

ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2024. Т. 30, № 1. С. 106–112. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2024, vol. 30, № 1, pp. 106–112.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.923

EDN XDDKKBG

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-1-106-112>

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ МУЖЧИН С РАЗНЫМ ТИПОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ

Сунцова Яна Сергеевна, кандидат психологических наук, Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия, suntsova_yana@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0001-6397-1005>

Аннотация. Представлены результаты исследования жизнестойкости мужчин в аспекте их эмоциональной привязанности. Актуальность исследования обусловлена тем, что проблема эмоциональной привязанности всё более актуализируется в психологических исследованиях в связи с признанием данного феномена в качестве имманентного источника эффективного функционирования человека, его жизнестойкости, способности успешно преодолевать неблагоприятные средовые условия. Современное общество с его информационной насыщенностью, неустойчивостью, ускорением ритма жизни требует от человека жизнестойкости, помогающей справляться с трудными жизненными ситуациями. В связи с этим важным становится выявление, изучение, осмысление тех личностных характеристик, которые ответственны за успешную адаптацию и совладание с жизненными трудностями. Особенно важным изучение данного вопроса представляется на мужчинах периода средней зрелости – времени не только расцвета личных и профессиональных достижений, но и кризиса, снижения жизненной активности, крушения надежд. В исследовании приняли участие 50 человек мужского пола в возрасте от 26 до 35 лет ($M_{sr} = 30,6$), имеющих высшее образование, состоящих в браке. Для обработки результатов исследования применялся кластерный анализ (иерархический, K-means), критерий различий Манна – Уитни. Выявлено две группы мужчин с надежным и осторожно-тревожным типами привязанности, с учетом полученных данных исследованы особенности их жизнестойкости. Установлено, что у мужчин с надежным типом привязанности показатели жизнестойкости достоверно выше, чем у мужчин с осторожно-тревожным типом привязанности. В теоретическом аспекте обогащены знания по проблемам жизнестойкости и эмоциональной привязанности мужчин; в практическом плане результаты исследования могут быть использованы в деятельности психолога для профилактики кризисных состояний мужчин в период средней зрелости.

Ключевые слова: эмоциональная привязанность, жизнестойкость, мужчины, период средней зрелости.

Для цитирования: Сунцова Я.С. Жизнестойкость мужчин с разным типом эмоциональной привязанности // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2024. Т. 30, № 1. С. 106–112. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-1-106-112>

Research Article

RESILIENCE OF MEN WITH DIFFERENT TYPES OF EMOTIONAL ATTACHMENT

Yana S. Suntsova, Candidate of Psychological Sciences, Udmurt State University, Izhevsk, Russia, suntsova_yana@mail.ru, <http://orcid.org/0000-0001-6397-1005>.

Abstract. The results of a study of the resilience of men in the aspect of their emotional attachment are presented. The relevance of the study is due to the fact that the problem of emotional attachment is becoming more and more relevant in psychological research in connection with the recognition of this phenomenon as an immanent source of effective human functioning, its resilience, and the ability to successfully overcome adverse environmental conditions. Modern society, with its information saturation, instability, and acceleration of the rhythm of life, requires resilience from a person to help cope with difficult life situations. In this regard, it becomes important to identify, study, and comprehend those personal characteristics that are responsible for successful adaptation and coping with life difficulties. It is especially important to study this issue in men of the period of middle adulthood – the time not only of the heyday of personal and professional achievements, but also the time of crisis, decrease in vital activity, and the collapse of hopes. The study involved 50 male people, aged 26 to 35 years ($M_{sr} = 30.6$), with higher education, married. To process the results of the study, cluster analysis (hierarchical,

K-means), the Mann-Whitney difference criterion were used. Two groups of men with reliably avoidant and avoidantly cautious types of attachment were identified, taking into account the data obtained, the features of their resilience were studied. It was found that in men with a reliably avoidant type of attachment, the indicators of vitality are significantly higher than in men with an avoidantly cautious type of attachment. In the theoretical aspect, knowledge on the problems of resilience and emotional attachment of men has been enriched; in practical terms, the results of the study can be used in the activities of a psychologist to prevent men's crisis states during middle adulthood.

Keywords: emotional attachment, resilience, men, the period of middle adulthood.

For citation: Suntsova Ya.S. Resilience of men with different types of emotional attachment. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2024, vol. 30, No. 1, pp. 106–112. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2024-30-1-106-112>

Введение. Жизнестойкость и эмоциональная привязанность – это психологические явления, которые формируются и закладываются еще в раннем возрасте и проявляются во взрослой жизни. В психологических исследованиях жизнестойкость и привязанность рассматриваются в качестве связанных конструктов, которые влияют на разные сферы жизнедеятельности человека. Человек, который имеет надежную привязанность, вероятнее, будет лучше справляться со стрессовыми жизненными ситуациями и сохранит жизнестойкость в трудные для него времена.

Мать через взаимодействие с ребенком создает социальную ситуацию, в которой складывается его базовое представление о мире и отношение к нему [Боулби 2021]. Как правило, дети, у которых сформирован надежный тип привязанности, вырастают более жизнестойкими и менее подвержены тревожным и психологическим расстройствам, лучше адаптируются изменяющимся условиям, имея поддержку в лице близких и доверяя им, легче справляются с трудными жизненными ситуациями. И наоборот, дети с избегающим, осторожным или тревожным типами привязанности чаще сталкиваются со сложностями в общении с другими людьми, чаще испытывают тревогу, более восприимчивы к стрессу во взрослом возрасте [Эйнсворт, Блехар, Уотерс, Уолл 1978].

Теория привязанностей возникла из клинической практики, её основателями были Дж. Боулби [Боулби 2021] и М. Эйнсворт [Эйнсворт, Блехар, Уотерс, Уолл 1978]. На Дж. Боулби большое влияние оказал опыт работы со сложными детьми, именно после этого он задался вопросом о том, как ранний опыт ребенка влияет на его психическое развитие, в особенности опыт расставания с матерью в связи с разными жизненными обстоятельствами. Эмпирические исследования малолетних преступников привели Дж. Боулби к выводам, что отсутствие привязанности является причиной девиантного поведения подростков, а ранняя детская сепарация оказывает травмирующее воздействие на детей. Ребенку для здорового развития необходимы эмоционально теплые, близкие и длительные отношения с матерью (или лицом, замещающим ее), приносящие ребенку удовольствие и радость. М. Эйнсворт позже выделила и обозначила

три типа привязанности, ставшие основой типологии привязанности вплоть до сегодняшнего дня: надежная, тревожная и избегающая. Это была первая попытка классифицировать привязанность и подразделить ее на виды.

По результатам исследований о том, какие материнские характеристики способствуют развитию у ребенка надежного типа привязанности, Д. Вольф и В. Изендорн обнаружили пять таких показателей: сензитивность (быстрота реакции матери на сигналы ребенка), позитивная установка (проявление любви и нежности к ребенку), синхронность (структурирующие и ровные отношения с ребенком, взаимность), поддержка (эмоциональная поддержка действий ребенка), стимуляция (инициативные действия матери, дающие направление ребенку) [Авдеева 2017].

М. Стил и Х. Стил установили, что модели привязанности передаются детям от родительского поколения. Установлено, что в 70 % случаев существует соответствие между типом привязанности детей и типом привязанности их родителей [Кондли 2006].

В отечественной психологии Н.Н. Авдеевой установлена связь между привязанностью ребенка к матери и его представлениями о самом себе. Зафиксировано, что автономность ребенка, предоставление ему возможности самостоятельно делать выбор и действовать в соответствии с ним способствует положительному восприятию себя [Авдеева, Хаймовская 2003].

Тип привязанности, сформированный у ребенка еще в детстве, впоследствии проявляется и транслируется в его взаимодействии с другими людьми. Взаимодействие с объектом привязанности, разлука и воссоединение с ним формируют так называемые внутренние «операционные модели» ребенка, репрезентирующие «Себя» и «Другого» и впоследствии интерпретирующие межличностные отношения. Это как определенная система ожиданий по отношению к участникам всех других социальных взаимодействий и по отношению к себе – формирование образа «Я» [Авдеева, Хохлачева 2010].

Как психологический феномен «жизнестойкость» начали рассматривать относительно недавно, в начале 1980-х годов термин «hardiness» ввели в поня-

тийный аппарат психологической науки зарубежные психологи С. Мадди и С. Кобейс [Мадди 2019], Д.А. Леонтьев обозначил данное понятие на русском языке как жизнестойкость.

Д.А. Леонтьев и Е.И. Рассказова подчеркивают, что формирование компонентов жизнестойкости, закладывающихся в детстве, зависит от отношения родителей с ребенком. Например, такой компонент жизнестойкости, как «вовлеченность», развивается при наличии помощи, любви и принятия со стороны родителя. Для формирования компонента «контроль» важно, чтобы присутствовала поддержка интересов ребенка со стороны родителя, а также поддержка его стремления разрешать сложные и интересные задачи. Для того чтоб развить «принятие риска», необходимо питать ребенка впечатлениями, изменять среду, чтобы она была разнообразной [Леонтьев 2021].

Анализ зарубежной литературы позволяет говорить, что жизнестойкость понимается как умение справляться со стрессовыми ситуациями и тревожными состояниями, оборачивать их в положительную сторону, извлекать из них опыт и находить в этом благо для личностного роста и развития. Исследования жизнестойкости носят двойной характер, в одних жизнестойкость рассматривается как процесс, а в других как состояние.

Для отечественной психологии характерно рассмотрение жизнестойкости как психологического свойства в структуре личности, системы ее установок и навыков, принципов и идей; как выражения цельной индивидуальности; как ресурса; как критерия психического развития [Мадди, Хошаба 1994].

Целью данного исследования является изучение жизнестойкости мужчин с разным типом эмоциональной привязанности.

Выбор представителей мужского пола периода средней взрослости в качестве эмпирической базы исследования обусловлен тем, что на данный возрастной период приходится один из кризисов, для которого характерно снижение параметров профессиональной и социальной активности, повышение конфликтности, переоценка личных достижений и прежних выборов: супруга, профессии и жизненных целей; иногда дело доходит до развода и смены профессии [Ананьев 2001]. И.Ю. Кулагина вы-

деляет два кризиса в период взрослости: а) кризис тридцатилетних, то есть первого подведения итогов; б) кризис сорокалетних, то есть середины жизни [Кулагина 2006]. По мнению Г. Шихи, процесс преодоления кризиса у женщин происходит легче, чем у мужчин [Шихи 2005], в связи с этим исследование жизнестойкости мужчин в аспекте их эмоциональной привязанности имеет важное практическое значение, поскольку способствует пониманию того, что способствует устойчивости мужчин, охраняет их от дезинтеграции и создает основу полноценного функционирования.

В исследовании приняли участие 50 человек мужского пола, возраст испытуемых от 26 лет до 35 лет (Mcp. = 30,6). Тип эмоциональной привязанности определен с помощью методики «Самооценка генерализованного типа привязанности (RQ)» (К. Бартоломью, в адаптации Т.В. Казанцевой). Показатели жизнестойкости мужчин изучены по методикам: «Тест жизнестойкости» (Д.А. Леонтьев); «Шкала базисных убеждений» (Р. Янов-Бульман, в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой); методика «Индикатор копинг-стратегий» (Дж. Амирхан, в адаптации Н.А. Сироты, В.М. Ялтонского); «Тест на определение уровня стресса» (В.Ю. Щербатых). Выбор методик, направленных на изучение жизнестойкости, осуществлен в соответствии со структурой жизнестойкости Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой [Леонтьев, Рассказова 2006]. Для обработки данных исследования применялся кластерный анализ (иерархический, K-means), критерий различий Манна – Уитни.

Результаты исследования и их обсуждение. Кластеризация показателей эмоциональной привязанности мужчин позволила выявить две группы испытуемых: 32 человека – первая группа и 18 человек – вторая группа. Выраженность типов эмоциональной привязанности у мужчин двух групп представлена в таблице 1.

Установлено, что у мужчин первой группы два типа привязанности имеют высокий уровень выраженности: «надежный» и «избегающий». То есть мужчины первой группы могут сближаться с другими людьми, им приятно испытывать близость, однако они могут быть и без близких эмоциональных отно-

Таблица 1

Количественные показатели выраженности типов эмоциональной привязанности у мужчин

Показатели	Среднее значение	
	Первая группа мужчин	Вторая группа мужчин
надежный тип привязанности	6,84	3,33
тревожный тип привязанности	1,56	4,22
избегающий тип привязанности	6,12	7,66
осторожный тип привязанности	1	6,83

шений, им важно чувствовать свою свободу и самодостаточность.

У мужчин второй группы наиболее выраженными типами привязанности являются «избегающий» и «осторожный» типы. То есть мужчины второй группы могут обходиться без близких эмоциональных отношений, им важнее ощущать свою автономность, в некоторых ситуациях им нелегко доверять другим людям, тяжело полностью полагаться на других и зависеть от кого-то, они боятся и переживают, если сталкиваются с ситуациями, где необходимо довериться другому, подозревая, что другие люди могут их ранить.

Для выявления различий в выраженности типов эмоциональной привязанности мужчин двух групп был применен критерий различий Манна–Уитни. Установлено, что выраженность «надежного типа привязанности» достоверно выше у мужчин первой группы ($U = 108,000$; $p = 0,0001$), «тревожного» ($U = 125,000$; $p = 0,001$) и «осторожного» ($U = 2,500$; $p = 0,0001$) типов – у мужчин второй группы. Достоверных различий по показателю «избегающий тип привязанности» не обнаружено. Ис-

ходя из полученных результатов, первая группа мужчин была названа «мужчины с надежным типом привязанности», вторая группа мужчин – «мужчины с осторожно-тревожным типом привязанности».

На следующем этапе изучена жизнестойкость мужчин с разным типом эмоциональной привязанности. Результаты исследования представлены в таблице 2.

По результатам исследования показателей жизнестойкости **мужчин первой группы**, с надежным типом привязанности, установлено, что они уверены в том, что все то, что с ними происходит, помогает их развитию за счет умений, извлекаемых из опыта, они готовы к решительным действиям даже без уверенности в успехе, действуя на свой страх и риск. Они способны получать удовольствие от собственной деятельности, вовлекаясь в происходящее, однако периодически у них возникает ощущение, что они находятся «вне» жизни, и все самое стоящее и интересное происходит не с ними. Также мужчинам первой группы присуща убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гаранти-

Таблица 2

Количественные показатели выраженности компонентов жизнестойкости мужчин двух групп

Показатели	Среднее значение (уровень выраженности)	
	Мужчины с надежным типом привязанности	Мужчины с осторожно-тревожным типом привязанности
<i>Показатели жизнестойкости</i>		
Вовлеченность	42,28 сред. ур.	36,72 сред. ур.
Контроль	34,5 сред. ур.	22,83 сред. ур.
Принятие риска	19,59 выс. ур.	14,83 сред. ур.
Общий показатель жизнестойкости	96,37 сред. ур.	73,83 сред. ур.
<i>Базисные убеждения</i>		
Благосклонность мира	18,59 выс. ур.	17,61 выс. ур.
Доброта людей	16,59 сред. ур.	15,61 сред. ур.
Справедливость мира	14,75 сред. ур.	11,44 сред. ур.
Контролируемость мира	16,06 сред. ур.	15,38 сред. ур.
Случайность как принцип распределения происходящих событий	12,62 сред. ур.	13,38 сред. ур.
Ценность собственного «Я»	17,71 выс. ур.	15,88 сред. ур.
Степень самоконтроля	17,78 выс. ур.	16,05 сред. ур.
Степень удачи и везения	15,75 сред. ур.	14,61 сред. ур.
<i>Копинг-стратегии</i>		
Разрешение	24,12 сред. ур.	23,72 сред. ур.
Поиск социальной поддержки	19,40 сред. ур.	17,55 низ. ур.
Избегание	15,18 очень низ. ур.	19,44 низ. ур.
<i>Признаки стресса</i>		
Интеллектуальные	1,8 низ. ур.	2,11 низ. ур.
Поведенческие	1,78 низ. ур.	2,05 низ. ур.
Эмоциональные	2,41 низ. ур.	3,83 низ. ур.
Физиологические	3,43 низ. ур.	3,77 низ. ур.

рован, при этом им знакомо ощущение собственной беспомощности. В целом выраженность жизнестойкости позволяет мужчинам первой группы совладать со стрессами, не испытывая при этом внутреннего напряжения, за счет восприятия стрессовых ситуаций как не особо значимых.

Мужчины с надежным типом привязанности убеждены в том, что в мире, в котором они живут, чаще происходит что-то хорошее, нежели плохое, в мире больше добра, чем зла; они довольны тем, какими людьми они являются, у них нет причин для того, чтобы стыдиться своего характера; обычно они поступают так, чтобы увеличить вероятность благоприятного исхода дел, предотвратить возможные несчастья, выбирают стратегию поведения, которая принесет максимальный выигрыш.

Анализ выраженности копинг-стратегий мужчин с надежным типом привязанности показал, что они не пытаются избегать контакта с окружающей их действительностью, уйти от решения проблем; стараются по мере возможности использовать имеющиеся ресурсы для нахождения возможных вариантов продуктивного разрешения проблемы; обращаются за помощью и поддержкой к семье, друзьям, значимым людям.

Установлено, что «интеллектуальные», «поведенческие», «эмоциональные», «физиологические» показатели стресса у мужчин первой группы выражены на низком уровне.

По результатам исследования показателей жизнестойкости *мужчин второй группы*, с осторожно-тревожным типом привязанности, установлено, что мужчины второй группы не всегда готовы совершать действия на свой страх и риск, ориентированы на комфорт и безопасность как естественные потребности человека. Они способны получать удовольствие от собственной деятельности, включаясь в происходящее; убеждены в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, даже если успех не гарантирован, однако в некоторых ситуациях они ощущают собственную беспомощность. В целом выраженность жизнестойкости мужчин второй группы помогает им гибко осуществлять выбор и препятствует возникновению внутреннего напряжения.

Мужчины второй группы убеждены в том, что в мире, в котором они живут, чаще происходит что-то доброе и светлое, нежели плохое. Они удовлетворены тем, кем они являются в обществе. У них нет весомых причин для того, чтобы стыдиться своего характера, но в то же время нет причин, чтобы быть гордыми за свой характер. Они стараются поступать так, чтобы предотвратить возможные несчастья.

Анализ выраженности копинг-стратегий мужчин с осторожно-тревожным типом привязанности показал, что они стараются избегать контакта с окружа-

ющей их действительностью, пробуют по возможности использовать имеющиеся ресурсы для поиска вариантов результативного разрешения проблемы; чаще стараются самостоятельно разрешить возникшие проблемы, крайне редко позволяют себе обращаться за помощью и поддержкой к значимым людям.

«Интеллектуальные», «поведенческие», «эмоциональные», «физиологические» показатели стресса у мужчин второй группы выражены на низком уровне, аналогично показателям мужчин первой группы.

Анализ достоверности различий в выраженности показателей жизнестойкости мужчин двух групп проведен по критерию Манна – Уитни. Установлено, что выраженность показателей жизнестойкости («вовлеченность» ($U = 96,500$; $p = 0,0001$), «контроль» ($U = 188,500$; $p = 0,044$), «принятие риска» ($U = 81,000$; $p = 0,0001$), «общий показатель жизнестойкости» ($U = 140,500$; $p = 0,003$)) у мужчин первой группы достоверно выше, чем у мужчин второй группы. Мужчины с надежным типом привязанности более, чем мужчины с осторожно-тревожным типом привязанности, убеждены в том, что все происходящее, неважно, хорошее это или плохое, способствует их развитию за счет получаемого опыта; они более способны вовлекаться в происходящее и получать удовлетворение от реализуемой деятельности; более убеждены в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, даже если успех не гарантирован; у них достоверно выше показатель жизнестойкости, способствующий совладанию со стрессовыми ситуациями без чрезмерного внутреннего напряжения.

Выраженность базисных убеждений, таких как «справедливость мира» ($U = 129,500$; $p = 0,001$) и «степень самоконтроля» ($U = 192,000$; $p = 0,051$) у мужчин с надежным типом привязанности достоверно выше, чем у мужчин с осторожно-тревожным типом привязанности. Мужчины с надежным типом привязанности более склонны думать, что люди имеют то, что заслуживают, и неудача с меньшей вероятностью постигает достойных, хороших людей; они чаще, чем мужчины с осторожно-тревожным типом привязанности, поступают так, чтобы увеличить вероятность благоприятного исхода дел, предотвратить возможные несчастья, получить максимальный выигрыш.

Установлено, что стратегия «избегание» ($U = 56,000$; $p = 0,0001$) используется мужчинами с надежным типом привязанности достоверно реже, чем мужчинами с осторожно-тревожным типом привязанности.

Заключение. В ходе исследования выявлены группы мужчин с надежным и осторожно-тревожным типами привязанности. Мужчины с надежным типом привязанности могут сближаться с другими людьми, а также обходиться без близкого эмоцио-

нального общения, им крайне важно ощущать свою самодостаточность, цельность. Мужчины с острожно-тревожным типом привязанности могут обходиться без тесных и близких эмоциональных контактов, для них важнее свобода, им нелегко сблизиться с другими людьми, довериться другим из опасения, что их могут их ранить. Установлены различия в выраженности компонентов жизнестойкости мужчин с надежным и острожно-тревожным типами привязанности. Мужчины с надежным типом привязанности более, чем мужчины с острожно-тревожным типом привязанности, убеждены, что все возникающие трудности влияют на их развитие из-за умений, извлекаемых из опыта; они больше включают в то, что происходит вокруг, и чаще испытывают удовольствие от своей деятельности; более убеждены в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, даже если успех не гарантирован; у них достоверно выше стрессоустойчивость; они более склонны думать, что люди имеют то, что заслуживают; чаще поступают так, чтобы увеличить вероятность благоприятного исхода дел, предотвратить возможные несчастья, получить максимальный выигрыш. Мужчины с острожно-тревожным типом привязанности используют стратегию «избегание» чаще, чем мужчины с надежным типом привязанности.

Таким образом, полученные результаты могут быть использованы практическими психологами при осуществлении консультирования по проблемам отношений и жизнестойкости, найдут свое применение в таких сферах психологии, как социальная, возрастная, общая. Данная информация поможет на практике спрогнозировать варианты проявления жизнестойкости у мужчин с разным типом эмоциональной привязанности.

Список литературы

- Авдеева Н.Н. Теория привязанности: современные исследования и перспективы // Современная зарубежная психология. 2017. Т. 6, № 2. С. 7–14.
- Авдеева Н.Н., Хаймовская Н.А. Развитие образа себя и привязанностей у детей от рождения до трех лет в семье и доме ребенка. Москва: Смысл, 2003. 152 с.
- Авдеева Н.Н., Хохлачева И.В. Особенности привязанности ребенка к матери, стиль детско-родительских отношений и адаптация ребенка к ДОУ // Психологическая наука и образование. 2010. № 3. С. 97–105.
- Ананьев Б.Г. Человек, как предмет познания. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 467 с.
- Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. Москва: Канон-плюс, 2021. 232 с.
- Клецина И.С., Иоффе Е.В. Гендерные нормы как социально-психологических феномен. Москва: Проспект, 2022. 144 с.

Кондли С.Л. Устойчивость у детей: обзор литературы, имеющей значение для образования // Городское образование. 2006. № 41 (3). С. 211–236.

Кулагина И.Ю. Полный жизненный цикл развития личности. Москва: Сфера, 2006. 464 с.

Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика. Москва: Смысл, 2011. С. 178–210.

Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва: Смысл, 2006. 63 с.

Мадди С. Жизнестойкость, ее диагностика и тренинг. Москва: Институт экзистенциальной психологии и жизнестворчества, 2019. 194 с.

Мадди С.Р., Хошаба Д.М. Жизнестойкость и психическое здоровье // Журнал оценки личности. 1994. Т. 63, № 2. С. 85–272.

Постникова М.И., Микляева А.В., Сиврикова Н.В., Регуш Л.А. Изменения жизнестойкости представителей разных поколений россиян в начале XXI века // Социальная психология и общество. 2022. Т. 13, № 1. С. 87–103.

Чернобровкина С.В. Гендерные особенности переживания и преодоления кризиса середины жизни // Вестник Омского университета. 2014. № 2. С. 30–42.

Шухи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста. Санкт-Петербург: Каскад, 2005. 434 с.

Эйнсворт М., Блехар М., Уотерс Э., Уолл С. Модели привязанности. Хиллсдейл, Нью-Джерси: Лоуренс Эрлбаум, 1978. 282 с.

References

- Avdeeva N.N. *Teoriya privyazannosti: sovremennye issledovaniya i perspektivy* [Attachment theory: current research and perspectives]. *Sovremennaya zarubezhnaya psihologiya* [Modern foreign psychology], 2017, vol. 6, No. 2, pp. 7-14. (In Russ.)
- Avdeeva N.N., Haimovskaya N.A. *Razvitie obraza sebya i privyazannostey u detey ot rozhdeniya do treh let v sem'e i dome rebenka* [Development of self-image and attachments in children from birth to three years in the family and the child's home]. Moscow, Smisl Publ., 2003, 152 p. (In Russ.)
- Avdeeva N.N., Hohlacheva I.V. *Osobennosti privyazannosti rebenka k materi, stil' detsko-roditel'skih ot-nosheniy i adaptaciya rebenka k DOU* [Features of the child's attachment to the mother, the style of child-parent relations and the adaptation of the child to a pre-school educational institution]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education], 2010, No. 3, pp. 97-105.
- Ananyev B.G. *Chelovek, kak predmet pozna-niya* [Man as an object of knowledge]. St. Petersburg, Peter Publ., 2001, 467 p. (In Russ.)

Boulbi Dj. *Sozdanie i razrushenie emocionalnih svyazey* [Creating and breaking emotional bonds]. Moscow, Kanon-plyus Publ., 2021, 232 p. (In Russ.)

Chernobrovkina S.V. *Gendernie osobennosti perezhivaniya i preodoleniya krizisa seredini jizni* [Gender characteristics of experiencing and overcoming the midlife crisis]. *Vestnik Omskogo universiteta* [Bulletin of Omsk University], 2014, No. 2, pp. 30-42. (In Russ.)

Einsvort M., Blehar M., Uoters E., Uoll S. *Modeli privyazannosti* [Attachment patterns]. Hillsdeil, Nyudjersi, Lawrence Erlbaum Publ., 1978, 282 p. (In Russ.)

Kletsina I.S., Ioffe E.V. *Gendernie normi kak socialno-psihologicheskij fenomen* [Gender norms as a socio-psychological phenomenon]. Moscow, Prospekt Publ., 2022, 144 p. (In Russ.)

Kondli S.L. *Ustoychivost' u detey: obzor literatury, imeyushey znachenie dlya obrazovaniya* [Resilience in children: a review of literature relevant to education]. *Gorodskoe obrazovanie* [Urban education], 2006, No. 41 (3), pp. 211-236. (In Russ.)

Kulagina I.Yu. *Polniy jiznennyi cikl razvitiya lichnosti* [The full life cycle of personality development]. Moscow, Shopping center Sphere Publ., 2006, 464 p. (In Russ.)

Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. *Zhiznestoykost' kak sostavlyayuschaya lichnostnogo potenciala* [Resilience as a component of personal potential]. *Lichnostny potencial: struktura i diagnostika* [Personal potential: struc-

ture and diagnosis]. Moscow, Smisl Publ., 2011, pp. 178-210. (In Russ.)

Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. *Test zhiznestoykosti* [Resilience test]. Moscow, Smisl Publ., 2006, 63 p. (In Russ.)

Maddi S. *Zhiznestoikost', ee diagnostika i trening* [Resilience, its diagnosis and training]. Moscow, Institut ekzistencial'noy psihologii i zhiznetvorchestva Publ., 2019, 194 p. (In Russ.)

Maddi S.R., Hoshaba D.M. *Zhiznestoikost' i psicheskoe zdorov'e* [Resilience and mental health]. *Zhurnal otsenki lichnosti* [Journal of Personality Assessment], 1994, vol. 63, No. 2, pp. 85-272. (In Russ.)

Postnikova M.I., Miklyaeva A.V., Sivrikova N.V., Regush L.A. *Izmeneniya jiznestoikosti predstaviteley raznih pokoleniy rossiyan v nachale XXI veka* [Changes in the resilience of representatives of different generations of Russians at the beginning of the XXI century]. *Socialnaya psihologiya i obschestvo* [Social psychology and Society], 2022, vol. 13, No. 1, pp. 87-103. (In Russ.)

Sheehy G. *Vozrastnie krizisi. Stupeni lichnostnogo rosta* [Age crises. Stages of personal growth]. St. Petersburg, Kaskad Publ., 2005, 434 p. (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 23.01.2024; одобрена после рецензирования 22.02.2024; принята к публикации 06.03.2024.

The article was submitted 23.01.2024; approved after reviewing 22.02.2024; accepted for publication 06.03.2024.