

УДК 159.9

DOI: 10.26140/anip-2020-0903-0088

**ВКЛАД ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И ВОСПРИНИМАЕМОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ  
В ПОКАЗАТЕЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ  
УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

© 2020

AuthorID: 166933

SPIN: 9471-8985

ResearcherID: D-4700-2017

ORCID: 0000-0001-8389-2275

ScopusID: 53984860100

**Микляева Анастасия Владимировна**, доктор психологических наук,  
профессор кафедры психологии человека*Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена  
(191986, Россия, Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 48, e-mail: a.miklyaeva@gmail.com)*

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования, направленного на проверку гипотезы о том, что жизнестойкость выполняет функцию медиатора, опосредующего взаимосвязи психологического благополучия и объема воспринимаемой социальной поддержки. Проверка гипотезы осуществлялась на материале результатов исследования, в котором приняли участие 1534 школьников и студентов в возрасте 15-21 год (68,9 % женщин), обучающиеся в учебных заведениях Санкт-Петербурга, Новосибирска и Камчатского края. В исследовании использовались Методика оценки психологического благополучия (Континуум ментального здоровья *MHC-SF*, К. Киз, в адаптации Е.Н. Осина), Тест жизнестойкости (скрининговая версия Е.Н. Осина), Шкалы воспринимаемой социальной поддержки (Многомерная шкала восприятия социальной поддержки *MSPSS*, Д. Зимет, в адаптации В. М. Ялтонского и Н. А. Сироты). Результаты позволяют констатировать, что для респондентов характерен достаточно высокий уровень психологического благополучия (благоприятные показатели составили 64,7 %, «группа риска» составила 15,5 %), жизнестойкости (оптимальный уровень зафиксирован у 70,5 %, группа риска – 10,0 %), а также объема воспринимаемой социальной поддержки (благоприятные показатели обнаружены в 91,1 % случаев, показатели «группы риска» – в 8,9 %). Показано, что регрессионная модель, в которой взаимосвязь показателей психологического благополучия и социальной поддержки опосредована показателями жизнестойкости, обладает несколько большей объяснительной способностью, в сравнении с моделью, в которой оцениваются прямые взаимосвязи между показателями психологического благополучия и социальной поддержки. Ключевыми факторами, опосредующими взаимосвязи показателей воспринимаемой социальной поддержки и психологического благополучия, являются такие компоненты жизнестойкости, как вовлеченность и контроль. В то же время, относительно невысокий процент объясненной дисперсии показателя психологического благополучия позволяет отметить необходимость поиска иных, помимо жизнестойкости, внутриличностных факторов, опосредующих взаимосвязи между психологическим благополучием и воспринимаемой социальной поддержкой.

**Ключевые слова:** молодежь, психологическое благополучие, предикторы психологического благополучия, жизнестойкость, воспринимаемая социальная поддержка.

**CONTRIBUTION OF HARDNESS AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT TO INDICATORS  
OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN YOUTH**

© 2020

**Miklyaeva Anastasia Vladimirovna**, doctor of psychology, professor  
at the Human Psychology Department*Herzen State Pedagogical University of Russia**(48, Moika emb., St. Petersburg, 191186, Russian Federation, e-mail: a.miklyaeva@gmail.com)*

**Abstract.** The article presents the results of a study aimed at testing the hypothesis that hardness mediates the relationship between psychological well-being and perceived social support. The hypothesis was tested in the empirical study which involved 1534 students aged 15-21 (68,9 % women) from educational institutions in Saint Petersburg, Novosibirsk and Kamchatka. The study used such methods as Continuum of mental health, short form (C. Keyes, adopted by E.N. Osin), Hardiness test (screening version by E.N. Osin), Multidimensional scale of perception of social support (D. Zimet, adopted by V.M. Yaltonsky and N.A. Sirota). The results demonstrate that the respondents are primarily characterized by a fairly high level of psychological well-being (64,7 % of respondents with favorable indicators, 15,5 % – “risk group”), hardiness (70,5 % with optimal indicators, “risk group” – 10,0 %) and perceived social support (favorable indicators were found in 91,1% of cases, “risk group” – in 8.9%). Comparison of two regression models showed the advantage of the model, which included hardiness as mediator between indicators of psychological well-being and social support (relatively to the model of direct relationship between psychological well-being and social support). The key mediating factors between indicators of perceived social support and psychological well-being were such components of hardness as commitment and control. At the same time, moderate percentage of the psychological well-being explained variance makes it possible to note the need to search for other intrapersonal factors (in addition to hardness) which mediate the relationship between psychological well-being and perceived social support.

**Keywords:** youth, psychological well-being, predictors of psychological well-being, hardiness, perceived social support.

**ВВЕДЕНИЕ**

Изучение психологического благополучия молодежи, как в аспекте возрастной и социокультурной динамики его уровневых характеристик, так и в аспекте поиска поддерживающих его факторов, является одним из приоритетных направлений работы в контексте развития научно-обоснованной системы психологического сопровождения взросления. Психологическое благополучие представляет собой актуальное переживание, в котором находит отражение оценка человеком собственного личностного функционирования с точки зрения полноты

реализации своего потенциала, которая находит выражение в удовлетворенности собой и собственной жизнью [1, 2]. Психологическое благополучие детерминировано способностью к осуществлению личностного выбора и саморазвития [3] и обеспечивает возможность осмысленного и ответственного подхода к построению собственного жизненного пути, что является важнейшей возрастной задачей развития для этапа жизни, который обозначается собирательной категорией «молодость», по сути, объединяющей старший подростковый и юношеский возраст, а также период ранней зрелости [4].

Несомненная актуальность изучения факторов, определяющих психологическое благополучие молодежи, определяет большое количество исследований, посвященных данной проблеме, в которых описываются его разнообразные внутриличностные и средовые ресурсы.

В числе средовых ресурсов психологического благополучия молодежи большое внимание уделяется социальной поддержке. Многочисленные исследования показывают, что психологическое благополучие тесно связано с наличием достаточной социальной поддержки (реальной или воспринимаемой) [5, 6], поскольку социальная поддержка обеспечивает уверенность в доступности материальных и эмоциональных ресурсов в случае столкновения с жизненными трудностями [7], а также способствует повышению эффективности саморегуляции в когнитивной, аффективной и поведенческой сферах [8], обеспечивая тем самым более высокую удовлетворенность жизнью [9]. Однако в перечисленных интерпретациях взаимосвязей между психологическим благополучием и социальной поддержкой явственно прослеживаются гипотезы о внутриличностных переменных, которые опосредуют влияние социальной поддержки на психологическое благополучие, таких как стрессоустойчивость, способность к саморегуляции, поддержанию позитивного эмоционального фона и т.д. Целый ряд исследований демонстрирует, что в качестве внутриличностных медиаторов, опосредующих взаимосвязь между объемом социальной поддержки и психологическим благополучием, могут выступать степень социальной активности личности [10], самооценка [11], самоконтроль [12] и др. Также имеются данные о том, что по мере взросления сила взаимосвязей между психологическим благополучием и социальной поддержкой ослабевает [13], что также может объясняться формированием внутриличностных медиаторов, опосредующих вклад социальной поддержки в психологическое благополучие.

Обобщая данные о внутриличностных медиаторах, определяющих характер взаимосвязей между объемом воспринимаемой социальной поддержки и психологическим благополучием молодежи, можно предположить, что в ряду таких медиаторов существенное место занимает такое личностное качество, как жизнестойкость. Жизнестойкость представляет собой «меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности» [14, с. 3]. Жизнестойкость в единстве трех составляющих ее компонентов – вовлеченности, контроля и принятия риска – не просто позволяет личности поддерживать гомеостатическое равновесие со средой, но обеспечивает возможности личностного развития, поддержания продуктивной активности в ситуациях «жизненного вызова» [15], сохранения устойчивой жизненной позиции независимо от характера событий, происходящих жизни [16]. В течение последних десятилетий накоплены неоспоримые доказательства вклада жизнестойкости в успешность деятельности личности, продуктивность ее познавательной активности, физической выносливости [17].

Метааналитические исследования убедительно демонстрируют, что жизнестойкость является одним из самых надежных предикторов благополучия личности [18]. Такие же весомые аргументы имеются в пользу того, что в формирование и укрепление жизнестойкости личности вносит существенный вклад объем социальной поддержки. Исследователи подчеркивают, что прочность связей между жизнестойкостью и объемом социальной поддержки обусловлена их взаимоподкреплением. С одной стороны, социальная поддержка является важным фактором формирования жизнестойкости личности в «сензитивный» для ее становления период, который приходится на подростковый возраст [19]. С другой стороны, жизнестойкость способствует активному включению человека в социальные контакты, что

способствует их укреплению и развитию [16]. Имеются сведения о том, что вклад разных аспектов социальной поддержки (семейной поддержки, дружеской поддержки, поддержки со стороны иных «значимых других») неравнозначен и может варьироваться в зависимости от текущих обстоятельств жизни, изменения которых связаны на этом возрастном этапе с окончанием школы, поступление в новые учебные заведения, началом профессиональной деятельности и/или самостоятельной, отдельной от родителей жизни [20, 21]. Отмечается, что для женщин свойственна несколько большая заинтересованность в социальной поддержке, в сравнении с мужчинами [22]. Тем не менее, эти нюансы не оказывают существенного влияния на магистральную закономерность, которая заключается в том, что социальная поддержка является важным предиктором жизнестойкости [18]. В совокупности эти данные дают основание предполагать, что жизнестойкость выполняет функцию медиатора, опосредующего взаимосвязи психологического благополучия и объема воспринимаемой социальной поддержки. В нашем исследовании эта гипотеза проверялась на материале молодежной выборки. Теоретическая модель, подвергавшаяся эмпирической проверке, представлена на рисунке 1:



Рисунок 1 – Теоретическая модель взаимосвязей психологического благополучия, жизнестойкости и воспринимаемого объема социальной поддержки

## МЕТОДОЛОГИЯ

В исследовании приняли участие 1534 респондентов в возрасте 15-21 год (68,9 % женщин), обучающиеся в школах, средних специальных и высших учебных заведениях трех регионов России (Санкт-Петербург, Новосибирск, Камчатский край). Сбор эмпирических данных осуществлялся с помощью Методики оценки психологического благополучия (Континуум ментального здоровья *MHC-SF*, К. Киз, в адаптации Е.Н. Осина), Теста жизнестойкости (скрининговая версия Е.Н. Осина), Шкалы воспринимаемой социальной поддержки (Многомерная шкала восприятия социальной поддержки *MSPSS*, Д. Зимет, в адаптации В. М. Ялтонского и Н. А. Сироты). Для обработки полученных результатов использовался пакет прикладных статистических программ “Statistica 12.0”, с помощью которого рассчитывались описательные статистики ( $M \pm \sigma$ ), а также осуществлялся дисперсионный ( $F$ ), корреляционный ( $r_s$ ) и регрессионный ( $\beta$ ) анализ.

## РЕЗУЛЬТАТЫ

Описательные статистики для всех оцениваемых параметров, а также корреляционные взаимосвязи между ними, представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Описательные статистики и коэффициенты корреляции для оцениваемых параметров психологического благополучия, жизнестойкости и объема воспринимаемой социальной поддержки. Примечание: для всех коэффициентов корреляции  $p < 0,001$

Параметры	M	$\sigma$	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Психологическое благополучие	41,28	17,01	1,00	0,63	0,62	0,59	0,53	0,43	0,36	0,29	0,33
2. Жизнестойкость (сумм.)	22,03	8,50		1,00	0,94	0,90	0,93	0,43	0,38	0,30	0,32
3. Вовлеченность	7,58	3,39			1,00	0,77	0,80	0,46	0,38	0,33	0,35
4. Контроль	7,35	2,78				1,00	0,76	0,37	0,33	0,26	0,26
5. Принятие риска	7,10	3,04					1,00	0,35	0,33	0,22	0,26
6. Объем воспринимаемой поддержки (сумм.)	10,32	2,40						1,00	0,71	0,79	0,81
7. Семейная поддержка	3,37	1,02							1,00	0,26	0,41
8. Дружеская поддержка	3,44	1,14								1,00	0,50
9. Поддержка со стороны значимых других	3,51	0,96									1,00

Согласно полученным результатам, для двух третей

респондентов характерен достаточно высокий уровень психологического благополучия: ответы 27,98 % могут быть квалифицированы как «уровень психологического благополучия несколько выше среднего», 27,24 % – «существенно выше среднего», 9,57 % – «очень высокий». Для 19,68 % респондентов уровень психологического благополучия квалифицируется как «несколько ниже среднего», для 11,65 % – «существенно ниже среднего», для 3,88 % – «очень низкий». Достоверных различий уровневых характеристик психологического благополучия по параметрам «пол респондента» и «возраст респондента» не обнаружено ( $F=0,80$  при  $p=0,37$ ,  $F=1,69$  при  $p=0,12$  соответственно). В целом, можно утверждать, что для молодежи характерен довольно высокий уровень психологического благополучия, и в «группу риска» по этому параметру могут быть отнесены не более 15 % юношей и девушек.

Помимо этого, в обследованной выборке преобладают респонденты с оптимальным уровнем жизнестойкости (70,52 %). Сниженный уровень жизнестойкости зафиксирован у 19,47 % респондентов, 10,01 % отнесены к «группе риска». Достоверных различий уровневых характеристик жизнестойкости по параметрам «пол респондента» и «возраст респондента» не выявлено. В то же время, обнаружено некоторые тенденции: несколько более высокие показатели жизнестойкости характерны для юношей, в сравнении с девушками ( $F=3,42$  при  $p=0,07$ ); кроме того, отмечено последовательное нарастание значений суммарного показателя жизнестойкости в период 15-17 лет и его последующее снижение вплоть до 21 года ( $F=1,92$  при  $p=0,07$ ). Детальный анализ показал, что наибольший вклад в описанные на уровне тенденции различия по параметру «возраст» вносят такие компоненты жизнестойкости, как «вовлеченность» ( $F=2,40$  при  $p=0,03$ ) и «принятие риска» ( $F=2,93$  при  $p=0,01$ ), по параметру «пол» – «вовлеченность» ( $F=4,12$  при  $p=0,04$ ) и «контроль» ( $F=9,79$  при  $p=0,00$ ). Вместе с тем, общий уровень жизнестойкости в обследованной выборке довольно однороден, что позволяет рассматривать жизнестойкость как личностную характеристику, относительно стабильную на протяжении возрастного периода 15-21 год.

Респонденты констатируют достаточно высокий объем воспринимаемой социальной поддержки. Субъективно низкий уровень воспринимаемой социальной поддержки зафиксирован только у 8,94 % респондентов, для остальных характерны довольно высокие (17,36 %) и высокие (73,70%) показатели. Респонденты фиксируют источники социальной поддержки в различных сферах жизни: в семье, в сфере дружеских контактов и более широких социальных связей. При этом суммарный показатель объема воспринимаемой социальной поддержки среди девушек достоверно выше, чем среди юношей ( $F=12,27$  при  $p=0,00$ ), и эти различия не затрагивают семейную поддержку ( $F=0,33$  при  $p=0,57$ ) и обусловлены, прежде всего, воспринимаемой поддержкой в сфере дружеских контактов ( $F=5,05$  при  $p=0,03$ ), а также других значимых внесемейных отношений ( $F=3,51$  при  $p=0,00$ ). Помимо этого, зафиксированы два «возрастных пика» показателя объема воспринимаемой социальной поддержки, которые приходятся на возрастные периоды 17 и 19 лет ( $F=2,53$  при  $p=0,02$ ), которые также определяются изменением показателей дружеской поддержки ( $F=3,23$  при  $p=0,00$ ) и поддержки со стороны значимых других ( $F=2,41$  при  $p=0,03$ ) при относительной стабильности показателей семейной поддержки ( $F=1,55$  при  $p=0,16$ ). Таким образом, в нашем исследовании зафиксирована отмечаемая ранее другими исследователями тенденция к более высоким оценкам объема воспринимаемой социальной поддержки женщинами, в сравнении с мужчинами, при этом обнаружено, что наибольший вклад в эти различия вносит воспринимаемая поддержка во внесемейных контактах. Воспринимаемая семейная поддержка остается стабильно высокой на протяжении всего периода 15-21 года как среди девушек, так и среди

юношей, тогда как показатели внесемейной поддержки, судя по всему, демонстрируют динамику, обусловленную изменениями социальной ситуации развития молодых людей (окончание школы и поступление в среднее специальное или высшее учебное заведение, начало трудовой деятельности), в целом оставаясь при этом на довольно высоком уровне.

Несмотря на некоторые различия исследуемых переменных по параметрам «возраст респондентов» и «пол респондентов», структура корреляционных взаимосвязей во всех без исключения субвыборках, выделенных на основании этих параметров, оказалась идентичной общегрупповой картине. Все переменные связаны положительными корреляционными связями, уровень значимости соответствующих коэффициентов корреляции  $p \leq 0,01$ . Сходство структуры корреляционных взаимосвязей позволило осуществить эмпирическую проверку основной гипотезы исследования, согласно которой жизнестойкость выполняет функцию медиатора, опосредующего взаимосвязи психологического благополучия и объема воспринимаемой социальной поддержки, на материале анализа данных, полученных в совокупной выборке. Проверка гипотезы осуществлялась с помощью регрессионного анализа, результаты которого представлены на рисунках 2-3.

На рисунке 2 представлены две регрессионные модели, которые демонстрируют вклад показателя воспринимаемой социальной поддержки в показатель психологического благополучия. Первая модель демонстрирует характер прямых регрессионных взаимосвязей этих показателей, во вторую модель включен показатель жизнестойкости в качестве медиатора, опосредующего их взаимосвязи.



Рисунок 2 – Результаты регрессионного анализа: воспринимаемая социальная поддержка как предиктор психологического благополучия и жизнестойкости (примечание: \*\*\* –  $p < 0,001$ )

Представленные результаты демонстрируют, что более высокой объяснительной способностью обладает вторая регрессионная модель, в которой жизнестойкость выступает медиатором, опосредующим взаимосвязи между показателями психологического благополучия и социальной поддержки. В первой модели доля дисперсии показателя психологического благополучия, объясненная показателем воспринимаемой социальной поддержки, составила 18 %, что не вполне достаточно для того, чтобы считать объем воспринимаемой социальной поддержки надежным предиктором психологического благополучия. Значительно более надежным предиктором психологического благополучия является жизнестойкость, которая объясняет около 40 % дисперсии показателя психологического благополучия. Показатель объема воспринимаемой социальной поддержки, в свою очередь, объясняет 23 % дисперсии суммарного показателя жизнестойкости, что несколько больше, чем в случае оценки прямых связей между показателями психологического благополучия и воспринимаемой социальной поддержки. Можно констатировать, что объем воспринимаемой социальной поддержки вносит больший вклад в результирующие показатели психологического благополучия, будучи преломленным через систему жизнестойких установок личности, позволяющих ассимилировать поддержку и превратить ее в значимый личностный ресурс.

Детализированный анализ показал, что наиболее значимыми предикторами психологического благополучия являются такие компоненты жизнестойкости, как «во-



влеченность» и «контроль», тогда как компонент «принятие риска» не вносит значимого вклада в дисперсию показателя психологического благополучия. Показатели воспринимаемой социальной поддержки, в свою очередь, вносят несколько более существенный вклад в дисперсию показателя вовлеченности, в сравнении с показателем контроля.

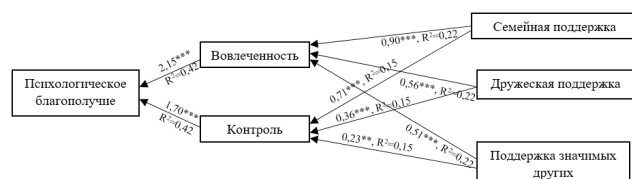


Рисунок 3 – Результаты регрессионного анализа: аспекты воспринимаемой социальной поддержки как предикторы психологического благополучия и компонентов жизнестойкости (примечание: \*\* –  $p < 0,01$ , \*\*\* –  $p < 0,001$ )

Таким образом, наиболее существенным медиатором взаимосвязей между объемом социальной поддержки и психологическим благополучием молодежи является вовлеченность, которая позволяет молодым людям чувствовать себя включенными в собственную жизнь и получать удовольствие от этого, что в подростковом и юношеском возрасте, а также в период ранней взрослости, в соответствии с возрастными задачами развития тесно связано со становлением, развитием и укреплением системы значимых отношений с другими людьми. Этот вывод позволяет сформулировать гипотезу о том, что на других этапах жизненного пути структура взаимосвязей между показателями психологического благополучия, компонентами жизнестойкости и аспектами социальной поддержки может быть принципиально иной в силу различий контекста личностного функционирования.

В целом, однако, можно констатировать, что процент объясненной дисперсии показателя психологического благополучия показателями жизнестойкости и объема воспринимаемой социальной поддержки, включенными в регрессионную модель на рисунке 3, относительно невысоок, что не позволяет считать гипотезу исследования полностью подтвержденной. На основе полученных результатов можно утверждать, что такие компоненты жизнестойкости, как вовлеченность и контроль, опосредуют взаимосвязь между психологическим благополучием и объемом воспринимаемой социальной поддержки (во всех ее аспектах), но при этом, вероятно, существуют и другие внутриличностные переменные, которые медируют вклад воспринимаемой социальной поддержки в психологическое благополучие молодежи. Поиск таких медиаторов представляется перспективным направлением развития исследований психологического благополучия молодежи.

## ВЫВОДЫ

Основная гипотеза исследования, согласно которой вклад воспринимаемой социальной поддержки в психологическое благополучие молодежи опосредован уровнем жизнестойкости, подтвердилась частично. Регрессионная модель, соответствующая данной гипотезе, обладает большей объяснительной способностью, в сравнении с моделью, оценивающей прямой вклад объема социальной поддержки в психологическое благополучие, что позволяет признать жизнестойкость (прежде всего, в компонентах вовлеченности и контроля) медиатором, опосредующим взаимосвязь между психологическим благополучием молодежи и объемом воспринимаемой социальной поддержки. Вместе с тем, полученные результаты не дают оснований рассматривать жизнестойкость как единственный (или ключевой) медиатор, что определяет актуальность дальнейших исследований, направленных на поиск внутриличностных факторов, опосредующих связь психологического бла-

гополучия и воспринимаемой социальной поддержки, с последующим сопоставлением их вклада в дисперсию показателя психологического благополучия молодежи с аналогичным вкладом жизнестойкости.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ryan R.M., Huta V., Deci E.L. Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia // *Journal of Happiness Studies*. 2008. Vol. 9. Pp. 139-170.
2. Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 57 (6). Pp. 1069-1081.
3. Ryff C.D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia // *Psychotherapy and psychosomatics*. 2014. Vol. 83 (1). Pp. 10-28. DOI: 10.1159/000353263
4. Социология молодежи / Под ред. В.Т. Лисовского. СПб.: Изд-во СПбГУ, 1996. 460 с.
5. Cutrona, C.E., Russell D.W. The provisions of social relationships and adaptation to stress // W.H. Jones, D. Perlman (Eds.). *Advances in personal relationships*: Vol. 1. Greenwich, CT: JAI Press, 1987. Pp. 37-67.
6. Helliwell J.F., Barrington-Leigh C.P., Harris A., Huang H. International evidence on the social context of well-being // *NBER Working Paper Series*. Cambridge, MA: National Bureau of Economic Research, 2009. DOI: 10.3386/w14720
7. Cohen S. Social relationships and health // *American Psychologist*. 2004. Vol. 59. Pp. 676-684. DOI: 10.1037/0003-066X.59.8.676
8. Lakey B., Orehek E. Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health // *Psychological Review*. 2011. Vol. 118. Pp. 482-495. DOI: 10.1037/a0023477
9. Siedlecki K.L., Salthouse T.A., Oishi S., Jeswani S. The relationship between social support and subjective well-being across age // *Social Indicators Research*. 2014. Vol. 117. Pp. 561-576. DOI: 10.1007/s11205-013-0361-4
10. Sharifian N., Grün D. The differential impact of social participation and social support on psychological well-being: evidence from the Wisconsin longitudinal study // *International Journal of Aging & Human Development*. 2019. Vol. 88 (2). Pp. 107-126. DOI: 10.1177/0091415018757213
11. Gardner A.A., Webb H.J.A contextual examination of the associations between social support, self-esteem, and psychological well-being among Jamaican adolescents // *Youth & Society*. 2019. Vol. 51 (5). Pp. 707-730. DOI: 10.1177/0044118X17707450
12. Ullah F.I. Personality factors and perceived social support as determinants of psychological well-being among university students Indian // *Journal of Health and Wellbeing*. 2017. Vol. 8(1). Pp. 41-48.
13. Miething A., Almquist Y.B., Rostila M., Edling C., Rydgren J. Friendship networks and psychological well-being from late adolescence to young adulthood: a gender-specific structural equation modeling approach // *BMC Psychology*. 2016. Vol. 4 (1). Pp. 34. DOI: 10.1186/s40359-016-0143-2
14. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 56 с.
15. Maddi S.R., Khoshaba D.M., Harvey R.H., Fazel M., Resurreccion N. The personality construct of hardiness. V: Relationships with the construction of existential meaning in life // *Journal of Humanistic Psychology*. 2011. Vol. 51 (3). Pp. 369-388. DOI: 10.1177/0022167810388941
16. Kobasa S.C., Maddi S.R., Puccetti M.C., Zola M.A. Effectiveness of hardiness, exercise, and social support as resources against illness // *Journal of Psychosomatic Research*. 1985. Vol. 29 (5), pp. 525-533. DOI: 10.1016/0022-3999(85)90086-8
17. Maddi S.R. Hardiness: The courage to grow from stresses // *The Journal of Positive Psychology*. 2006. Vol. 1 (3). Pp. 160-168. DOI: 10.1080/17439760600619609
18. Eschleman K.J., Bowling N.A., Alarcon G.M. A meta-analytic examination of hardiness // *International Journal of Stress Management*. 2010. Vol. 17 (4). DOI: 10.1037/a0020476
19. Фомина А.Н. Жизнестойкость личности. М.: Прометей, 2012. 151 с.
20. Sahin-Baltaci H., Karatas Z. Perceived social support, depression and life satisfaction as the predictor of the resilience of secondary school students: The case of Burdur // *Eurasian Journal of Educational Research*. 2015. Vol. 60. Pp. 111-130. DOI: 10.14689/ejer.2015.60.7
21. Soest T., Mossige S., Stefansen K., Hjemdal O. A validation study of the resilience scale for adolescents (READ) // *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2015. Vol. 32 (2). Pp. 215-225.
22. Frey C.U., Röthlisberger C. Social support in healthy adolescents // *Journal of Youth and Adolescence*. 1996. Vol. 25. Pp. 17-31.

**Статья публикуется при поддержке гранта Российского фонда фундаментальных исследований, проект № 17-29-02438 «Психологические, социальные и средовые ресурсы здоровья учащихся разных ступеней образования в современной России».**

Статья поступила в редакцию 13.03.2020

Статья принята к публикации 27.08.2020