

ПСИХОЛОГИЯ – ПРАКТИКЕ / PSYCHOLOGY TO PRACTICE

Научная статья / Research Article
<https://doi.org/10.11621/LPJ-25-48>
УДК/УДК 159.99; 159.9.072

Классификация ресурсов специалистов экстремального профиля

Д.Ю. Федюнина 

Институт психологии Российской академии наук, Москва,
Российская Федерация

 dariafedyunina@mail.ru

Резюме

Актуальность. Статья посвящена разработке классификации психологических ресурсов специалистов, чья профессиональная деятельность осуществляется в условиях чрезвычайных и экстремальных ситуаций. Особую значимость работе придает комплексное изучение ресурсов специалистов экстремального профиля, так как ранее рассматривались лишь отдельные их компоненты.

Цель. Цель работы — выделить ресурсы, значимые для специалистов экстремального профиля.

Выборка. В исследовании приняли участие 240 специалистов экстремального профиля.

Методы. Применялись «Методика структурированного описания ситуации» и рисуночная методика «Образ ресурса», позволяющие получить качественные данные; а также стандартизированные опросники: «Типы ориентаций в трудных ситуациях», шкалы самоэффективности, витальности. Качественные данные обрабатывались с помощью контент-анализа. Количественные данные обрабатывались с использованием описательной статистики и одновыборочного *t*-критерия Стьюдента.

Результаты. Выделены внутренние и внешние ресурсы специалистов экстремального профиля. К внутренним ресурсам относятся опыт, знания, планомерный копинг, саморегуляция, оптимизм, самоэффективность, внутренний локус контроля, ответственность, религиозные ценности, физическая подготовка и смыслообразующие ресурсы. Внешние ресурсы включают социальные ресурсы, техническое обеспечение, информацию и время.

Выводы. Создана классификация, которая объединяет значимые для специалистов экстремального профиля психологические ресурсы. Результаты исследования могут быть использованы в процессе подготовки специалистов к профессиональной деятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Ключевые слова: психологические ресурсы, классификация, восприятие трудной ситуации, специалисты экстремального профиля

Для цитирования: Федюнина, Д.Ю. (2025). Классификация ресурсов специалистов экстремального профиля. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 48(4), 246–275. <https://doi.org/10.11621/LPJ-25-48>

Classification of Extreme Specialist Resources

Daria Y. Fedyunina 

Institute of Psychology of the Russian Academy of Science, Moscow,
Russian Federation

 dariafedyunina@mail.ru

Abstract

Background. The article covers the classification development of psychological resources in specialists whose professional activity is related to work in emergency and extreme situations. The significance of the work lies in the comprehensive study of the resources of extreme profile specialists, since previously only individual components were considered.

Objective. The scope is to highlight resources that are important for extreme profile specialists.

Study Participants. The study involved 240 extreme specialists.

Methods. The “Method of Structured Description of the Situation” and the “Image of Resource” drawing method were used, allowing us to obtain qualitative data; as well as standardised questionnaires: “Types of Orientations in Difficult Situations”, self-efficacy and vitality scales. Qualitative data were processed using content analysis. Quantitative data were processed using descriptive statistics and Student’s one-sample t-test.

Results. Internal and external resources of extreme profile specialists are distinguished. Internal resources include experience, knowledge, systematic coping, self-regulation, optimism, self-efficacy, internal locus of control, responsibility,

religious values, physical training and meaning-forming resources. External resources include social resources, technical support, information and time.

Conclusions. A classification that combines psychological resources significant for extreme profile specialists has been created. The results of the study can be used in the process of training specialists for professional activities in extreme and emergency situations.

Keywords: psychological resources, classification, perception of difficult situations, extreme profile specialists

For citation: Fedyunina, D.Y. (2025). Classification of extreme specialist resources. *Lomonosov Psychology Journal*, 48(4), 246–275. <https://doi.org/10.11621/LPJ-25-48>

Введение

Ресурсный подход в психологии на сегодняшний день характеризуется разнообразием концепций и идей, связанных с функционированием системы ресурсов человека. Это приводит к различным трактовкам и спорным взглядам на природу ресурсов (Журавлев и др., 2023). Концепции охватывают широкий спектр ресурсов разных видов. Однако под конкретные виды деятельности нужны специфические классификации. Данная статья посвящена разработке классификации психологических ресурсов специалистов экстремального профиля. Необходимость разработки единой классификации психологических ресурсов специалистов экстремального профиля обусловлена несколькими факторами: единая классификация психологических ресурсов поможет исследователям и практикующим специалистам развивать новые методики и подходы; классификация позволит выделить основные категории и типы ресурсов, выявить их особенности и эффективность в различных ситуациях. Это может способствовать созданию более эффективных инструментов и программ поддержки специалистов.

Рассмотрим существующие на сегодняшний день определения и классификации ресурсов. К категории «личностные ресурсы» ряд авторов (С. Мадди, Дж. Роттер, А. Бандура) относит такие конструкты, как «жизнестойкость», «локус контроля», «базисные убеждения», «субъективная витальность», «самоэффективность» и др. (Иванова и др., 2018). Личностные ресурсы рассматриваются как «стратегические» средства, условия для реализации желаемых результатов

в сложных жизненных ситуациях и профессиональных трудностях (Водопьянова, 2015). Ресурсы разделяют на специфические (узко-направленные, имеющие смысл только для конкретных стрессовых ситуаций) и универсальные метаресурсы (значимые в разнообразных стрессовых ситуациях) (Леонтьев, 2016).

Ресурсы описываются с разных точек зрения, и их классификация идет также по разным основаниям. Например, имеющие определенную цель: ресурсы адаптации, ресурсы устойчивости (Крюкова, 2008), или различные по модусу активности: ситуативные, надситуативные (Петровский, 1996). Ресурсы классифицируют на физиологические (общее состояние здоровья), предметно-материальные (средства и объекты, расширяющие возможности индивида), социальные (поддержка) и психологические (ресурсы устойчивости, мотивационно-смысловые) (Леонтьев, 2016).

Таким образом, можно отметить широкую трактовку понятия «ресурсы», характеризующего разные качества индивида, личности или группы. Для нас представляется значимым рассмотрение психологических ресурсов устойчивости определенной группы, а именно специалистов экстремального профиля. Работая в условиях чрезвычайной ситуации (далее — ЧС), они оказываются под воздействием огромного количества стрессовых факторов. Спецификой их работы является необходимость быстрого реагирования, контроля над собой и ситуацией, ненормированный распорядок рабочей деятельности, дефицит информации (Шойгу, 2007). Такие объективные факторы, как дефицит информации, особенности ситуации, не поддаются прямому контролю, однако их необходимо учитывать как важную составляющую профессиональной деятельности. Субъективные факторы (особенности восприятия, наличие внутренних ресурсов) поддаются контролю и могут быть сформированы в процессе обучения. Особенности работы позволяют предположить существование уникальных ресурсов, которые следует выделять наряду с универсальными. Рассмотрим исследования, в которых изучались ресурсы специалистов экстремального профиля.

Показано, что альтруизм приводит к устойчивости в условиях стихийных бедствий, предполагает рефлексивную позицию и возможность продолжать работу при столкновении с трудностями (Mao et al., 2022). У пожарных Академии государственной противопожарной службы МЧС России альтруистическая направленность выступает ресурсом устойчивости к эмоциональному выгоранию (Молчанова, 2016).

Специфическим ресурсом для пожарных и спасателей является дух товарищества. Он играет защитную роль в минимизации нагрузки и связанных с ней неблагоприятных последствий профессиональной деятельности (Tuckey, Hayward, 2011). Сотрудники с большой выслугой лет придают значение передаче опыта курсантам и ценят коллективное участие в данном процессе (Giannini et al., 2016). Ресурсом является и сам опыт участия в ЧС. Специалисты, которые чаще участвовали в ликвидации ЧС, с большей вероятностью были готовы справиться со стрессорами, чем те, кто был отправлен на место проишествия впервые (Mao et al., 2022).

Личностные психологические ресурсы специалиста во многом предопределяют избираемую стратегию адаптации к условиям трудной ситуации. Наибольший вклад в успешную адаптацию вносят те ресурсы, которые способствуют избранию активных стратегий. Чем больше спасатели используют методы активного преодоления, планирования, поиска социальной поддержки, тем ниже вероятность развития посттравматического роста (Ogińska-Bulik, Zadworna-Cieślak, 2018; Филиппченкова, Гревцева, 2024). В рамках адаптивных стратегий обнаружено активное совладание, включающее в себя позитивное переосмысление, сосредоточение на проблеме, самоэффективность и эмоциональную поддержку (Díaz-Tamayo et al., 2022).

Выделяют следующие черты личности, способствующие устойчивости спасателей: жизнестойкость, оптимизм, альтруизм, чувство юмора, адаптивное преодоление трудностей и социальная поддержка. Использование юмора (в том числе черного юмора) способствует повышению устойчивости спасателей и позволяет снизить количество тревожно-фобических реакций (Шмелева и др., 2024; Mao et al., 2022).

Обобщая результаты обзора, отметим, что в современной литературе представлено большое количество классификаций ресурсов по разным основаниям, однако отсутствует целостная классификация базовых психологических ресурсов специалистов экстремального профиля. В ряде случаев авторы выделяют отдельные специфичные ресурсы специалистов, но не формируют единую классификационную структуру. В связи с этим мы решаем задачу создать целостное описание для конкретной категории специалистов. Исходным для нас является следующее рабочее определение: ресурсы можно рассматривать как различные средства, наличие и достаточность которых способствует достижению цели и поддержанию благополучия, а отсутствие или недостаточность — затрудняет (Леонтьев, 2016).

Цель данной работы — выделить ресурсы специалистов экстремального профиля, основываясь на их экспертных оценках. Мы изучили психологические ресурсы специалистов и выявили значимые ресурсы, исходя из анализа их отчетов. Для того, чтобы охватить ресурсы разных уровней, мы использовали возможности разных методик (проективных рисунков, стандартизованных опросников).

Выборка

В исследовании приняли участие 240 специалистов экстремального профиля (233 мужчины, 7 женщины в возрасте от 20 до 67 лет): 141 спасатель международного класса РФ, 3 сотрудника ФГБУ «Центр экстренной психологической помощи МЧС России», входящие в реагирующий состав, 3 сотрудника ФГБУ «Всероссийский орден «Знак Почета» Научно-исследовательский институт противопожарной обороны», 4 сотрудника ФГКУ «Специального управления ФПС № 20 МЧС России», 33 сотрудника Академии государственной противопожарной службы МЧС России, 20 сотрудников специализированной пожарной охраны, 36 сотрудников пожарных команд «Всероссийского добровольного пожарного общества».

Методы исследования

Методики

Методика структурированного описания ситуации Е.В. Битюцкой (Битюцкая, 2013) в адаптации для спасателей Х.И. Емельяновой. Методика состоит из открытых вопросов о восприятии трудной ситуации, особенностях реагирования на нее. Методика предполагает анализ респондентом труднопреодолимой ситуации в профессиональной деятельности в виде ответов на следующие вопросы:

1. Что для Вас представляет собой предельно¹ трудная ситуация в профессиональной деятельности?

2. Какие эмоции Вы испытывали, оказавшись в предельно трудной ситуации в профессиональной деятельности?

¹ При проведении пилотажного исследования оказалось, что сочетание «предельно трудная ситуация» для специалистов экстремального профиля является более подходящим, чем «трудная ситуация». Наиболее частые ответы специалистов в процессе пилотажного исследования с использованием понятия «трудная ситуация» включали уточнение со стороны специалистов, что формулировка требует доработки и изменения на «предельные ситуации», так как в ином случае в профессиональной деятельности специалистов трудных ситуаций нет.

3. Какие действия, как правило, Вы предпринимаете в предельно трудной ситуации профессиональной деятельности?

4. Что помогало Вам преодолевать самые сложные ситуации в работе?

В бланке учитывался профессиональный статус в виде вариантов ответов, один из которых должен выбрать респондент: спасатель, старший смены или руководитель. В случае несовпадения с вышеуказанными ответами обозначалась руководящая или неруководящая должность. Руководящая должность включает в себя непосредственное реагирование и принятие итоговых решений в процессе ликвидации ЧС.

2. Опросник «Типы ориентаций в трудных ситуациях» выявляет направленность восприятия двух типов: на приближение к трудной ситуации (1) или уход от нее (2). К первому типу относятся ориентации: стремление к трудностям; ориентации на высокую трудоемкость; на сигналы угрозы; на возможности; на препятствия. Ко второму типу причисляются ориентации: на потери (избегание трудностей); на сохранение ресурсов (бездействие); на игнорирование трудности (беспечность) (Битюцкая, Корнеев, 2020). Ориентации на приближение, взаимодействие с трудностью рассматриваются нами как ресурс специалистов экстремального профиля, потому что их профессиональная деятельность предполагает внимание к деталям ситуации, ее анализ.

3. Методика для изучения самоэффективности (СЭ) (Шварцер и др., 1996).

4. Методика для изучения витальности (Александрова, 2014).

5. Рисуночная методика «Образ ресурса». Инструкция: «Изобразите в виде рисунка или схемы то, что Вам помогает преодолеть трудности профессиональной жизни. На обратной стороне листа напишите пояснения». Инструкция разработана для целей настоящего исследования Е.В. Битюцкой, Д.Ю. Федюниной в процессе пилотажного исследования (Федюнина, 2024).

Процедура сбора данных

На этапе сбора данных была проведена встреча с каждым участником исследования. Сначала было предложено письменно ответить на вопросы Методики структурированного описания ситуации. Далее респонденты заполняли три опросника: Типы ориентаций в трудных ситуациях (ТОРС), Шкала самоэффективности (СЭ), Шкала витальности. В завершение проводилась рисуночная методика: участникам

предлагалось изобразить образ ресурса и рассказать, что изображено на рисунке. Для этого предоставлялся лист А4 и карандаши: цветные и простой. Респондентов не ограничивали во времени, они имели возможность отказаться от участия в исследовании на любом этапе, о чем им сообщалось.

Процедура обработки данных

Первоначально анализировалась описательная статистика данных опросников. Для проверки различий между двумя группами для шкал ТОРС по уровню выраженности показателей по шкалам был применен *t*-критерий Стьюдента. Далее обрабатывались качественные данные (методики структурированного описания ситуации) с использованием контент-анализа. Данные были рассмотрены тремя экспертами-психологами для определения категорий. Общие категории разрабатывались индуктивно: на основе данных. Были выделены, например, «общая эмоциональность и переживания», «значимость времени и сроков», «суть трудности». Исключение составляет категория «преодоление», которая разрабатывалась с опорой на структуру Опросника способов копинга С. Фолкман и Р. Лазаруса (адаптация: Битюцкая, 2014). Для каждой категории выделялись более конкретные подкатегории. Например, категория «оценка ситуации» включает подкатегории: «положительная», «отрицательная», «нейтральная», «амбивалентная», «трудная ситуация», «нетрудная ситуация», «не выражена».

Кодировочная инструкция включает 9 категорий: «общая эмоциональность и переживания», «значимость времени и сроков», «оценка ситуации», «суть трудности», «суть ситуаций, вызывающих трудности», «преодоление», «критерии оценки», «копинг» и «источник ресурсов», а также 79 подкатегорий. В данной статье мы подробно описываем 2 категории («преодоление» и «источник ресурсов»), использованных для разработки классификации психологических ресурсов. Анализ рисунков также осуществлялся с использованием метода контент-анализа. В ходе исследования выделение категорий проводилось индуктивным способом: в опоре на содержание самих рисунков, а также на комментарии, которые участники оставляли на обратной стороне.

В процессе анализа данных с помощью метода контент-анализа мы применяли сегментарный подсчет (Богомолова и др., 2006): фиксировалось лишь первое упоминание подкатегории в одном описании ситуации или рисунке. Таким образом, если в ответах респондента

одна и та же подкатегория упоминалась несколько раз, это учитывалось как одно упоминание данной категории. В результатах мы описываем процент от общего числа респондентов. Классификация ресурсов разрабатывалась индуктивно (от эмпирических данных к общим выводам).

Результаты исследования

1. Результаты контент-анализа

Анализ ответов на вопросы Методики структурированного описания ситуации показал, что в категории «преодоление» чаще всего упоминается *планомерный копинг* (58 % от общего числа респондентов). Можно видеть следующие ответы: «продуманные действия», «успокоиться, проанализировать ситуацию и найти оптимальный выход», «анализ — соединить все точки, поиск решения». Следующие по частоте ответы были связаны с указанием на *помощь других людей* (33 %), например, «советуюсь со всеми участниками поисково-спасательной группы», «принятие коллективного решения, если есть такая возможность». Также важным фактором был *анализ или осознание опыта преодоления* подобных ситуаций (26 %). Например, ответы «ситуация, которую можно решить, опираясь на свой опыт, возможность или способы решения в целом», «предшествующий опыт». «Борьба», достижение цели несмотря ни на что (15 %): «выполнить поставленную задачу любой ценой», «не отступать». В единичных случаях использовались такие подкатегории, как: положительная переоценка, подбадривание себя, надежда на случай, судьба, уход, отвлечение, указание на помогающие обстоятельства, «невозможность преодоления» и «дистанцирование». Результаты представлены в Таблице 1.

По категории «источник ресурсов» мы выделили три подкатегории:

1. Внутренние ресурсы: опыт (29 %), вера в себя (12 %), контроль эмоций (11 %), оптимизм (7 %), смысл (6 %), ответственность (3 %), физическая подготовка (3 %), вера (1 %).

2. Социальные ресурсы: коллеги (27 %), семья (5 %), друзья (4 %), руководитель (1 %).

3. Объективные ресурсы (4 %): техническая подготовка, получение полной информации, время. Результаты представлены в Таблице 2.

Таблица 1

**Содержание категории «преодоление» на основе контент-анализа данных
Методики структурированного описания ситуации (N = 240)**

Подкатегории, относящиеся к «преодолению»	Числовые значения	Процентное соотношение (%)
Планомерный копинг	139	58
Указание на помочь других людей	80	33
Анализ или осознание опыта преодоления подобных ситуаций	62	26
«Борьба»	37	15
Уход, отвлечение	13	5
Положительная переоценка	11	5
Подбадривание себя	10	4
Надежда на случай, судьбу	10	4
Откладывание	10	4
Указание на помогающие обстоятельства	4	2
Самообвинение	1	0,4
Невозможность преодоления	1	0,4
Дистанцирование	1	0,4
Другое	1	0,4
Не указано	25	10

Table 1

Content of the category “coping” based on content analysis of data from the “Method of Structured Description of the Situation” (N = 240)

Coping subcategories	Numerical values	Percentage (%)
Systematic coping	139	58
Indicating help from others	80	33
Analysis or awareness of the experience of overcoming similar situations	62	26
Struggle	37	15
Neglect, distraction	13	5
Positive revaluation	11	5
Cheering yourself up	10	4
Hope for chance, fate	10	4
Postponement	10	4

Coping subcategories	Numerical values	Percentage (%)
Indication of helping circumstances	4	2
Self-blame	1	0.4
Inability to overcome	1	0.4
Distancing	1	0.4
Other	1	0.4
Not specified	25	10

Таблица 2
Содержание категории «источники ресурсов» на основе контент-анализа
Методики структурированного описания ситуации (N = 240)

Категории и подкатегории	Числовые значения	Процентное соотношение (%)
Внутренние ресурсы		
Опыт	69	29
Вера в себя	28	12
Контроль эмоций	27	11
Оптимизм	16	7
Смысл	14	6
Ответственность	7	3
Физическая подготовка	6	3
Вера	2	1
Социальные ресурсы		
Коллеги	64	27
Семья	13	5
Друзья	10	4
Руководитель	2	1
Объективные ресурсы	10	4

Table 2
Contents of the category “sources of resources” based on content analysis of the
“Method of Structured Description of the Situation” (N = 240)

Categories and subcategories	Numerical values	Percentage (%)
Internal resources		
Experience	69	29
Belief in oneself	28	12

Categories and subcategories	Numerical values	Percentage (%)
Control of emotions	27	11
Optimism	16	7
Meaning	14	6
Responsibility	7	3
Physical training	6	3
Faith	2	1
Social resources		
Colleagues	64	27
Family	13	5
Friends	10	4
Supervisor	2	1
Objective resources	10	4

2. Результаты методики «Образ ресурса»

Данные рисуночной методики указывают на высокую частоту встречаемости категории «коллектив как ресурс» (14%) (примеры на Рисунке 1). Категория «опыт» присутствует в 14% рисунков. Следующей по частоте упоминания категорией является «семья» (25%). Наиболее выражена категория «жизнь вне работы» (30%), показывающая важность разграничения профессиональной деятельности и личной жизни для специалистов. Многие рисунки изображают активный образ жизни вне работы (в том числе занятия экстремальными видами спорта). Данные представлены в Таблице 3.

Таблица 3

Содержание категорий на основе контент-анализа рисунков «Образ ресурса» (N = 138)

Категории	Числовые значения	Процентное соотношение (%)
«Жизнь вне работы»	42	30
Семья	35	25
Коллеги	20	14
Опыт, знания	19	14
Планомерный копинг, алгоритм действий	17	12
Оптимизм	13	9

Категории	Числовые значения	Процентное соотношение (%)
Смысл, цель	11	8
Друзья	10	7
Советская символика ²	7	5
Контроль эмоций	5	4
Вера	5	4
Внешние ресурсы (материальные: техника, деньги и т.д.)	5	4
Редко упоминаемые категории	5	4
Руководитель	4	3
Указание на внутренние ресурсы без конкретизации	4	3
Ответственность	4	3
Физическая подготовка	4	3
Уверенность	3	2
Домашнее животное	3	2

Table 3²³

Content of categories based on content analysis of the drawings “Resource Image” (N = 138)

Categories	Numerical values	Percentage (%)
“Life Outside of Work”	42	30
Family	35	25
Colleagues	20	14
Experience, knowledge	19	14
Systematic coping, algorithm of actions	17	12
Optimism	13	9
Meaning, purpose	11	8
Friends	10	7
Soviet symbols ³	7	5
Control of emotions	5	4
Faith	5	4

² См. пояснение в тексте.

³ For details, see the main text.

Categories	Numerical values	Percentage (%)
External resources (material: equipment, money, etc.)	5	4
Rarely mentioned categories	5	4
Supervisor	4	3
Indication of internal resources without specification	4	3
Responsibility	4	3
Physical training	4	3
Confidence	3	2
Pet	3	2

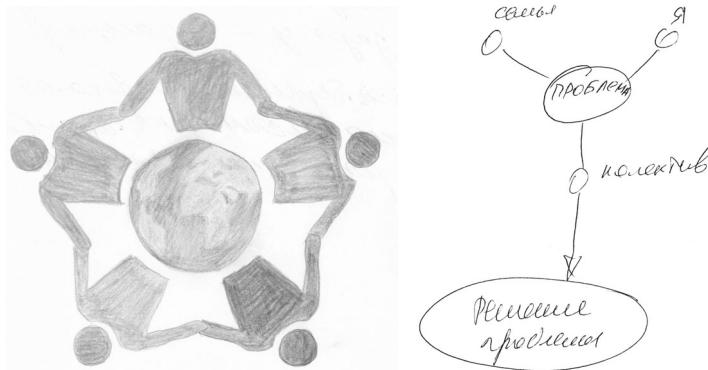


Рисунок 1

Примеры рисунков «Образ ресурса»

Figure 1

Examples of the drawings “Resource Image”

Помимо перечисленных, в рисунках были отображены следующие ресурсы: руководитель, друзья, оптимизм, контроль эмоций, вера (религиозные ценности), ответственность, физическая подготовка, объективные ресурсы (информация, технические средства, деньги) и смыслообразующие ресурсы (видеение цели, смысла выполняемой работы, оценка важности личных действий и их вклада в общую работу). Ресурсами, которые оказались проявленными исключительно в рисунках, были советская символика как отражение опоры на ценности советского времени и домашние животные. К единичному

изображению относится служба в армии, что передавало ресурсный для респондента смысл — преодоление данной ситуации.

3. Результаты опросника «Типы ориентаций в трудной ситуации», шкалы самоэффективности и витальности

Анализ данных ТОРС показал наибольшую выраженность по шкалам ориентаций на возможности (средний балл 2,26), на сигналы угрозы (2,24) и тщательности (2,20). Выраженными являются ориентация на препятствия (1,77) и драйв (1,80). Слабая выраженность получена по шкалам бездействия (1,02), избегания (0,83) и безопасности (0,70). Результаты представлены в Таблице 4.

Сравнение результатов выборки данного исследования с выборкой аprobации опросника (Битюцкая, Корнеев, 2020) одновыборочным t-тестом Стюдента обнаружило значимые различия средних значений по показателям «драйв», «тщательность», «ориентация на препятствия», «ориентация на возможности» и «ориентация на сигналы угрозы» (показатели выше), «избегание», «бездействие» и «безопасность» (показатели ниже) (Таблица 5). Это означает, что

Таблица 4
Описательная статистика для шкал опросника ТОРС

Шкалы	Макс. значение	Среднее значение	Стандартная ошибка	Стандартное отклонение	Асимметрия	Экспесс	Дисперсия
1. Драйв	3,00	1,80	0,05	0,44	0,2	0,05	0,19
2. Тщательность	3,00	2,20	0,06	0,49	-0,5	0,3	0,25
3. Ориентация на препятствия	2,57	1,77	0,05	0,44	-0,4	0,7	0,19
4. Ориентация на возможности	3,00	2,26	0,05	0,41	-0,8	2	0,17
5. Ориентация на сигналы угрозы	3,00	2,24	0,05	0,41	-0,8	0,8	0,17
6. Избегание	2,17	0,83	0,06	0,51	0,7	-0,06	0,26
7. Бездействие	2,13	1,02	0,04	0,39	0,6	0,4	0,15
8. Безопасность	2,00	0,70	0,05	0,48	0,5	-0,5	0,24

Table 4

Descriptive statistics for the TODS questionnaire scales

Scales	Max value	Average value	Standard error	Standard deviation	Asymmetry	Excess	Dispersion
1. Drive	3.00	1.80	0.05	0.44	0.2	0.05	0.19
2. Thoroughness	3.00	2.20	0.06	0.49	-0.5	0.3	0.25
3. Obstacle orientation	2.57	1.77	0.05	0.44	-0.4	0.7	0.19
4. Opportunity orientation	3.00	2.26	0.05	0.41	-0.8	2	0.17
5. Threat alert	3.00	2.24	0.05	0.41	-0.8	0.8	0.17
6. Rejection	2.17	0.83	0.06	0.51	0.7	-0.06	0.26
7. Inaction	2.13	1.02	0.04	0.39	0.6	0.4	0.15
8. Insouciance	2.00	0.70	0.05	0.48	0.5	-0.5	0.24

Таблица 5

Результаты сравнения средних по t-критерию Стьюдента для шкал ТОРС

Шкалы	Выборка исследования (N = 99)		Выборка аprobации опросника* (N = 99)		t-критерий Стьюдента, р-значение
	Среднее значение	Стандартная ошибка	Среднее значение	Стандартная ошибка	
1. Драйв	1,80	0,05	1,69	0,02	t = 2,3 p = 0,027
2. Тщательность	2,20	0,06	2,03	0,03	t = 2,9 p = 0,004
3. Ориентация на препятствия	1,77	0,05	1,62	0,02	t = 3,0 p = 0,003
4. Ориентация на возможности	2,26	0,05	2,10	0,02	t = 3,4 p = 0,001
5. Ориентация на сигналы угрозы	2,24	0,05	2,03	0,02	t = 4,5 p < 0,001
6. Избегание	0,83	0,06	1,57	0,03	t = -12,7 p < 0,001
7. Бездействие	1,02	0,04	1,42	0,03	t = -8,9 p < 0,001
8. Беспечность	0,70	0,05	1,35	0,03	t = -11,7 p < 0,001

Примечание. * — (Битюцкая, Корнеев, 2020).

Table 5
Difference in means by Student's t-test for TODS scales

Scales	Sample (N=99)		Sample of questionnaire testing* (N=99)		Student's t-test, p-value
	Average value	Standard error	Average value	Standard error	
1. Drive	1.80	0.05	1.69	0.02	t=2.3 p=0.027
2. Thoroughness	2.20	0.06	2.03	0.03	t=2.9 p=0.004
3. Obstacle orientation	1.77	0.05	1.62	0.02	t=3.0 p=0.003
4. Opportunity orientation	2.26	0.05	2.10	0.02	t=3.4 p=0.001
5. Threat alert	2.24	0.05	2.03	0.02	t=4.5 p<0.001
6. Rejection	0.83	0.06	1.57	0.03	t=-12.7 p<0.001
7. Inaction	1.02	0.04	1.42	0.03	t=-8.9 p<0.001
8. Insouciance	0.70	0.05	1.35	0.03	t=-11.7 p<0.001

*Note. ** — (Bityutskaya, Korneev, 2020).

специалисты воспринимают профессиональные трудности как вызов, возможность получения опыта, развития навыков. Более высокие показатели по шкале тщательности (указывающей на трудоемкость усилий) могут быть связаны с повышенной ответственностью за результат своей профессиональной деятельности, в том числе за свою жизнь, жизнь коллег и пострадавших.

Восприятие трудных ситуаций у специалистов экстремального профиля характеризуется ориентацией на возможности и сигналы угрозы. Это означает стремление оптимально распределять ресурсы. Для специалистов экстремального профиля имеет значение не просто выполнение поставленной задачи, а ее реализация наилучшим образом. Значимым фактором является предотвращение проблемы, а значит чуткое реагирование на слабые сигналы угрозы.

Таблица 6

Результаты обработки шкал самоэффективности и витальности (N=99)
с нормативными данными (Шварцер и др., 1996; Александрова, 2014)

Шкалы	Мин. / макс. значение	Среднее значение	Стандартная ошибка	Стандартное отклонение	Дисперсия	Асимметрия	Экспесс	Различие средних по t-критерию Стьюдента
Самоэффективность	20/40	33	0,5	4,2	16	-0,4	-0,3	$t=3,3$ $p=0,001$
Витальность	23/49	39	0,7	6,2	37	-0,9	0,4	$t=9,9$ $p<0,001$

Table 6

Results of processing the self-efficacy and vitality scales (N=99) with normative data (Schwarzer et al., 1996; Aleksandrova, 2014)

Scales	Min/Max value	Average value	Standard error	Standard deviation	Dispersion	Asymmetry	Excess	Difference in means by Student's t-test
Self-efficacy	20/40	33	0.5	4.2	16	-0.4	-0.3	$t=3.3$ $p=0.001$
Vitality	23/49	39	0.7	6.2	37	-0.9	0.4	$t=9.9$ $p<0.001$

Показатели нашей выборки указывают на умеренный уровень самоэффективности и высокий уровень витальности, при этом средние значения выше, чем для выборки апробации опросников (Шварцер и др., 1996; Александрова, 2014) (Таблица 6). Наши респонденты проходят специализированное обучение, направленное на развитие навыков управления стрессом и адаптации к трудным ситуациям, что может способствовать повышению показателей, формированию уверенности в способности справляться с вызовами среды.

Классификация ресурсов специалистов экстремального профиля

Анализ и обобщение результатов исследования позволили предложить классификацию ресурсов специалистов экстремального

профиля и разделить ресурсы на два класса: внутренние и внешние. К **внутренним ресурсам** относятся:

1. *Опыт, знания.* Для специалистов является значимым осознание опыта преодоления подобных ситуаций знание алгоритма выполнения работы, сформированные профессиональные знания.

2. *Планомерный копинг* как стратегия совладания с экстремальной ситуацией. Планомерный копинг представляет собой анализ ситуации, сосредоточение на поиске выхода, планирование действий и следование плану.

3. *Саморегуляция.* Контроль эмоций, фокусирование на выполнении поставленной цели, направленность на ситуацию.

4. *Смыслообразующие ресурсы.* Смыловые ресурсы, придающие энергию субъекту для решения стрессовых ситуаций. Это может быть видение цели, смысла выполняемой работы, понимание значимости проделанных действий, оценка важности своей профессиональной деятельности, оценка важности личных действий и их вклада в общую проделанную работу.

5. *Оптимизм.* Позитивная оценка будущего, вера в достижение результата, уверенность в возможности достижения целей, позитивное мышление и установки.

6. *Самоэффективность и высокая витальность.* Вера в себя, спокойная (умеренная) уверенность в своих силах, возможностях, восприятие трудностей как преодолимых.

7. *Внутренний локус контроля.* Осознание, что развитие ситуации зависит от собственных действий.

8. *Ответственность.* Осознанность своих действий, так как присутствует ответственность за других.

9. *Вера.* Религиозные ценности.

10. *Физическая подготовка.* Общее состояние здоровья — один из базовых ресурсов, необходимых специалистам, поскольку оно оказывает непосредственное влияние на их работоспособность и способность эффективно выполнять профессиональные обязанности. Важным критерием профессионального отбора специалистов является медицинская экспертиза, позволяющая удостовериться в том, что кандидат способен справляться с физическими и психологическими нагрузками.

Внешние ресурсы: социальные ресурсы, техническое обеспечение, получение информации и время.

1. Социальные ресурсы:

1.1. *Профессиональный* (коллеги, руководитель). Для специалистов экстремального профиля значимым ресурсом является опыт, а также возможность перенять опыт у старших коллег.

1.2. *Личный* (семья, друзья, домашние животные). Важным психологическим ресурсом представляется семья. Принадлежность к группе, общение с близкими людьми — весомая составляющая психологического благополучия.

1. Техническое обеспечение: наличие оборудования, средств индивидуальной защиты, коммуникационных технологий, транспортных средств.

2. Информация: о ситуации, масштабах происшествия, количестве пострадавших, потенциальных рисках, возможность обмена информацией.

3. Время: наличие времени для реагирования на ситуацию, на спасение жизни, устранение угрозы, координацию действий (своих, коллектива).

На основе всех полученных результатов можно составить типологию ресурсов, субъективно значимых для специалистов экстремального профиля, которые представлены на Рисунке 2.



Рисунок 2

Классификация ресурсов специалистов экстремального профиля

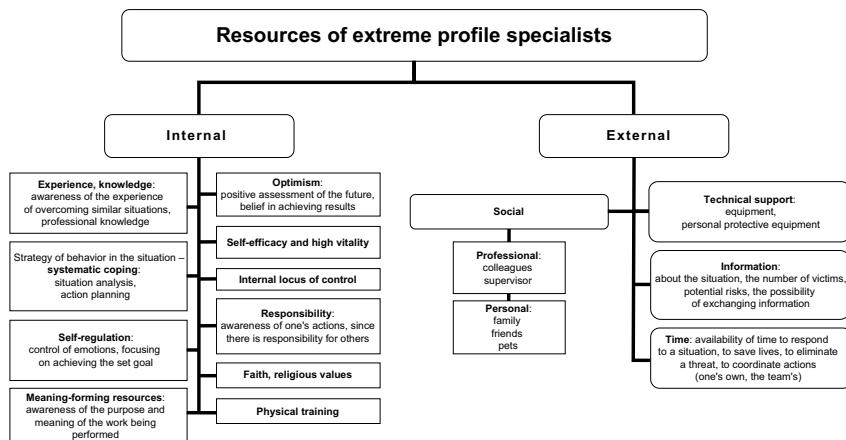


Figure 2
Classification of resources of extreme profile specialists

Обсуждение результатов

По результатам исследования мы описали внутренние и внешние ресурсы. Данные методики «Образ ресурса» указывают на высокую частоту отражения «коллектива» как ресурса (14 %). Этот ресурс упоминался и в вербальных высказываниях Методики структурированного описания (27 %), является особенно значимым для специалистов экстремального профиля и также обозначается как «дух товарищества» (Tuckey, Hayward, 2011). Характерным для данного ресурса является упоминание фразы «Вместе мы сила».

Категория «Опыт» также встречается в обеих методиках, присутствует в 14 % рисунков «Образ ресурса» и 29 % в Методике структурированного описания. В Методике структурированного описания данные две категории преобладают. В рисуночной методике они выходят на второй план, например, по сравнению с ресурсом «Семья». Категория «Семья» упоминается лишь в 5 % случаев в опросной методике и при этом присутствует в 25 % рисунков. Обращение к данному ресурсу является более личным, но играющим важную роль в ценностно-смысловой структуре личности.

Категория «Жизнь вне работы» ярко выражена в рисуночной методике (30 %), однако лишь косвенно отмечается в вербальных описаниях (5 %). Данная категория показывает важность разграни-

чения профессиональной деятельности и личной жизни. Многие рисунки изображают активный образ жизни вне работы (в том числе занятия экстремальными видами спорта), что косвенно подтверждает обнаруженный с помощью опросника высокий уровень витальности.

Для руководителей, как показало наше исследование, ответственность может выступать в качестве ресурса, в то время как другие специалисты выделяли ее как характеристику трудности ситуации. Ответственность как ресурс связывается с приливом сил, желанием разрешить ситуацию. Данный ресурс характерен для ориентации «стремление к трудностям» опросника «Типы ориентаций в трудной ситуации». В ответах специалистов на вопросы об ответственности наблюдались высказывания: «все зависит от меня, моих действий», «осознание, что развитие ситуации зависит от собственных действий». Это косвенно указывает на наличие внутреннего локуса контроля.

Отдельно отметим, что благоприятный климат в коллективе, работа в команде и сплоченность являются важными точками опоры для специалистов экстремального профиля. Наличие собственного опыта преодоления трудных ситуаций профессиональной деятельности, а также возможность обратиться к опыту старших коллег позволяет чувствовать себя увереннее в ситуациях стресса.

Техническое обеспечение, получение информации и время в общей сумме составляют 4 % высказываний. Техническое обеспечение включает в себя оборудование, средства индивидуальной защиты, коммуникационные технологии, транспортные средства и т.д. Все это играет ключевую роль в способности специалистов эффективно реагировать на ЧС, обеспечивая безопасность как коллег, так и пострадавших. Нехватка времени и информации относится к условиям профессиональной деятельности специалистов. На эти условия, как правило, невозможно влиять, они и составляют «объективную» трудность ситуации. В таких случаях профессионалы фокусируются на своих действиях, опыте, взаимодействии с коллегами. Специалисты в большей мере ориентированы на внутренние и социальные ресурсы, так как они в большей степени доступны субъективному контролю.

На основе результатов опросников можно констатировать, что у специалистов экстремального профиля наблюдается оптимальный уровень субъективной витальности и самоэффективности. Выраженность этих качеств, а также восприятие трудностей как вызова имеют большое значение для выполнения профессиональных задач.

Витальность связана с мотивацией и играет важную роль в совладании со стрессом, способствует более эффективной регуляции негативных эмоциональных состояний, более конструктивной реакции на стресс. При повышенной витальности человек использует более эффективные механизмы совладания со стрессом и позитивно оценивает свое благополучие (Александрова, 2014). Как уже отмечалось ранее, изображая ресурс «жизнь вне работы», наши участники исследования отдавали предпочтение активному образу жизни. Ранее «функциональные состояния» рассматривались преимущественно для характеристики деятельности физиологических систем, но в современных исследованиях содержание этого понятия соотносится с предметом психологического анализа. Понятие «функциональное состояние» вводится для характеристики эффективности профессиональной деятельности или поведения человека. Этот аспект рассмотрения проблемы предполагает прежде всего решение вопроса о возможностях человека, находящегося в том или ином состоянии, выполнять конкретный вид деятельности (Леонова, Кузнецова, 2019). Стоит отметить, что любое психологическое обследование специалистов МЧС России содержит оценку функционального состояния обследуемого и, кроме того, включено в общую систему психологического сопровождения специалиста (Тарасова, Казакова, 2016). В нашей работе данное понятие распространяется на выполнение деятельности специалистами экстремального профиля. Ко всем специалистам МЧС России предъявляются высокие требования физического и психического состояния здоровья. Физическая подготовка влияет на психологические составляющие и относится к внутреннему ресурсу.

Стоит отметить, что предположение о благоприятном исходе спасательной операции может оказаться негативное влияние на психологическое состояние специалистов в случае, если ситуация развивается по незапланированному сценарию. Как было отмечено ранее, вероятность возникновения непредвиденных обстоятельств в ходе выполнения спасательных задач является высокой и представляет собой характерную особенность данной профессиональной деятельности. Тем не менее стремление к достижению возможных высоких результатов остается, но с учетом объективной оценки своих возможностей и гибкости в принятии решений. В условиях профессиональной деятельности специалистов адекватная заданным условиям оценка своих возможностей является важным критерием положительного исхода ситуации.

Наши данные согласуются с результатами исследования о познавательных процессах у курсантов — будущих пожарных. Увеличение объема кратковременной памяти у них является показателем эффективности в стрессогенных условиях, что связано с мотивационными факторами: целенаправленностью действий, высокой ценностью помощи людям, а также с профессионально важными качествами: позитивной оценкой своих сил и возможностей, энергичностью (Битюцкая и др., 2020). Эти результаты сочетаются с нашими данными об уровне витальности, самоэффективности и определенном отношении к трудностям — восприятии их как вызова. Все перечисленные особенности являются ресурсами специалистов экстремального профиля. Высокий уровень витальности и самоэффективности является важной составляющей профессиональной деятельности.

В качестве действий, предпринимаемых в трудной ситуации профессиональной деятельности, специалисты чаще всего указывали: планомерный копинг, анализ ситуации и опыта преодоления подобных профессиональных трудностей. Интенсивное использование планомерного копинга является важным ресурсом для специалистов экстремального профиля. Было показано, что отсутствие планомерного копинга повышает вероятность определения ситуации как безвыходной (Битюцкая и др., 2015). Превенция такой оценки ситуации осуществляется в процессе психологической подготовки специалистов. По нашим данным, особое значение специалисты придают планомерной разработке стратегии действий — как собственных, так и коллективных.

Анализ типов ориентаций в трудной ситуации показал выраженность ряда ориентаций приближения к решению профессиональной задачи. Это указывает на то, что специалисты обучены действовать в условиях стресса и неопределенности, первыми замечают потенциальные препятствия и опасности, быстро оценивают ситуацию и принимают решения на основе выявленных рисков. Перечисленные факторы могут рассматриваться как позволяющие минимизировать жертвы и ущерб здоровью людей, предотвратить развитие проблемы. В то же время слабая выраженность ориентаций, направленных на уход, означает, что игнорирование трудностей, выполнение задачи без приложения должных усилий не присуще участникам нашего исследования в профессиональной деятельности.

Ранее изучение ресурсов специалистов экстремального профиля не проводилось комплексно, а рассматривались отдельные компоненты (копинг, опыт, командная деятельность) (В.А. Бодров,

Н.Е. Водопьянова, В.А. Толочек, М. Таки, Р. Хейворд). Как показало наше исследование, универсальные ресурсы у специалистов экстремального профиля имеют свои особенности. В научной литературе мало внимания уделяется такому важному ресурсу, как семья, при исследовании специалистов. Данный ресурс имеет уникальные смыслы для профессионалов в этой области: респонденты неоднократно отмечали значимость данного ресурса для успешной профессиональной деятельности. Смыслообразующие ресурсы также имеют свою специфику. Специалисты отмечают, что для них важна оценка не только своих действий, но и общего вклада личных действий в проделанную коллективом работу. Этот результат также соотносится с ресурсом «коллектив» и его значимостью.

Выводы

На основе проведенного исследования создана классификация внутренних и внешних ресурсов специалистов экстремального профиля. К внутренним ресурсам относятся опыт, знания, планомерный копинг, саморегуляция, оптимизм, высокая самоэффективность, внутренний локус контроля, ответственность, вера (религиозные ценности), физическая подготовка и смыслообразующие ресурсы (цель, смыслы выполняемой работы, понимание значимости проделанных действий). Внешние ресурсы включают социальные (профессиональные и личные связи), техническое обеспечение, информацию и время.

Специалисты обладают как общими, так и уникальными психологическими ресурсами, обусловленными спецификой профессиональной деятельности. К уникальным можно отнести ориентацию на коллективное единство, ценность спасения жизни людей, ответственность, техническое обеспечение, получение информации, время.

Классификация основана на оценках и ответах специалистов, при этом наши результаты согласуются с данными научных исследований, которые проводились с использованием других методов ранее на выборках специалистов экстремального профиля.

Практическое применение

Результаты исследования могут быть использованы в процессе подготовки специалистов в области психологии экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Классификация позволяет исследователям и психологам-практикам разрабатывать новые методики и подходы к работе с профессионалами в данной отрасли. Это может привести

к созданию эффективных инструментов и программ поддержки специалистов, улучшению их психологической подготовки. Руководители служб смогут организовать грамотную психологическую поддержку для сотрудников, в частности, внедрить специализированные тренинги, направленные на развитие конкретных психологических ресурсов. Осознание разнообразия ресурсов в коллективе способствует формированию более эффективных рабочих групп.

Список литературы

- Александрова, Л.А. (2014). Субъективная витальность как предмет исследования. *Журнал Высшей школы экономики*, 11(1), 133–163.
- Битюцкая, Е.В. (2013). Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации с позиций деятельностного подхода А.Н. Леонтьева. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, (2), 40–56.
- Битюцкая, Е.В., Елисеева, И.Н., Шойгу, Ю.С. (2015). К вопросу о психологических механизмах подготовки спасателей к профессиональной деятельности. В кн.: Обучение и развитие: современная теория и практика. Материалы XVI Международных чтений памяти Л.С. Выготского (16–20 ноября, 2015 г.). Под ред. В.Т. Курдявицева. (С. 240–244). Москва: Изд-во «Левъ».
- Битюцкая, Е.В., Корнеев, А.А. (2020). Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник «типы ориентаций в трудной ситуации». *Российский социально-гуманитарный журнал*, (4), 141–163.
- Битюцкая, Е.В., Лебедева, Н.А., Цаликова, Ю.Р. (2020). Изменение объема кратковременной памяти под влиянием стрессогенного воздействия у курсантов. *Российский психологический журнал*, 17(1), 27–43.
- Битюцкая, Е.В. (2014). Обоснование и разработка русскоязычной версии Опросника способов копинга. *Развитие личности*, (3), 187–208.
- Богомолова, Н.Н., Малышева, Н.Г., Стефаненко, Т.Г. (2006). Контент-анализ. В кн.: Социальная психология: Практикум: Учеб.пособие для студентов вузов. Под ред. Т.В. Фоломеевой. (С. 131–163). Москва: Изд-во «Аспект Пресс».
- Водопьянова, Н.Е. (2015). Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности. *Вестник СПбГУ. Серия 16: Психология. Педагогика*, (1), 45–54.
- Журавлев, А.Л., Сергиенко, Е.А., Виленская, Г.А. (Ред.). (2023). Научные подходы в современной отечественной психологии. Москва: Изд-во Института психологии РАН.
- Иванова, Т.Ю., Леонтьев, Д.А., Осин, Е.Н., Рассказова, Е.И., Кошелева, Н.В. (2018). Современные проблемы изучения личностных ресурсов в профессиональной деятельности. *Организационная психология*, (1), 85–121.
- Крюкова, Т.Л. (2008). Человек как субъект совладающего поведения. *Психологический журнал*, 2(2), 88–95.

Леонова, А.Б., Кузнецова, А.С. (2019). Структурно-интегративный подход к анализу функциональных состояний: история создания и перспективы развития. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, (1), 13–33. <https://doi.org/10.11621/vsp.2019.01.13>

Леонтьев, Д.А. (2016). Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал. *Сибирский психологический журнал*, (62), 18–37.

Молчанова, Л.Н. (2016). Социально-психологические установки пожарных как ресурс устойчивости к психическому выгоранию. *Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика*, (4), 190–199.

Петровский, В.А. (1996). Личность в психологии: парадигма субъектности. Москва: Изд-во Воронежского ун-та.

Тарасова, А.А., Казакова, И.А. (2016). Изучение индивидуально-психологических и психофизиологических особенностей личности в рамках психоiagnosticsких мероприятий в системе МЧС России. В кн.: 2-й Всероссийский съезд психологов силовых структур Российской Федерации (29 августа – 1 сентября, 2016). (С. 165–176). Москва: Изд-во Центра экстренной психологической помощи МЧС России.

Федюнина, Д.Ю. (2024). Возможности проективных рисуночных методик для исследования ресурсов. В кн.: Материалы Международного молодежного научного форума Ломоносов-2024. Под ред. И.А. Аleshковского, А.В. Андриянова, Е.А. Антипова, Е.И. Зимакова. Москва: Изд-во Межрегиональной общественной организации содействия изучению, пропаганде научного наследия Н.Д. Кондратьева.

Филиппченкова, С.И., Гревцева, С.В. (2024). Особенности профессиональной мотивации пожарных-спасателей: опыт исследования: сборник трудов конференции. В кн.: Педагогика, психология, общество: от теории к практике. Материалы 2-й Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участ. (23 октября, 2024). Под ред. Ж.В. Мурзиной. (С. 283–285). Чебоксары: Изд-во «Среда».

Шварцер, Р., Ерусалим, М., Ромек, В.Г. (1996). Русская версия шкалы общей самоэффективности. *Иностранная психология*, (7), 71–77.

Шмелева, Е.А., Кисляков, П.А., Дащевский, А.Р. (2024). Влияние жизнестойкости на психологическую безопасность пожарных-спасателей. *Научный результат. Педагогика и психология образования*, 10(3), 128–143. <http://doi.org/10.18413/2313-8971-2024-10-3-0-9>

Шойту, Ю.С. (2007). Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных. Москва: Изд-во «Смысл».

Díaz-Tamayo, A.M., Escobar-Morantes, J.R., García-Perdomo, H.A. (2022). Coping strategies for exposure to trauma situations in first responders: a systematic review. *Prehospital and Disaster Medicine*, 37(6), 810–818.

Giannini, A.M., Piccardi, L., Cordellieri, P., Baralla, F., Sgalla, R., Guidoni, U., Tizzani, E., Vedovi, S. (2016). Personality traits and coping strategies for contrasting the occurrence of traumatic reactions in emergency rescuers. In: G.El-Baalbaki, (ed.). A Multidimensional Approach to Post-Traumatic Stress Disorder — from Theory to Practice. London: InTechOpen Publ.

Mao, X., Hu, X., Loke, A.Y.A. (2022). Concept analysis on disaster resilience in rescue workers: the psychological perspective. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 16(4), 1682–1691.

Ogińska-Bulik, N., Zadworna-Cieślak, M. (2018). The role of resiliency and coping strategies in occurrence of positive changes in medical rescue workers. *International Emergency Nursing*, 39, 40–45.

Tuckey, M., Hayward, R., (2011). Global and Occupation-Specific Emotional Resources as Buffers against the Emotional Demands of Fire-Fighting. *Applied Psychology*, 60(1), 1–23. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2010.00424.x>

References

- Aleksandrova, L.A. (2014). Subjective vitality as a subject of research. *Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki = Journal of the Higher School of Economics*, 11(1), 133–163. (In Russ.)
- Bityutskaya, E.V. (2013). Cognitive assessment of a difficult life situation from the standpoint of A.N. Leontiev's activity approach. *Lomonosov Psychology Journal*, (2), 40–56. (In Russ.)
- Bityutskaya, E.V. (2014). Substantiation and development of the Russian-language version of the Ways of Coping Questionnaire. *Razvitiye lichnosti = Development of Personality*, (3), 187–208. (In Russ.)
- Bityutskaya, E.V., Eliseeva, I.N., Shoigu, Yu.S. (2015). On the issue of psychological mechanisms for preparing rescuers for professional activities. In: V.T. Kudryavtsev, (ed.). Training and Development: Modern Theory and Practice: Materials of the XVI International Readings in Memory of L.S. Vygotsky (November 16–20, 2015). (pp. 240–244). Moscow: Lev Publ. (In Russ.)
- Bityutskaya, E.V., Korneev, A.A. (2020). Diagnosis of the perception of life difficulties: situational questionnaire “types of orientations in a difficult situation”. *Rossiiskii Sotsial'no-gumanitarnyi zhurnal = Russian Social-Humanitarian Journal*, (4), 141–163. (In Russ.)
- Bityutskaya, E.V., Lebedeva, N.A., Tsalikova, Yu.R. (2020). Change in short-term memory under the influence of stressogenic impact in cadets. *Rossiiskii psichologicheskii zhurnal = Russian Psychological Journal*, 17(1), 27–43. (In Russ.)
- Bogomolova, N.N., Malysheva, N.G., Stefanenko, T.G. (2006). Content analysis. In: T.V. Folomeeva, (ed.). Social Psychology: Workshop: Textbook for university students. (pp. 131–163). Moscow: Aspekt Press. (In Russ.)
- Díaz-Tamayo, A.M., Escobar-Morantes, J.R., García-Perdomo, H.A. (2022). Coping strategies for exposure to trauma situations in first responders: a systematic review. *Prehospital and Disaster Medicine*, 37(6), 810–818.
- Fedyunina, D.Y. (2024). Possibilities of projective drawing techniques for resource research. In: I.A. Aleshkovskii, A.V. Andriyanov, E.A. Antipov, E.I. Zimakova, (eds.). Materials of the International Youth Scientific Forum Lomonosov-2024. Moscow: Interregional Public Organization for the Promotion of the study and promotion of the scientific heritage of N.D. Kondratiev Press. (In Russ.)

Filippchenkova, S.I., Grevtseva, S.V. (2024). Features of professional motivation of firefighters-rescuers: research experience: conference proceedings collection. In: Zh.V. Murzina, (ed.). *Pedagogy, Psychology, Society: From Theory to Practice: Materials of the Second All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation* (October 23, 2024). (pp. 283–285). Cheboksary: Sreda Publ. (In Russ.)

Giannini, A.M., Piccardi, L., Cordellieri, P., Baralla, F., Sgalla, R., Guidoni, U., Tizzani, E., Vedovi, S. (2016). Personality traits and coping strategies for contrasting the occurrence of traumatic reactions in emergency rescuers. In: G.El-Baalbaki, (ed.). *A Multidimensional Approach to Post-Traumatic Stress Disorder — from Theory to Practice*. London: InTechOpen Publ.

Ivanova, T.Yu., Leon'tev, D.A., Osin, E.N., Rasskazova, E.I., Kosheleva, N.V. (2018). Modern problems of studying personal resources in professional activity. *Organizatsionnaya psichologiya = Organizational Psychology*, (1), 85–121. (In Russ.)

Kryukova, T.L. (2008). Man as a subject of coping behavior. *Psichologicheskii zhurnal = Psychological Journal*, 2(2), 88–95. (In Russ.)

Leonova, A.B., Kuznetsova, A.S. (2019). Structural-integrative approach to the analysis of functional states: history of creation and development prospects. *Lomonosov Psychology Journal*, (1), 13–33. (In Russ.). <https://doi.org/10.11621/vsp.2019.01.13>

Leon'tev, D.A. (2016). Self-regulation, resources and personal potential. *Sibirskii psichologicheskii zhurnal = Siberian Psychological Journal*, (62), 18–37. (In Russ.)

Mao, X., Hu, X., Loke, A.Y.A. (2022). Concept analysis on disaster resilience in rescue workers: the psychological perspective. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 16(4), 1682–1691.

Molchanova, L.N. (2016). Socio-psychological attitudes of firefighters as a resource of resistance to mental burnout. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo Gosudarstvennogo Universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogy*, (4), 190–199. (In Russ.)

Ogińska-Bulik, N., Zadworna-Cieślak, M. (2018). The role of resiliency and coping strategies in occurrence of positive changes in medical rescue workers. *International Emergency Nursing*, 39, 40–45.

Petrovskii, V.A. (1996). Personality in psychology: the paradigm of subjectivity. Moscow: Voronezh Univ. Press. (In Russ.)

Schwarzer, R., Jerusalem, M., Romek, V.G. (1996). Russian version of the general self-efficacy scale. *Inostrannaya psichologiya = Foreign Psychology*, (7), 71–77.

Shmeleva, E.A., Kislyakov, P.A., Dashevskii, A.R. (2024). Influence of resilience on the psychological safety of firefighters-rescuers. *Nauchnyi rezul'tat. Pedagogika i psichologiya obrazovaniya = Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 10(3), 128–143. (In Russ.). <http://doi.org/10.18413/2313-8971-2024-10-3-0-9>

Shoigu, Yu.S. (2007). Psychology of extreme situations for rescuers and firefighters. Moscow: Smysl Publ. (In Russ.)

Tarasova, A.A., Kazakova, I.A. (2016). Studying individual psychological and psychophysiological characteristics of personality in the framework of psychodiagnostic measures in the EMERCOM of Russia system. *Second All-Russian Congress of Psychologists of security forces of the Russian Federation* (August 29 — September

1, 2016). (pp. 165–176). Moscow: Center for Emergency Psychological Assistance of EMERCOM of Russia Press. (In Russ.)

Tuckey, M., Hayward, R., (2011). Global and Occupation-Specific Emotional Resources as Buffers against the Emotional Demands of Fire-Fighting. *Applied Psychology*, 60(1), 1–23. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2010.00424.x>

Vodop'yanova, N.E. (2015). Modern concepts of the resources of the subject of professional activity. *Vestnik SPbGU. Серия 16: Psichologiya. Pedagogika = Saint Petersburg University Bulletin. Series 16: Psychology. Pedagogy*, (1), 45–54. (In Russ.)

Zhuravlev, A.L., Sergienko, E.A., Vilenskaya, G.A. (eds.). (2023). Scientific approaches in modern Russian psychology. Moscow: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ. (In Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Дарья Юрьевна Федюнина, аспирант лаборатории психологии и психофизиологии творчества Института психологии Российской академии наук, Москва, Российская Федерация, dariafedyunina@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0004-7649-5844>

ABOUT THE AUTHOR

Daria Y. Fedyunina, Postgraduate Student at the Laboratory of Psychology and Psychophysiology of Creativity, Institute of Psychology of the Russian Academy of Science, Moscow, Russian Federation, dariafedyunina@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0004-7649-5844>

Поступила 07.05.2025. Получена после доработки 19.07.2025. Принята в печать 05.09.2025.

Received 07.05.2025. Revised 19.07.2025. Accepted 05.09.2025.