужащих в экстремальных условиях.

В этой связи существенное значение имеет раскрытие данных явлений отечественными и зарубежными учеными, а именно эмоциональной, стрессовой устойчивости личности, а также способности ее преодолевать сложные стрессовые ситуации. Так, С. В. Субботин рассматривает «стрессоустойчивость» как совокупность некоторых составляющих данного понятия, а именно фрустрационная и эмоциональная устойчивость к стрессу, стресс-резистентность [1].

Б. Х. Варданян, определяя «стрессоустойчивость» как социально-психологическое явление, опирается в этой связи на свойство личности, обеспечивающее гармоничное проявление психической деятельности в эмоциогенной ситуации, которое способствует при этом успешному деятельному процессу [2]. Н. Н. Данилова трактует данное понятие как способность переносить нагрузки, а также

адекватно решать задачи в условиях экстремальных жизненных ситуаций [3]. О. А. Черникова утверждает, что стрессоустойчивость представляет собой направленность переживания эмоций на адекватное решение стоящих перед личностью задач [4]. Еще один исследователь Е. А. Милерян понимает под стрессоустойчивостью умение человека проявлять контролирование эмоций и эмоциональную устойчивость личности [5].

В работах П. Б. Зильбермана, посвященных изучению стрессоустойчивости, дается характеристика одной из составляющих данного явления. Так, по мнению ученого, данный феномен может принимать иррациональные формы, для которых характерно отсутствие адекватного восприятия и соответствующего отражения ситуации в результате недостаточной приспособляемости и гибкости. Достижение необходимой цели в условиях сложной мотивной обстановки требует проявления в совокупности различных компонентов личностных характеристик: волевого, интеллектуального, эмоционального, мотивационного. Способность личности к такому поведению характеризуется как стрессоустойчивость [6].

Набор позитивных социально-психологических и индивидуальных характеристик повышает адапционные возможности личности и способствует в целом эмоциональной устойчивости [7].

По мнению А. О. Прохорова, стрессовая ситуация оказывает значительное влияние на личность, в результате чего появляются новые личностные образования в виде новых ценностей, изменения отношения к окружающим, возникновения осмысленности жизни и т. д. [8].

Зарубежные ученые определенные характеристики человека рассматривают с позиции присущих личности эмоциональных механизмов, позволяющих справиться со стрессом. Такие механизмы в психологической науке определяются понятием «копинг-стратегии». Термином «coping» обозначают попытку трансформации существующей ситуации, угрожающей для индивидуума, в новую ситуацию, которая не будет представлять опасность для человека. Этот термин был введен впервые Л. Мерфи в 1962 году и понимался автором как стремление личности к разрешению различных проблемных ситуаций. Основоположники другого подхода к определению копинга, Р. Лазарус и С. Фолькман, рассматривают копинг как динамический процесс, специфика которого

определяется многими факторами и зависит не только от ситуации, но и от стадии развития конфликта [9].

Наиболее адаптивными копинг-стратегиями являются те, которые направлены на разрешение проблемной ситуации и которые по своей природе несут «активность» [10].

А. К. Акименко также полагает, что адаптивными или позитивными копинг-стратегиями являются те, которые предполагают активные действия со стороны индивида и направлены на решение проблемы с использованием личностных ресурсов [11].

По мнению Е. В. Куприянчук, для совладания со стрессом человек применяет выработанные им копинг-стратегии, исходя из собственного опыта, при этом они могут быть адаптивными и неадаптивными или относительно адаптивными [12].

А. М. Митина полагает, что главная задача совладающего поведения заключается в том, чтобы обеспечить возможность подготовки и применения наиболее эффективных механизмов совладания. Адекватное совладающее поведение, в свою очередь, раскрывает потенциальные возможности человека, способствует гибкому реагированию в соответствии с произвольным выбором формы активного, реалистичного поведения [13]. Таким образом, копинг-стратегии определяются психологическими особенностями и личностными характеристиками.

В современных исследованиях социально-психологических характеристик личности военнослужащих, во взаимосвязи с ценностно-мотивационной сферой, совокупность этих компонентов выступает важной детерминантой готовности к изменению служебной ситуации [14]. Особого внимания заслуживает проблема гражданской идентичности военнослужащих, обладающих разными адаптивными способностями [15], а также поведенческие характеристики агрессивности будущих военнослужащих [16].

Стрессоустойчивость и адаптированность определяют успешность в профессиональной деятельности, особенно это проявляется на военной службе.

Раскрытие потенциальных возможностей, определение путей и способов их повышения – задачи, которые в психологической науке решаются посредством изучения этих важных характеристик личности. Так, исследования Р. М. Шамионова содержат не только теоретический анализ структуры адапционной готовности личности, но и пути практического применения [17].

Сегодня особый интерес представляют комплексные исследования, направленные на изучение адапционных возможностей и непосредственно стратегий преодолевающего поведения на примере военнослужащих. Исследования в этой области ещё не обладают достаточной глубиной и фундаментальностью, подчас носят фрагментарный характер. Также из анализа литературы следует, что существует определенный дефицит эмпирических исследований по обобщению знаний о взаимосвязи стрессоустойчивости и копинг-стратегий личности.

Так, в процессе служебной деятельности, где отчетливо проявляются социально-психологические явления и разнообразные проявления личности, целесообразно изучение преодолевающего поведения военнослужащих с точки зрения их профессиональной направленности и профессиональной социализации [18]. В этой связи динамика копинг-стратегий курсантов-военнослужащих в условиях профессиональной социализации раскрывается в работах А. В. Созонника [19].

Изучение адаптации и стрессоустойчивости целесообразно проводить во взаимосвязи с другими проявлениями психологических характеристик личности. Так, в исследованиях Р. А. Терехина готовность военных к изменению ситуаций в рамках служебной деятельности определяется нервно-психической устойчивостью личности [20]. В наших исследованиях подчеркивается роль адаптивности личности и стратегий преодолевающего поведения в процессе профессиональной социализации: на разных этапах профессиональной социализации личности существенную роль в предпочтении стратегий копинг-поведения играет уровень ее адаптированности и резистентности к стрессам [21].

Учитывая высокую стрессогенность профессии военного, на передний план исследований выходит проблематика личности и преодолевающего поведения военнослужащих в контексте её стрессоустойчивости. Согласно представлениям большинства ученых в области психологии военные, как представители наиболее экстремальной профессии, более всего подвержены воздействию негативной стрессовой среды. Исходя из этого, изучение их социально-психологических и индивидуальных личностных свойств в настоящее время особенно актуально.

Тем самым актуальность данной проблематики в сложнейших условиях, кото-

рое переживает российское общество при нарастающем давлении западных стран, а именно изучение преодолевающего поведения военнослужащих в зависимости от уровня их стрессоустойчивости определяет цель и гипотезу нашего эмпирического исследования.

**Материалы и методы исследования**

**Результаты исследования и их обсуждение**

На первом этапе эмпирического исследования изучалась стрессоустойчивость личности военнослужащих, а именно: ее уровень и основные характеристики. Для этого испытуемым была предложена методика изучения стрессоустойчивости Н. В. Киршевой и Н. В. Рябчиковой.

По результатам данного исследования видно, что у большинства испытуемых-военнослужащих уровень стрессоустойчивости в основном выше среднего и высокий – 50 военнослужащих (41,6 %), 34 военнослужащих имеют значения устойчивости к стрессу ниже среднего и низкие (28,3 %). Средний уровень (в пределах нормы) характерен для 36 испытуемых (30 %). В целом, преобладает хороший уровень устойчивости к стрессам. Однако этот показатель ещё не позволяет в полной мере сказать о позитивных тенденциях в стрессоустойчивости и адаптации военнослужащих. То есть в данной группе возможны снижения уровня устойчивости к стрессам. В пользу этого говорят и сниженные показате-

ли устойчивости к стрессу у 28 % испытуемых. Несмотря на это значительная часть выборки военнослужащих обладает хорошим адаптационным потенциалом и достаточна устойчива к негативным стрессовым воздействиям. Среднее арифметическое значение результата стрессоустойчивости у военнослужащих находится в пределах нормы – 41.

Исходя из результатов исследования копинг-стратегий личности, у испытуемых с разными проявлениями стрессоустойчивости заметно, что для большинства военнослужащих характерен копинг, ориентированный на решение проблемных ситуаций. Так, у 38,3 % (46 военнослужащих) выявлен высокий уровень данной стратегии поведения. Далее следует копинг с ориентацией на избегание проблемных ситуаций (38 военнослужащих). Высокий уровень данного копинга характерен для 31,6 % испытуемых. На последней позиции находится стратегия приспособительного поведения с ориентацией на эмоции (36 испытуемых). У 30 % военнослужащих выявлен высокий уровень данного копинга.

Для дальнейшего проведения сравнительного анализа преодолевающего поведения, в соответствии с полученными ранее результатами изучения стрессоустойчивости, были выбраны 2 группы военнослужащих с крайними значениями: с высоким (32 испытуемых) и низким уровнем (26 испытуемых) стрессоустойчивости (Таблица 1).

Таблица 1 – Характеристика стрессоустойчивости военнослужащих

Table 1 – Characteristics of stress resistance of military personnel

Уровень устойчивости к стрессам военнослужащих	1-я группа военнослужащих (высокий уровень резистентности к стрессам)	2-я группа военнослужащих (низкий уровень резистентности к стрессам)
Средние значения	47	32

Далее изучались основные копинг-стрессовые стратегии у военнослужащих с высоким (1 группа) и низким (2 группа) уровнем стрессоустойчивости. По результатам исследования видно, что в 1-й группе военнослужащих (высокая резистентность к стрессам) доминирование копинг-стратегии «Ориентация на решение задачи» присутствует у 22 испытуемых (68,7 %), копинг «Ориентация на эмоции» определён как ведущий у 6 военнослужащих (18,7 %). Копинг «Ориентация на избегание проблем» выявлен как доминирующий только у четырех испытуемых (12,5 %) военнослужащих.

У военнослужащих 2 группы (низкая резистентность к стрессам) ведущая копинг-стратегия «Ориентация на решение задачи» не выявлена, копинг «Ориентация на эмоции» как доминирующий обнаружен у 4 испытуемых (15,3 %), а копинг «Избегание» у 22 военнослужащих (84,6 %).

Таким образом, у военнослужащих с высокой резистентностью к стрессам доминирующим в группе является копинг «Ориентация на решения задачи», а копинг «Избегание» выявлен только у четырех испытуемых данной группы. У военнослужащих с низкой резистентностью к стрессам доминирующим является копинг «Избегание проблем», а копинг

«Ориентация на решение задачи» не выявлен у испытуемых в данной группе. Приведем анализ средних значений копинг-стратегий у испытуемых двух групп военнослужащих (рисунок).

Данный анализ показывает, что у испытуемых 1-й группы военнослужащих доминирующим копингом является копинг «Ориентация на решение задачи», а у испытуемых 2-й группы – копинг «Ориентация на избегание» (Таблица 2).

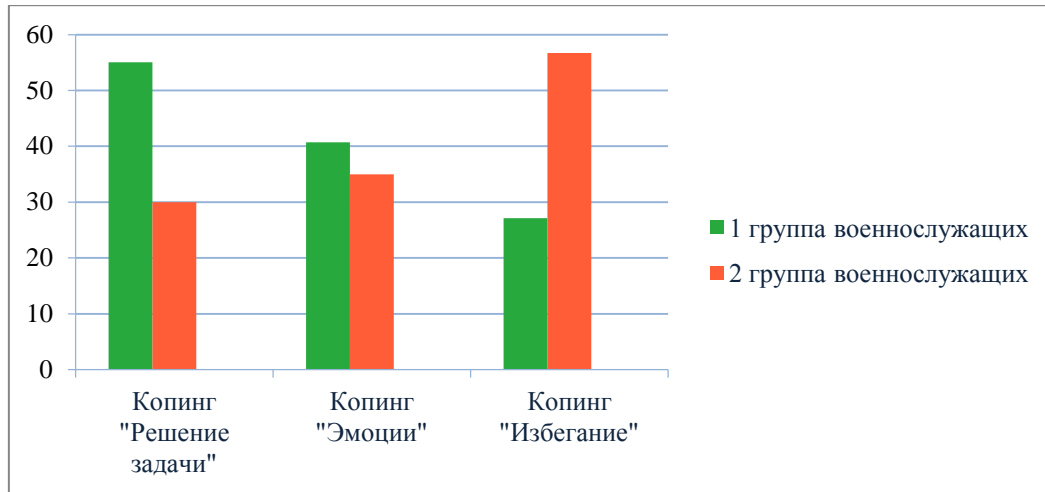


Рисунок – Основные копинг-стратегии у военнослужащих с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости

Figure – The main coping strategies of military personnel with a high and low level of stress resistance

Таблица 2 – Характеристика основных копинг-стратегий у военнослужащих с разным уровнем стрессоустойчивости

Table 2 – Characteristics of the main coping strategies in military personnel with different levels of stress resistance

Основные копинг-стратегии (сред. значения)	1-я группа военнослужащих (высокий уровень стрессоустойчивости)	2-я группа военнослужащих (низкий уровень стрессоустойчивости)
Копинг «Ориентация на решение задачи»	55,05	30
Копинг «Ориентации на эмоции»	40,7	35
Копинг «Ориентации на избегание»	27,15	56,7

Из результатов исследования видно, что среднее значение по копингу «Решение задачи» у испытуемых 1-й группы (высокая устойчивость к стрессам) оказался равен 55,05, а у испытуемых 2-й группы (низкий уровень устойчивости к стрессам) – 30. У испытуемых данной группы эта копинг-стратегия является доминирующей (Таблица 2).

По копингу «Эмоции» у испытуемых-военнослужащих 1-й группы среднее значение оказалось равно 40,7, а среднее значение у испытуемых-военнослужащих

2-й группы – 35. По результатам копинга «Избегание» получен средний балл у испытуемых 2-й группы (низкая стрессоустойчивость) – 27,15, а у испытуемых 1-й группы (высокая стрессоустойчивость) – 56,7. У испытуемых из 1-й группы военнослужащих данная копинг-стратегия является доминирующей.

Дополнительно для более точного определения способностей военнослужащих к преодолевающему поведению анализировались результаты по методике SACS (Таблица 3).

Таблица 3 – Копинг-стратегии по методике SACS у военнослужащих с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости

Table 3 – Coping strategies according to the SACS method in military personnel with high and low levels of stress resistance

Показатели (сред. ариф. значения) копинга	«ассертивные действия»	«вступления в социальный контакт»	«поиск социальной поддержки»	«осторожные действия»	«импульсивные действия»	«избегание»	«манипулятивные действия»	«асоциальные действия»	«агрессивные действия»
Военнослужащие с высокой стрессоустойчивостью	20	24	24,8	21	19	14	16	10	11,8
Военнослужащие с низкой стрессоустойчивостью	11,5	13,8	21	22,5	19	17	23	22,3	20,7

Исходя из полученных результатов исследования, следует, что для большинства испытуемых с низкой стрессоустойчивостью свойственны стратегии поведения, повышающие риски дезадаптации и ещё более снижающие резистентность личности к стрессам. Это «агрессивные действия», «асоциальные действия» и «непредсказуемые действия», значения которых значительно выше, чем у военнослужащих с хорошим уровнем устойчивости к стрессам, и превышают средние значения. При этом у испытуемых с низкой стрессоустойчивостью снижены показатели таких конструктивных стратегий преодолевающего поведения, как «ассертивные действия», «вступления в социальный контакт», «поиск социальной поддержки». Напротив, у военнослужащих с высокой и хорошей резистентностью к стрессам данные копинг-

стратегии имеют значительно более высокие показатели.

Далее был проведен сравнительный анализ зависимости копинг-стрессовых стратегий от стрессоустойчивости личности у военнослужащих с высоким и низким уровнем резистентности к стрессам. Для этого использовались такие методы математической статистики, как параметрический критерий различий Т. Стьюдента и непараметрический критерий Манна – Уитни.

В процессе анализа результатов исследования по методике определения копинг-поведения в стрессовых ситуациях в адаптации Т. А. Крюковой обнаружены значимые различия по основным стратегиям преодолевающего поведения у военнослужащих с высоким и низким уровнем резистентности к стрессовому воздействию.

Таблица 4 – Сравнительный анализ копинг-стратегий у военнослужащих с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости (статистические показатели)

Table 4 – Comparative analysis of coping strategies in military personnel with high and low levels of stress resistance (statistical indicators)

	Т-критерий Стьюдента	Критерий Манна-Уитни (U)
Копинг «Решение задачи»	18,4**	0,0**
Копинг «Эмоции»	2,3*	123,5*
Копинг «Избегание»	16,4**	0,0**

p<0,05\* p<0,01\*\*

По результатам исследования заметны различия показателей копинг-стратегий испытуемых-военнослужащих с разным проявлением стрессоустойчивости по параметрическому и непараметрическому критерию (Таблица 4). То есть обнаруживается за-

висимость копинг-стратегий от уровня резистентности к стрессам в 2 группах военнослужащих. Там, где уровень резистентности к стрессам выше (в нашем случае это – первая группа военнослужащих), доминирующей у большинства военнослужащих

является стратегия поведения с ориентацией на решение задачи, далее идет копинг с ориентацией на эмоции. Напротив, во второй группе, где уровень резистентности к стрессам низкий (военнослужащих второй группы), испытуемые, в основном, предпочитают копинг, направленный на избегание проблем, далее следуют военнослужащие, кто в основном ориентируется на решение

проблем посредством эмоциональных переживаний.

Полученные результаты подтверждаются сравнительным анализом результатов данных копинг-стратегий у групп испытуемых с высоким и низким уровнем резистентности к стрессам по методике SACS с использованием статистических критериев (Таблица 5).

Таблица 5 – Преодолевающие стратегии поведения по методике SACS у групп

Table 5 – Coping strategies of behavior according to the SACS method in groups

Преодолевающие стратегии по методике SACS	«ассертивные действия»	«вступления в социальный контакт»	«поиск социальной поддержки»	«осторожные действия»	«импульсивные действия»	«избегание»	«манипулятивные действия»	«асоциальные действия»	«агрессивные действия»
T-критерий Стьюдента	6,7**	9,5**	0,6	-0,1	0,3	-2,5*	-5,4**	-10**	-6,3**
Критерий Манна-Уитни (U)	102**	89**	183	-154	165	-131*	-110**	-95**	-97**

p<0,05\* p<0,01\*\*

Здесь обнаружены статистически значимые различия по нескольким показателям копинга. Например, сюда относятся такие компоненты преодолевающего поведения, как ассертивные действия, вступления в социальный контакт, асоциальные действия и другие. Обнаруженные различия подтверждают ранее полученные результаты и говорят о риске дезадаптивных проявлений, частых аффективных вспышек, агрессивного поведения и трудностей в социальных контактах у военнослужащих с низкой стрессоустойчивостью.

### Заключение

Исходя из полученных результатов, можно сказать, что военнослужащие в целом показывают хороший и средний уровень устойчивости к стрессовым воздействиям (более 70 % испытуемых). Данные результаты согласуются с выбором определенных стратегий преодолевающего поведения, то есть в основном преобладают такие позитивные копинг-стратегии, как ориентация на решение задачи, «ассертивные действия», «вступления в социальный контакт» и менее всего у военнослужащих выражены малопродуктивные преодолевающие стратегии, направленные на избегание проблем, агрессивные, асоциальные действия и т. д.

В процессе эмпирического исследования обнаружено, что военнослужащие с

высокой стрессоустойчивостью в качестве ведущей стратегии преодолевающего поведения используют более эффективный и адаптивный копинг, направленный на решение проблемной ситуации и другие позитивные копинги (ассертивный). Следующий по порядку следует копинг с ориентацией на эмоции. В то же время военнослужащие со сниженной устойчивостью к стрессам выбирают в основном копинг с ориентацией на избегание или эмоции, а также другие менее позитивные и неконструктивные стратегии преодолевающего поведения («агрессивные действия», «асоциальные действия» и «непредсказуемые действия»). Полученные результаты отражены в типологическом анализе военнослужащих с разной стрессоустойчивостью. Так, определены статистически значимые различия по большинству копинг-стрессовых стратегий у военнослужащих с разным уровнем психоэмоциональной устойчивости к стрессовому воздействию (две применяемые методики в эмпирическом исследовании).

В целом результаты эмпирического исследования качественно-количественного и статистического анализа данных указывают на зависимость стратегий преодолевающего поведения (определенности их выбора) у военнослужащих от уровня и характеристик их резистентности личности к

стрессовому воздействию. То есть высокий или низкий уровень стрессоустойчивости тех или иных военнослужащих влияет на выбор ими эффективной или, напротив, малопродуктивной копинг-стратегии в стрессовых ситуациях. В свою очередь от выбора конкретной стратегии преодолевающего поведения, ее эффективности зависят и психоэмоциональные составляющие и уровень стрессоустойчивости личности военнослужащих.

Как показывают результаты эмпирического исследования, можно сказать о необходимости выработки рекомендаций по профилактике и коррекции, направленных на улучшение определенных социально-психологических составляющих личности военнослужащих, повышения их стрессоустойчивости, выбора ими более адекватных ситуации и проблемам копинг-стратегий. С этой целью целесообразно

использование разработанных психокоррекционных программ, реализуемых в процессе социально-психологического тренинга. Также желательно проведение комплексной диагностики на выявление негативных изменений в личности, использование социально-психологических опросов для оценки психоэмоционального состояния военнослужащих и применения мер просветительского характера по снижению негативного воздействия стрессов. В целом формирование позитивного настроения в профессиональной группе, постоянный мониторинг психологической атмосферы в коллективе, создание условий совместно с руководством, способствующих здоровой психологической атмосфере – всё это позволит улучшить адаптационные возможности личности военнослужащих, их стрессоустойчивость.

#### **Список источников**

1. Субботин С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристика метаиндивидуальности учителя: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. Субботин Сергей Васильевич. Пермь, 1992. 152 с.
2. Варданян Б. Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. М., 1983. С. 542–543.
3. Данилова Н. Н. Психофизиология. М. : Аспект пресс, 2001. 372 с.
4. Черникова О. А. Исследования эмоциональной устойчивости как важнейшего показателя психологической подготовленности спортсмена к соревнованиям // Психологические вопросы спортивной тренировки. М. : ФиС, 1967. С. 3–13.
5. Милерян Е. А. Психология формирования общетрудовых политехнических умений. М. : Педагогика, 1973. 299 с.
6. Зильберман П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора // Очерки психологии труда оператора. М. : Наука, 1974. С. 138–172.
7. Реан А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК. 2006. 479 с.
8. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. М. : ПЕР СЭ. 2005. 352 с.
9. Lazarus R. S. Stress, appraisal and coping. N. Y. : Springer Publishing House, 1984. 141 p.
10. Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach // J. of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 56. P. 267–283. EDN: HIVDBJ.
11. Акименко А. К. Стратегии адаптивного поведения молодежи и их характеристика // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2014. Т. 3. Вып. 1. С. 63–74.
12. Куприянчук Е. В. Особенности влияния на копинг-поведение социально-неодобряемой профессиональной деятельности // Научное обозрение: Гуманитарные исследования. 2014. № 3. С. 40–48. EDN: SEESMD.
13. Митина Л. М. Учитель как личность и профессионал // Психологические проблемы. М. : «Дело». 1994. 216 с.
14. Шамионов Р. М. Ценностные факторы готовности к изменению служебной ситуации военнослужащих на разных этапах военной социализации / Р. М. Шамионов, Р. А. Терехин // Известия Саратовского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2017. Т. 17. Вып. 3. С. 324–333. EDN: ZTUNPR.
15. Константинов В. В. Социальная идентичность военнослужащих и их адаптация к воинской среде / В. В. Константинов, В. В. Дьяков // Теория и практика общественного развития. 2014. № 9. С. 39–42. EDN: SGZPKP.

16. Никитенко П. Д. Становление агрессивных поведенческих характеристики субъекта военно-профессиональной деятельности / П. Д. Никитенко, С. В. Лычагина // Научное мнение. 2023. № 4. 20–25.

17. Шамионов Р. М. Структура адаптационной готовности личности // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 16. № 4. С. 454–458. EDN: XWOMCL.

18. Созонник А. В. Стратегии преодолевающего поведения курсантов военного вуза с различной профессиональной направленностью личности // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. 2011. № 2(50). С. 226–230. EDN NYIRED.

19. Созонник А. В. Особенности преодолевающего поведения курсантов военного вуза в условиях профессиональной социализации // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2010. Т. 10. № 4. С. 88–92. EDN NDDWBR.

20. Терехин Р. А. Взаимосвязь нервно-психической устойчивости и готовности к изменению служебной ситуации курсантов военного вуза // Новое в психолого-педагогических исследованиях. 2017. № 1(45). С. 119–125. EDN YTWHP.

21. Малышев И. В. Социально-психологическая адаптация личности и стратегии копинг-поведения учителей школ в процессе профессиональной социализации // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2013. Т. 2. Вып. 1(5). С. 30–34. EDN: RODCKX.

## References

1. Subbotin S. V. Ustojchivost' k psihicheskomu stressu kak harakteristika metaindividual'nosti uchitelya: dis. ...kand. psihol. nauk: 19.00.01. Subbotin Sergej Vasil'evich. Perm', 1992. 152 s. (In Russ.).

2. Vardanyan B. H. Mekhanizmy regulyacii emocional'noj ustojchivosti // Kategorii, principy i metody psihologii. Psihicheskie processy. M., 1983. S. 542–543. (In Russ.).

3. Danilova N. N. Psihofiziologiya. M. : Aspekt press, 2001. 372 s. (In Russ.).

4. Chernikova O. A. Issledovaniya emocional'noj ustojchivosti kak vazhnejshogo pokazatelya psihologicheskoy podgotovlennosti sportsmena k sorevnovaniyam // Psihologicheskie voprosy sportivnoj trenirovki. M. : FIS, 1967. S. 3–13. (In Russ.).

5. Mileryan E. A. Psihologiya formirovaniya obshchetrudovyh politekhnicheskikh umenij. M. : Pedagogika, 1973. 299 s. (In Russ.).

6. Zil'berman P. B. Emocional'naya ustojchivost' operatora // Ocherki psihologii truda operatora. M. : Nauka, 1974. S. 138–172. (In Russ.).

7. Rean A. A. Psihologiya adaptacii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika / A. A. Rean, A. R. Kudashev, A. A. Baranov. SPb. : Prajm-EVROZNAK. 2006. 479 s. (In Russ.).

8. Prohorov A. O. Samoregulyaciya psihicheskikh sostoyanij: fenomenologiya, mekhanizmy, zakonomernosti. M. : PER SE. 2005. 352 s. (In Russ.).

9. Lazarus R. S. Stress, appraisal and coping. N. Y. : Springer Publishing House, 1984. 141 p. (In Russ.).

10. Carver C. S., Scheier M. F., Weintraub J. K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach // J. of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 56. P. 267–283. EDN: HIVDBJ. (In Russ.).

11. Akimenko A. K. Strategies of adaptive behavior of young people and their characteristics // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Akmeologiya obrazovaniya. Psihologiya razvitiya. 2014. T. 3. Vyp. 1: 63–74. (In Russ.).

12. Kuprianchuk E. V. Features of the Influence of Socially Disapproved Professional Activity on Coping Behavior // Nauchnoe obozrenie: Gumanitarnye issledovaniya. 2014;3: 40–48. EDN: SEESMD. (In Russ.).

13. Mitina L. M. Uchitel' kak lichnost' i professional // Psihologicheskie problemy. M. : «Delo». 1994. 216 s. (In Russ.).

14. SHamionov R. M. Value Factors of Readiness to Change the Service Situation of Servicemen at Different Stages of Military Socialization / R. M. SHamionov, R. A. Terekhin // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Seriya: Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika. 2017. T. 17. Vyp. 3: 324–333. EDN: ZTUNPR. (In Russ.).

15. Konstantinov V. V. Social Identity of Servicemen and Their Adaptation to the Military Environment / V. V. Konstantinov, V. V. D'yakov // Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya. 2014;9: 39–42. EDN: SGZPKP. (In Russ.).

16. Nikitenko P. D. Formation of aggressive behavioral characteristics of the subject of military professional activity / P. D. Nikitenko, S. V. Lychagina // Nauchnoe mnenie. 2023;4: 20–25. (In Russ.).

17. SHamionov R. M. The structure of the adaptive readiness of the individual // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika. 2016. T. 16;4: 454–458. EDN: XWOMCL. (In Russ.).

18. Sozonnik A. V. Strategies of overcoming behavior of cadets of a military university with different professional orientation of the personality // Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta MVD Rossii. 2011;2(50): 226–230. EDN NYIRED. (In Russ.).

19. Sozonnik A. V. Features of Overcoming Behavior of Cadets of a Military University in the Conditions of Professional Socialization // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya: Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika. 2010. T. 10;4: 88–92. EDN NDDWBR. (In Russ.).

20. Terekhin R. A. The relationship between nervous and mental stability and readiness to change the service situation of cadets of a military university // Novoe v psihologo-pedagogicheskikh issledovaniyah. 2017;1(45): 119–125. EDN YTWHP. (In Russ.).

21. Malyshev I. V. Socio-Psychological Adaptation of the Personality and Coping Behavior Strategies of School Teachers in the Process of Professional Socialization // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Akmeologiya obrazovaniya. Psihologiya razvitiya. 2013. T. 2. Vyp. 1(5): 30–34. EDN: RODCKX. (In Russ.).

### **Информация об авторах**

**И. В. Малышев** – кандидат психологических наук, доцент

Статья поступила в редакцию 16.10.2024;  
одобрена после рецензирования 07.11.2024;  
принята к публикации 23.12.2024.

### **Information about the authors**

**I. V. Malyshev** – Candidate of Sciences (Psychology), Docent

The article was submitted 16.10.2024;  
approved after reviewing 07.11.2024;  
accepted for publication 23.12.2024.