

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования

«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»

Республиканский конкурс научных работ студентов высших учебных  
заведений Республики Беларусь

Секция: Психология ... Педагогическая и коррекционная психология

**ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК ФАКТОР УСПЕШНОГО СОВЛАДАНИЯ С  
ТРУДНЫМИ СИТУАЦИЯМИ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ**

Работу выполнила:

Довгалюк Елена Сергеевна

студентка

**Научный руководитель:**

Кандидат психологических наук,

доцент Гончарова С.С.

Минск 2011

## РЕФЕРАТ

Работа 60 с., 2 ч., 1 рис., 6 табл., 42 источника, 2 приложения.

Жизнестойкость, совладающее поведение, психологическое благополучие.

*Объектом* исследования является совладание с трудными ситуациями.

*Предмет* исследования – жизнестойкость как фактор успешного совладания с трудными ситуациями у курсантов военного ВУЗа.

*Цель* работы – изучение жизнестойкости как фактора успешности совладания с трудными ситуациями у курсантов военного вуза

*Гипотеза* исследования: курсанты с высоким уровнем жизнестойкости имеют высокий уровень психологического благополучия и успешно совладают с трудными ситуациями, используя продуктивные стратегии совладания, в частности проблемно-ориентированный копинг.

*Методологический* основой исследования являются:

- подход С. Мадди, в рамках которого жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности, включает в себя три сравнительно самостоятельных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска;

- транзактная теория копинга и стресса Р.Лазаруса, рассматривающая «копинг стресса» как процесс постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними и/или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека,

- многомерная модель психологического благополучия К.Рифф, разработанная в рамках эдемонистического подхода, где психологическое благополучие рассматривается как полная самореализация человека в конкретных жизненных условиях и обстоятельствах.

Исследование позволяет прояснить научный взгляд на природу жизнестойкости в связи с совладающим поведением и психологическим благополучием курсантов военного ВУЗа. Впервые рассмотрена взаимосвязь жизнестойкости и копинг-стратегий курсантов, обучающихся в военном учреждении.

*Апробация* результатов исследования. Результаты исследования обсуждались на шести научно-практических конференциях различного уровня (5 международных и 1 университетской).

*Опубликованность* результатов. Результаты исследования отражены в 4 тезисах, 2 доклада – в печати.

*Внедрение* результатов НИР. Результаты НИР используются в учебно-воспитательном процессе Военной академии Республики Беларусь.

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
1. ОСНОВНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В СОВЛАДАНИИ С ТРУДНЫМИ СИТУАЦИЯМИ У КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ВУЗОВ.....	6
1.1. Совладание с трудными ситуациями как психологическая проблема.....	15
1.2. Понятие жизнестойкости в зарубежных и отечественных исследованиях.....	21
1.3. Теоретические подходы к пониманию психологического благополучия личности.....	27
1.4. Социально-психологические особенности курсантов военных ВУЗов.....	24
Выводы.....	27
2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В УСПЕШНОМ СОВЛАДАНИИ С ТРУДНЫМИ СИТУАЦИЯМИ У КУРСАНТОВ ВОЕННОГО ВУЗА	
2.1. Описание выборки и диагностического инструментария исследования.....	32
2.2. Жизнестойкость курсантов военного вуза.....	33
2.3. Особенности стратегий совладания с поведением у курсантов военного ВУЗа.....	35
2.4. Исследование психологического благополучия курсантов военного вуза.....	36
2.5. Жизнестойкость в успешном совладании с трудными ситуациями у курсантов военного вуза.....	38
Выводы.....	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	45
Список использованных источников.....	46
Приложения.....	50

## ОПРЕДЕЛЕНИЯ

В настоящей работе применяются следующие термины с соответствующими определениями:

**Жизнестойкость** - психологическую живучесть, расширенную эффективность человека, проявляющуюся в его вовлечённости в происходящее, рзумеом влиянии на себя и принятии риска, а также являться показателем психологического здоровья человека.

**Совладающее поведение** — способ взаимодействия человека с ситуацией, специфика которого определяется ситуацией и наличием внешних и внутренних ресурсов.

**Психологическое благополучие** — интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими)

## ВВЕДЕНИЕ

Современный этап развития Вооруженных Сил Республики Беларусь характеризуется значительным усилением внимания к проблеме эффективного функционирования человека в условиях воинской деятельности. Новые требования к профессиональной компетентности выпускников военных вузов выдвигают задачу повышения качества военного образования и психологического сопровождения повседневной жизнедеятельности военнослужащих.

Курсанты военного вуза – это юноши, которым свойственно в силу возрастных особенностей стремление к свободе, самовыражению и самоутверждению. Социальная ситуация военного учебного заведения характеризуется такими особенностями, как расставание с родными, близкими, блокирование части привычных и базовых потребностей личности в силу специфики повседневной деятельности, а также групповая изоляция и информационная истощаемость в рамках группы. В научной литературе ситуация обучения в военном вузе обозначается термином «относительная групповая изоляция». Групповая изоляция является стрессогенным фактором с симптомами одиночества и повышенной конфликтностью во взаимоотношениях.

Несмотря на то, что в последние время появляется большое количество работ по исследованию жизнестойкости, изучение данной личностной характеристики еще не заняло должного места в отечественной психологии. На сегодняшний день среди курсантов военных вузов не проводилось исследования особенностей совладающего поведения и изучения роли, которую играет жизнестойкость в успешном противостоянии личности стрессовым ситуациям.

**Объектом исследования** является совладание трудными ситуациями.

**Предмет исследования** – жизнестойкость как фактор успешного совладания с трудными ситуациями у курсантов военного вуза.

**Целью** исследования является изучение жизнестойкости как фактора успешности совладания с трудными ситуациями у курсантов военного вуза.

**Задачи:**

1. Определить теоретические основания изученной проблемы жизнестойкости в совладании с трудными ситуациями у курсантов военных ВУЗов.
2. Описать жизнестойкость курсантов военных вузов.
3. Выявить особенности совладания с трудными ситуациями у курсантов военных вузов.

4. Исследовать психологическое благополучия курсантов военных ВУЗов.

5. Изучить характер взаимосвязи уровня жизнестойкости с успешностью совладания с трудными ситуациями у курсантов военного ВУЗа.

**Гипотеза исследования:** курсанты с высоким уровнем жизнестойкости имеют высокий уровень психологического благополучия и успешно совладают с трудными ситуациями, используя продуктивные стратегии совладания, в частности проблемно-ориентированный копинг.

#### **Методологической основой исследования являются:**

- подход С. Мадди, в рамках которого жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности и включает в себя три сбалансированно автономных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска;

- транзактная теория копинга и стресса Р.Лазаруса, рассматривающая «копинг стресса» как постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия, прилагаемые человеком для того, чтобы справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые чрезмерно напрягают или превышают ресурсы человека;

- многомерная модель психологического благополучия К.Рифф, которая разработана в рамках эвдемонистического подхода, где психологическое благополучие рассматривается как состояние самореализации человека в конкретных жизненных условиях и обретения счастья, нахождение «творческого синтеза» между соответствием запросам социального окружения и развитием собственной индивидуальности.

**Методы:** теоретический анализ, психодиагностический метод, методы статистической обработки данных.

#### **Методики исследования:**

- «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (Coping inventory for stressful situation) Н.С. Эндлера и Д.А. Паркера в адаптации Т.Л. Крюковой;

- тест «Жизнестойкости» С. Мадди в адаптации А.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой;

- «Шкала психологического благополучия К. Риффа» (ШПБ) в адаптации Н.Н. Лепешинского.

Все расчеты производились с помощью программы SPSS v. 13.0 for Windows.

**Выборка исследования:** 243 юноши с 1 по 5 курс УО «Военная академия Республики Беларусь». Возраст испытуемых составил от 17 до 25 лет.

Апобосия результатов исследования. Результаты исследования доклада были обсуждены на конференциях:

- «Теоретические и прикладные проблемы современной психологии» (Минск, 2011);
- Студенческая наука как фактор личностного и профессионального развития студента-специалиста» (Минск, 2011);
- «Проблемы теории и практики современной психологии» (Иркутск, 2011);
- «Психология XXI века: современная российская психология в мировой науке» (Санкт-Петербург, 2011);
- «Первый шаг в науку - 2011» (Минск, 2011);
- «Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: психология здоровья и здорового образа жизни» (Минск, 2011).

**Опубликованность, результаты** исследования опубликованы в четырех сборниках материалов конференций, два доклада находятся в печати.

**Научная новизна** исследования заключается в описании особенностей совладающего поведения в связи с уровнем жизнестойкости курсантов военного ВУЗа, где психологическое благополучие рассматривается как критерий успешного совладания с трудными ситуациями.

**Практическая значимость работы** состоит в том, что полученные результаты, могут быть использованы преподавателями, педагогами, командирами подразделений и начальниками курсов как основа для более глубокой и развернутой теоретической разработки проблемы, а также для решения проблем социально-психологической адаптации и построения прогноза поведения курсантов в трудных ситуациях, разработки программ психологической помощи, организации учебного воспитательного процесса в военном ВУЗе.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Курсанты высшего военного учебного заведения, в силу специфики своей учебной и профессиональной деятельности, относятся к части населения, которая наиболее подвержена столкновению с трудными ситуациями. В связи с этим особый интерес вызывает изучение особенностей их копинг-поведения и исследования ресурсов личности, которые позволяют успешно справляться со стрессовыми ситуациями. Совладание с жизненными трудностями, как утверждают Лазарус и Фолкман, есть "постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия индивида с целью управления специфическими внешними и (или) внутренними требованиями, которые оцениваются как подвергающие его испытанию или превышающие его ресурсы".

Теория С. Мадди о особом личностном качестве "hardiness" возникла в связи с разработкой им проблем творческого потенциала личности и регулирования стресса. Прикладной аспект жизнестойкости обусловлен той ролью, которую эта личностная переменная играет в успешном противостоянии личности стрессовым ситуациям, прежде всего в профессиональной деятельности. По данным исследований, жизнестойкость оказывается ключевой личностной переменной, опосредующей влияние стрессогенных факторов (в том числе хронических) на соматическое и душевное здоровье, а также на успешность деятельности. Понятие «жизнестойкость» отражает, с точки зрения С. Мадди и Д. Кошабы, психологическую живучесть и расширенную эффективность человека, а также является показателем психического здоровья человека.

В нашем исследовании критерием успешности овладения выступило психологическое благополучие. Анализируя существующие подходы, можно сделать вывод, что данное понятие характеризуется переживаний и состояний, свойственных здоровой личности. К. Рифф разработала многомерную модель психологического благополучия, которая включает шесть основных составляющих: наличие цели в жизни, положительные отношения с другими, личностный рост, управление окружением, самопринятие и автономия.

Жизнестойкость большей части курсантов, принимавших участие в исследовании, соответствует среднему и высокому уровню. Тем не менее, часть респондентов имеет низкий уровень этой личностной характеристики. Данной группе курсантов в процессе их учебного сопровождения необходимо уделить особое внимание, чтобы избежать проявления у них симптомов физической или психологической дезадаптации. В целом по выборке, существует тенденция более частого применения продуктивных coping-

стратегии (проблемно-ориентированный копинг) курсантами военного вуза в стрессовых ситуациях, чем непродуктивных (эмоционально-ориентированный копинг). Что вероятно, обусловлено их учебной и профессиональной деятельностью. Изучение психологического благополучия курсантов военного вуза показало, что 83 % опрошенных курсанта имеет высокий либо средний уровень жизнестойкости.

Курсанты с низким уровнем жизнестойкости в трудных ситуациях чаще прибегают к использованию эмоционально-ориентированной копинг-стратегии, так как данная стратегия совладающего поведения относится к непродуктивному копингу и снижает успешность противостояния трудностям. А курсанты с высоким и средним уровнем жизнестойкости используют проблемно-ориентированную копинг-стратегию чаще, чем курсанты с низким уровнем.

В ходе проведенного исследования нами было установлено, что жизнестойкость является фактором, обуславливающим выбор продуктивных копинг-стратегий. Причём, тем выше уровень жизнестойкости, тем чаще курсанты будут использовать продуктивные стратегии совладающего поведения (проблемно-ориентированный копинг) и тем выше уровень их психологического благополучия. Причиной этого является то, что нацеленность на решение задачи, проблемы повышает вероятность продуктивного совладания со стрессовыми ситуациями, что характерно для людей с жизнестойкими убеждениями. Рядомлена отрицательная связь общего показателя и всех компонентов жизнестойкости с эмоционально-ориентированной копинг-стратегией, которую мы отнесли к непродуктивным стратегиям совладающего поведения. Следовательно, чем выше уровень жизнестойкости и её компонентов, тем реже проявятся мысли и действия, которые дают чувство облегчения, однако реже направлены на устранение угрожающей ситуации, а просто дают человеку почувствовать себя лучше.

В результате исследования была установлена положительная связь жизнестойкости и психологического благополучия с копинг-стратегией социального отвлечения. Скорее всего, это объясняется тем, что у жизнестойких и психологически благополучных курсантов лучше выстроена социальная сеть поддержки, которая в дальнейшем поможет им успешно справиться с трудностями.

Учитывая полученные результаты при условии, что психологическое благополучие выступает роли критерия успешности выбора копинг-стратегии, можно сделать вывод о том, что жизнестойкость является фактором успешного совладания с трудными ситуациями.

### Список используемых источников

1. Авдеенок, Л.Н. Психокоррекционная работа с семьями участников боевых действий военных конфликтов / Л.Н. Авдеенок, Е.М. Епанчинцева // Актуальные вопросы психиатрии: Материалы IX научной отчетной сессии НИИ психического здоровья. Вып. 9 / Томск. научн центр СО РАМН; ред. В.Я. Рамн. – Томск, 1999. – С. 9–10.
2. Агузумцяг, Р.В. Психологические аспекты безопасности личности / Р.В. Агузумцяг, Е.Б. Мурадян // Вестник практической психологии образования. – 2009. – №2. – С. 40–44
3. Александрова, Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии / Л.А. Александрова // Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов. Вып. 2; под ред. М.М. Кривобатовой, А.В. Серого, М.С. Яницкого. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – С. 82-90.
4. Александрова, Л.А. Психологические ресурсы адаптации личности к условиям повышенного риска природных катастроф: дис. ... канд. психол. наук. : 12.03.01 / Л.А. Александрова. - Кемерово, 2004. – 207 с.
5. Альбуханова-Славская, К.А. Стратегия жизни / К.А. Альбуханова-Славская. – М. – 1991. – с. 73.
6. Анцыферова, Л.И. Способность личности к преодолению деформаций своеогоразвития / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1999. – Том 20. – №1. – С. 6–19.
7. Безруков, И.Н. Профессиональные аспекты деятельности военного психолога: учеб. пособие / И.Н. Безруков, Г.Е. Поддубский, Н.Н. Лепешинский. – Минск: ВА РБ, 2011. – 186 с.
8. Бурлачук, Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций / Л.Ф. Бурлачук, Е.Ю. Коржова // – М.: РИО «Лань», 1998. – 201 с.
9. Варнавских, Е.А. Педагогические начала воспитания творческой активности курсанта военного вуза в процессе решения инженерных задач / Е.А. Варнавских – Калининград: Балтийский воен.-морской институт имени адмирала Ф.Ф. Ушакова, 2017. – 131 с.
10. Водопьянова, Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб: Питер, 2009. – 251 с.
11. Гончарова, С.С. Совладающее поведение: теория, диагностика и результаты исследований / С.С. Гончарова, В.И. Епанчинцева. – Минск: БГПУ, 2010. – 200 с.
12. Дабельников, В.К. Творчество - это действие или деятельность? / В.К. Шабельников // Культурно-исторический подход и проблемы творчества / под ред. Е.Е. Кравцовой, В.Ф. Спиридонова, Ю.Е. Кравченко. – М.: РГГУ, 2003. – с.158-165.

- Дробинина, Л.В. Взаимосвязь жизнестойкости, удовлетворённости жизнью и субъективного благополучия у жителей региона Сибири / Л.В. Дробинина // Материалы докл. XIV Междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых учёных Ломоносов/ МГУ им. М.В. Ломоносова ; ред. И.А. Плещковский, П.Н. Костылев. – М., 2007. – С.124–129.
14. Дубровина, И.В. Психологические аспекты психического здоровья детей и школьников / Дубровина И.В. // Руководство практического психолога : Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И.В. Дубровиной. – М. Академия, 1997. – С. 7-19.
15. Караяни, А.Г. Прикладная военная психология / А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников. – СПб.: Питер, 2006. – 480 с.
16. Карвасарский, Б.Д. Основные типы психической дезадаптации у бывших воинов-интернационалистов : Психологическая диагностика и психотерапия : Методические рекомендации /Б.Д. Карвасарский, Д.А. Алексеева, В.А. Тапалкоз. – М.: Аверс, 1990. – 36 с.
17. Коржова, Е.Ю. Развитие личности в контексте жизненной ситуации / Е.Ю. Коржова // Психологические проблемы самореализации личности. Вып.4 / СПб. госуд. ун-вр. : ред. Е.Ф. Рыбалко, Л.А. Коростылева. – СПб., 2000. – С. 155 - 161.
18. Крайг, Г Психология развития. – 9-е изд. / Г. Крайг, Д. Бокум – СПб : Питер, 2005. – 940 с.
19. Крюкова, Т.Л. Возрастные и культурные различия в стратегиях совладающего поведения / Т.Л. Крюкова // Психологический журнал – 2005. –Том 26, №2. – С. 5 –15.
20. Крюкова, Т.Л. О методологии исследования и адаптации опросника диагностики совладающего (копинг) поведения / Т.Л. Крюкова// Психология и практика: Сб. научн. трудов. Вып. 1 / КГУ им. Н.А. Некрасова ; ред. В.А. Соловьева. – Кострома, 2000. – С. 70–82.
21. Крюкова, Т.Л. Психология семьи : жизненные трудности и совладание с ними / Т.Л. Крюкова, М.В. Сапорова, Е.В. Кретьак. СПб : Речь, 2005. – 240 с.
22. Леонтьев, Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д.А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В.Ломоносова. / Смысл, под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. – М., 2002. – С. 56–65.
23. Леонтьев, Д.А. Опыт структурной диагностики личностного потенциала / Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова, Е.Н. Осин, А.В. Плещковский, Е.И. Рассказова // Психол. диагностика – 2007. – №1. – С. 8–30.
24. Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М : Смысл, 2006. – 63 с.

- Лепешинский Н.Н. Психологическое благополучие как фактор успешности учебной деятельности в условиях относительной групповой изоляции (на примере курсантов военного вуза) : автореф. дис. ... канд. психол. Наук : (19.00.05) / Н.Н. Лепешинский ; Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Ткача. – Минск, 2010. – 23 с.
26. Маллаков, А.Г. Психология и педагогика. Военная психология : учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2005 – 464 с.
27. Мухина, В.С. Возрастная феноменология развития, детство, отрочество : Учебник для студ. вузов / В.С. Мухина. – М. : Академия, 1999. – 456 с.
28. Набуллиная, Р.Г. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом / Р.Г. Набуллиная, И. В. Тухтарова – Казань : ИП Тухтаров В. Н., 2003. – 98 с.
29. Основы математической статистики в психологии : учеб.-метод. пособие. В 2 ч. Ч. 2-е изд., испр. / сост. Н.А. Литвинова, Н.П. Радчикова. – Минск : БГУ, 2007. – 87 с.
30. Пергаменщик, Л.А. Введение в кризисную психологию : курс лекций / Л.А. Пергаменщик. – Минск : БГПУ, 2005 – 271 с.
31. Рассказова, Е.И. Жизнестойкость и выбор будущего в процессе реабилитации / Е.И. Рассказова // Известия Таганрог. госу радиотехнич. ун-та. Сер. Гуманитарные проблемы современной психологии. – 2005. – № 7. – С. 124 - 126.
32. Рассказова, Е.И. Психология сплоченностей: Современное состояние перспектив исследований / Рассказова Е.И. // Материалы научной конференции, посвященной памяти В.Л. Дружинина, ИП РАН, 19–20 сентября 2005 г. – М.: «Институт психологии РАН», 2005. – С. 16-21.
33. Симанков, В. С. Адаптивное управление сложными системами на основе теории распознавания образов: Монография (научное издание) / В.С. Симанков – Краснодар : Кубан. гос. техн. ун-т, 1999. – 318 с.
34. Сирота, Н.А. Копинг-поведение и психоцифрфика психосоциальных расстройств / Н.А. Сирота, В.М. Ялгонский // Обзор. психiatr. и мед. Психологии : учеб. пособие / Н.А. Сирота. – Новосибирск, 2006. – С.63–74.
35. Созонтов, А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия / А.Е. Созонтов // Вопросы психологии. – 2006. – №4. С. 105–114.
36. Соловьёва, С.Л. Ресурсы личности./С.Л. Соловьёва // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. [Электронный ресурс]. – 2010. – Режим доступа : [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru) – Дата доступа : 30.06.2010.

37. Сотниченко, Д.М. Жизнестойкость как психологический феномен. Его значение в современных условиях службы в армии / Д.М. Сотниченко // Вестник ТГПУ – 2009. – №8. – С. 104–107.
38. Стецкишин, Р.И. Личностно-психологические ресурсы жизнестойкости (на примере личности врача-клинициста): автореф. дис..канд. пед. Наук : 1300.08 / Р.И. Стецкишин ; Рос. гум. универ. – Краснодар, 2008. – 25 с.
39. Фетискин, Е.П. Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Е.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов // – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.
40. Циринг, Д.А. Исследование жизнестойкости у беспомощных и самостоятельных подростков / Д. А. Циринг // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2009. – № 323. – С. 336–342.
41. Шкуратова, И.Г. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями / И.П. Шкуратова, Е.А. Анненкова // Психология кризиса и кризисные ситуации. Междисциплинарный ежегодник. – 2007. – №4. – С. 17–23.
42. Яковлева, Ю.В. Личностные особенности самостоятельных студентов / Ю.В.Яковлева // Анальские чтения Психология кризисных и экстремальных ситуаций : междисциплинарный подход / СПб, 2008. – с. 260 – 263.