

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ
К СТРЕССОГЕННЫМ УСЛОВИЯМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

© Е.И. Финогенко

Иркутский национальный исследовательский технический университет,
664074, Российская Федерация, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83.

Аннотация. В статье раскрывается содержание понятий «адаптация», «психологические ресурсы адаптации», «нервно-психическая устойчивость», «адаптационный потенциал», «коммуникативные способности». Рассматриваются различные подходы к определению понятия «адаптационные ресурсы»: в рамках теорий психологического стресса, личностного адаптационного потенциала, превентивного ресурса, принципа «консервации» ресурсов и др. Психологические ресурсы исследуются как некие конструкты, которые помогают адаптироваться в сложных жизненных ситуациях и являются значимыми для человека. При анализе содержания понятий «ресурс», «психологические ресурсы» используются близкие, не всегда тождественные термины, которые значительно расширяют представление об изучаемом феномене. Психологические ресурсы рассматривают как внутренние, так и внешние переменные, которые способствуют психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях. Они включают эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты, актуализирующиеся на психологическом и психофизиологическом уровнях регуляции для адаптации к стрессогенным жизненным ситуациям. Исследуется уровень испытываемого стресса во взаимосвязи с адаптационными ресурсами работников реабилитационного центра, производится сравнительный анализ адаптационных ресурсов двух групп испытуемых: с высоким и умеренным уровнями стресса. Выявлено, что нервно-психическая устойчивость и коммуникативная компетентность являются необходимыми психологическими ресурсами, обеспечивающими успешность социально-психологической адаптации работников центра. Установлено, что в стрессогенных условиях профессиональной деятельности существует взаимосвязь между уровнем стресса и адаптационными ресурсами: чем ниже испытываемый уровень стресса, тем большими ресурсами адаптации обладают сотрудники.

Ключевые слова: адаптация, профессиональный стресс, ресурсы адаптации, нервно-психическая устойчивость, адаптационный потенциал, коммуникативные способности.

Информация о статье. Дата поступления 30 апреля 2018 г.; дата принятия к печати 1 июня 2018 г.; дата онлайн-размещения 30 июня 2018 г.

Формат цитирования. Финогенко Е.И. Психологические ресурсы адаптации личности к стрессогенным условиям профессиональной деятельности // Социальная компетентность. 2018. Т. 3. № 2. С. 96–103.

**A PERSONALITY'S PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF ADAPTATION
TO THE STRESSOGENIC CONDITIONS OF PROFESSIONAL ACTIVITY**

© E.I. Finogenko

Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov St., Irkutsk 664074, Russian Federation

Abstract. The article considers the concepts "adaptation", "psychological resources of adaptation", «psychic and nervous stability», "adaptive potential", "communicative abilities". It discusses different approaches to the definition of the concept "adaptive resources" within the framework of the theo-

ries of psycho-psychological stress, personal adaptive potential, preventive resource, the principle of "conservation" of resources, etc. Psychological resources are described as certain constructs that can adapt in difficult life situations and they are important for a person. When analyzing the concepts "resource", "psycho-logical resources", akin, not always identical, terms are used which significantly expand the understanding of the phenomenon of interest. Psychological resources are considered as internal and external variables that contribute to psycho-logical stability in stressful situations; they include emotional, sexual motivation, cognitive and behavioral structures, which are actualized at the psychological and psychophysiological levels of regulation to adapt to stressful life situations. The level of stress experienced is analyzed in connection with the adaptation resources of the employees of the rehabilitation center. The comparative analysis of the adaptation resources of two groups of subjects is carried out: with a high and moderate level of stress. It was revealed that psychic and nervous stability, communicative competence are necessary psycho-logical resources that ensure the success of psycho-social adaptation of employees of the rehabilitation center. It was found that under stressful conditions of professional activity there is a correlation between stress level and adaptation resources: the lower the stress level the employees have, the greater resources of adaptation are available to them.

Keywords: *adaptation, professional stress, adaptation resources, psychic and nervous stability, adaptive potential, communicative abilities*

Article info. Received April 30, 2018; accepted June 1, 2018; available online June 30, 2018.

For citation. Finogenko E.I. A personality's psychological resources of adaptation to the stressogenic conditions of professional activity. *Social Competence*, 2018, vol. 3, no 2, pp. 96–103. (In Russian).

В последние годы широкое распространение в психологии приобрел ресурсный подход, зародившийся в гуманистической психологии, в рамках которого важное место занимает изучение конструктивного начала личности, позволяющего преодолевать трудные жизненные ситуации.

Понятие «ресурс» рассматривается В.А. Бодровым в рамках теории психологического стресса. При этом автор определяет ресурсы как физические и духовные возможности человека, мобилизация которых обеспечивает выполнение его программы и способов (стратегии) поведения для предотвращения или купирования стресса (Бодров, 2006).

По мнению К. Муздыбаева, психологические ресурсы следует представлять как средства к существованию, возможности людей и общества; как все то, что человек использует, чтобы удовлетворить требования среды; как жизненные ценности, которые образуют реальный потенциал для совладания с неблагоприятными жизненными ситуациями (Муздыбаев, 1998).

По описанию Н.Е. Водошняковой психологические ресурсы - это внутренние и внешние переменные, способствующие

психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях; они включают эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты, которые актуализируются на психологическом и психофизиологическом уровнях регуляции для адаптации к стрессогенным жизненным ситуациям, это средства (инструменты), используемые человеком в стрессогенных условиях (Водошнякова, 2009).

Рассматривая психологические ресурсы как некие конструкты, которые являются значимыми для человека и помогают адаптироваться в сложных жизненных ситуациях, С. Хобфолл выделяет такие виды ресурсов, как средовые и личностные. К ресурсам он относит материальные объекты (доход, дом, транспорт, одежда, объектные фетиши) и нематериальные объекты (желания, цели). Последние включают внешние интраперсональные переменные (социальная поддержка, семья, друзья, работа) и внутренние (самоуважение, профессиональные умения, оптимизм, самоконтроль, жизненные ценности, система убеждений и верований). Проведя анализ ресурсов, автор отнес к ним психические и физические состояния, волевые, эмоциональные и энергетические харак-

теристики, которые необходимы для выживания или сохранения здоровья в трудных жизненных ситуациях. Используя ресурсный подход, С. Хобфолл формулирует принцип «консервации» ресурсов, согласно которому человек имеет возможность получать, сохранять, восстанавливать и перераспределять ресурсы в соответствии с собственными ценностями. Это дает ему возможность адаптироваться к изменяющимся условиям жизненной среды. При этом механизмом, запускающим стрессовые реакции, является потеря ресурсов, которая переживается как состояние психологического стресса, так как влечет за собой потерю субъективного благополучия, и сопровождается нарушением здоровья личности (Hobfoll, 1998).

Некоторыми исследователями при анализе содержания понятий «ресурс», «психологические ресурсы» используются близкие, не всегда тождественные термины, значительно расширяющие представление об изучаемом феномене. Так, в концепциях А.Г. Маклакова разрабатывается понятие «личностный адаптационный потенциал», которое содержательно раскрывается в рамках концепции адаптации. Автор анализирует его как процесс и как свойство саморегулирующейся системы, обеспечивающее способность приспосабливаться к изменяющимся внешним условиям. По мнению исследователя, способность к адаптации есть как индивидуальное, так и личностное свойство человека. Он описывает личностный адаптационный потенциал как психологические характеристики человека, необходимые для регуляции психической деятельности и самого процесса адаптации. Они включают нервно-психическую устойчивость, уровень развития которой обеспечивает толерантность к стрессу, самооценку личности, являющуюся основой саморегуляции и влияющую на степень адекватности восприятия условий деятельности и собственных возможностей, ощущение социальной поддержки, определяющее чувство своей значимости, уровень конфликтности личности, опыт социального общения и др. (Маклаков, 2001).

Согласно Л.В. Куликову существуют следующие личностные ресурсы адаптации:

– активная мотивация преодоления, отношение к стрессам как к возможности личностного роста и приобретения личного опыта;

– сила «Я-концепции», самоуважение, самооценка, ощущение собственной значимости, «самодостаточность»;

– активная жизненная установка;

– позитивность и рациональность мышления;

– эмоционально-волевые качества;

– физические ресурсы (состояние здоровья и отношение к нему как к ценности);

– материальные ресурсы (высокий уровень материального дохода и материальных условий, безопасность жизни, стабильность оплаты труда, гигиенические факторы жизнедеятельности);

– информационные и инструментальные ресурсы (Куликов, 1995).

Большая часть перечисленных личностных качеств характеризует психологически здоровую личность (Финогенко, 2013). Все они в своей совокупности представляют тот запас, резерв, ресурс, который позволяет личности активно выполнять все функции, быть субъектом собственной жизни, т. е. являются личностным потенциалом.

На целесообразность выделения личного превентивного ресурса, принадлежащего индивиду в феноменальном и ноуменальном смысле, а не личностного, принадлежащего индивиду только в феноменальном, социальном смысле, указывает Я.В. Малыгина. По ее мнению, личный (индивидуальный) превентивный ресурс следует рассматривать как комплекс способностей индивида, реализация которых позволяет сохранять баланс адаптационно-компенсаторных механизмов. Как утверждает автор, отлаженная работа данного комплекса обеспечивает психическое, соматическое и социальное благополучие человека, что в соответствии с направленностью личности создает условия для открытия им своей уникальной идентичности и последующей самореализацией¹.

¹ Малыгина Я.В. Социально-психологические аспекты системной профилактики «общего девиантного синдрома»: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05, 19.00.04. СПб., 2004. 151 с. /

Понятие психологических ресурсов необходимо рассматривать как систему. Системный подход дает возможность исследовать психическую реальность в системе взаимодействия «человек – жизненная среда» с учетом комплекса факторов, источником которых является действительность конкретного человека, представленная в содержании деятельности, в самой личности, в переживаемой здесь и сейчас реальности.

Комплексные исследования, посвященные изучению феномена адаптационных ресурсов, довольно немногочисленны. Большое количество теорий социальной адаптации и неоднозначность трактовки данного понятия также затрудняют рассмотрение факторов, оказывающих влияние на процесс адаптации. Следовательно, феномен адаптационных ресурсов пока еще не является предметом целенаправленного и всестороннего анализа в отечественной психологии. Работ, в которых адаптационные ресурсы рассматриваются как комплексное понятие, где предпринимались попытки его измерения и изучения, немного (Финогенко, 2014).

Предметом исследования А.Н. Осянина стали структурные особенности и проблемы формирования адаптационных ресурсов современной молодежи. По мнению автора, в рамках изучения социальной адаптации адаптационные ресурсы представляют собой совокупность взаимосвязанных элементов, обеспечивающих успешное приспособление молодого человека к социальной среде в условиях начала профессиональной жизни и личностного роста².

Автором разработана методика, позволившая оценить ресурсы адаптации студентов. Исследование показало, что у

современных студентов объем наличных социальных ресурсов превышает остальные ресурсы адаптации. Социальные ресурсы реализуются через взаимодействие с социальным окружением, и именно они позволяют студентам приспосабливаться и получать различные выгоды в большей степени, чем другие виды ресурсов. Студенты в массе своей недовольны имеющимся экономическим ресурсом, что находит отражение в низком уровне удовлетворенности личным доходом, доходом семьи и родителей. Студенты демонстрируют высокий уровень притязаний в экономической сфере. Большинство студентов выделяют здоровье в качестве одной из составляющих жизненного успеха, но желание иметь здоровье является в большинстве своем пассивным. Ресурсы вовлеченности в деятельность различных общественно-политических организаций незначительны.

В результате исследования А.Н. Осяниным построена трехуровневая типология ресурсной обеспеченности студентов по каждому виду ресурсов. Успешные адаптационные стратегии студентов с высоким уровнем социальных ресурсов во многом автор объясняет наличием благополучных отношений внутри семьи. Средний уровень ресурсной обеспеченности является наиболее выраженным среди студентов, за исключением человеческого и физического. При этом, несмотря на высокий уровень человеческого ресурса, студенты довольно слабо включены в получение дополнительных образовательных практик.

В отечественной и западной психологической науке в последние десятилетия продолжается изучение процесса адаптации и его составляющих. Адаптация - одно из ключевых понятий в научном исследовании психологов, социологов, физиологов, клиницистов. Процесс адаптации имеет общие неспецифические проявления, он осуществляется во всех случаях нарушения баланса взаимоотношений в системе «человек – среда». Проблема адаптации рассматривается в различных аспектах: физиологическом, психофизиологическом, психологическом, социально-психологическом (Финогенко, 2014).

По определению Ф.Б. Березина психическая адаптация - процесс установления оптимального соответствия личности и

Malykhina Ya.V. Socio-psychological aspects of systemic prevention of the "general deviant syndrome": extended abstract of cand. dissertation (Psychology): 19.00.05, 19.00.04. S. Petersburg, 2004. 151 p.

² Осянин А.Н. Адаптационные ресурсы современного студенчества: проблемы формирования: дис. ... канд. социол. наук: 22.00.04. Нижний Новгород, 2006. 208 с. / Osyanin A.N. Adaptation resources of modern students: issues of formation: extended abstract of cand. dissertation (Sociology): 22.00.04. Nizhniy Novgorod, 2006. 208 p.

окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, позволяющий индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели (при сохранении психического и физического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды (Березин, 1988).

Описывая сложный механизм физиологической, психической и социальной адаптации, А.Г. Маклаков рассматривает их как уровни единой адаптации, а также как отдельные виды адаптации (Маклаков, 2001).

Понятие психической адаптации в профессиональной деятельности дает М.А. Дмитриева. Она указывает, что это процесс становления и сохранения динамического равновесия в системе «человек – профессиональная среда». По ее мнению, общим показателем адаптированности является отсутствие признаков дезадаптации, которая может возникнуть по разным причинам: вследствие кратковременных и сильных воздействий среды на человека или под влиянием менее интенсивных, но продолжительных воздействий. Дезадаптация проявляется в различных нарушениях деятельности (снижение производительности труда и его качества, нарушение дисциплины труда, повышение аварийности и травматизма). Физиологические и психологические признаки дезадаптации соответствуют признакам стресса (Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности, 2001).

Профессиональная деятельность, протекающая в стрессогенных условиях, требует актуализации адаптационных ресурсов – эмоциональных, мотивационно-волевых, когнитивных, поведенческих и др.

В связи с этим, было проведено исследование адаптационных ресурсов сотрудников реабилитационного центра.

В реабилитационных центрах оказывают помощь больным и инвалидам в восстановлении здоровья и возвращении к активной жизни и общественно полезному труду. Сотрудники реабилитационных центров подвержены высоким психоэмоциональным нагрузкам, поскольку ежедневно находятся в тесном общении с

людьми, имеющими ограниченные возможности вследствие наличия травм и хронических заболеваний. Стрессогенные условия деятельности требуют от сотрудников максимального самообладания и саморегуляции. Все действия сотрудников подчинены профессионально-этическим стандартам, они несут ответственность за возможный ущерб соматическому и нервно-психическому здоровью, который может быть причинен человеку при неправильном проведении коррекционных мероприятий. К специалисту, работающему с инвалидами, предъявляются определенные требования (как к личностным, так и профессиональным качествам). Комплекс личностных качеств, обеспечивающих эффективную адаптацию к условиям профессиональной деятельности, представляет собой ресурсы адаптации.

В исследовании участвовали работники реабилитационного центра (51 чел.), использовались следующие методики: «Шкала психологического стресса PSM-25» Лемура – Тесье – Филлиона; Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова, В.Г. Чермянина, а также методы статистической обработки результатов.

По уровню переживания стресса вся выборка была разделена на две группы: первая группа – сотрудники с высоким уровнем стресса (55 %), вторая группа – сотрудники с умеренным уровнем стресса (45 %).

Диагностика с использованием многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» показала различие в результатах между группами по всем исследуемым параметрам. Высокий уровень нервно-психической устойчивости характерен для большинства испытуемых второй группы (86 %), в то время как в первой группе преобладает средний уровень нервно-психической устойчивости (88 %).

Низкий уровень нервно-психической устойчивости диагностирован не был. Возможно это обусловлено с тем, что работа в реабилитационном центре связана с постоянным воздействием стрессогенных факторов, и низкий уровень нервно-психической устойчивости делает работника профессионально непригодным.

Таким образом, нервно-психическая

устойчивость является необходимым адаптационным ресурсом, обеспечивающим успешность социально-психологической адаптации сотрудников. Работники реабилитационного центра с высоким уровнем стресса более предрасположены к нарушению эмоционального равновесия, следствием чего являются повышенная тревожность, фрустрированность. Сотрудники с умеренным уровнем стресса демонстрируют большую эмоциональную стабильность, преобладание положительных эмоций, они способны к сохранению продуктивной деятельности, осуществляемой в напряженных условиях.

Коммуникативный потенциал является одной из составляющих адаптационного потенциала личности. Эффективность работы сотрудника реабилитационного центра во многом зависит от умения выстроить доброжелательные отношения с другими людьми. Коммуникативные возможности (или умение достигнуть взаимопонимания) у каждого работника различны. Они определяются наличием опыта и потребности в общении, а также уровнем конфликтности.

Результаты исследования по шкале «коммуникативные способности» показали, что высокий уровень коммуникативных способностей имеют 18 % испытуемых первой группы и 71 % второй. Развитие таких качеств, как общительность, тактичность, умение слушать, выстраивать диалог и стимулировать в собеседнике его внутренние резервы, – необходимое условие осуществления эффективной реабилитации людей с ограниченными возможностями.

Таким образом, коммуникативная компетентность является важным психологическим ресурсом, обеспечивающим успешную адаптацию к стрессогенным условиям профессиональной деятельности работника реабилитационного центра. Этот ресурс сформирован в большей степени у представителей второй группы, у сотрудников с умеренным уровнем стресса.

Моральная нормативность обеспечивает способность адекватно воспринимать индивидом предлагаемую определенную социальную роль. Низкий уровень этого качества диагностирован не был. В обеих группах преобладает средний уровень моральной нормативности (94 %

испытуемых первой группы, 71 % – второй). Проявляется он как адекватная оценка своей роли в коллективе, ее принятие, ориентация на соблюдение общепринятых норм поведения.

Обобщение результатов по шкале «Личностный адаптационный потенциал» позволило выявить у 71 % обследованных первой группы высокий уровень адаптации, тогда как 29 % сотрудников этой группы имеют удовлетворительный уровень адаптации, что указывает на снижение адаптационных ресурсов. Во второй группе все испытуемые имеют высокие показатели личностного адаптационного потенциала, что позволяет отнести их к группе высокой и нормальной адаптации. Сотрудники второй группы достаточно легко адаптируются к различным условиям деятельности, адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию поведения в изменившихся условиях.

Исследование адаптивности показало, что большими ресурсами адаптации в стрессогенных условиях работы обладают сотрудники с умеренным уровнем стресса. Между ними и представителями первой группы, имеющих высокий уровень стресса по результатам сравнительного анализа с применением *t*-критерия Стьюдента, выявлены статистически достоверные различия по следующим параметрам:

- нервно-психическая устойчивость;
- коммуникативные способности;
- моральная нормативность;
- личностный адаптационный потенциал.

Корреляционный анализ результатов исследования показал наличие статистически значимых связей на 0,1 %-ном, 1 %-ном и 5 %-ном уровнях значимости. У испытуемых первой группы выявлена положительная взаимосвязь между личностным адаптационным потенциалом и нервно-психической устойчивостью, отрицательная взаимосвязь уровня стресса с личностным адаптационным потенциалом. Поскольку работа связана с интенсивным и эмоционально напряженным взаимодействием между людьми, снижение адаптационных ресурсов приводит к повышению уровня стресса в данной группе.

Во второй группе уровень стресса имеет отрицательные взаимосвязи с пара-

метрами, которые определяют психологические ресурсы адаптации – это нервно-психическая устойчивость и коммуникативный потенциал.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что существует взаимосвязь между наличием

адаптационных ресурсов и уровнем стресса, т. е. чем большими ресурсами адаптации обладают сотрудники, осуществляющие профессиональную деятельность в стрессогенных условиях, тем ниже уровень стресса, испытываемый ими.

Библиографический список

Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека: монография. Л.: Наука, 1988. 270 с.

Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Ч. 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 2. С. 113–123.

Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.

Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. СПб.: Речь, 2001. 448 с.

Иваницкий А.В. Психологический ресурс как интегральная характеристика личности [Электронный ресурс] // Электронный научный журнал «Современные проблемы науки и образования», 2015. № 2. Ч. 3. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=23894> (01.03.2018).

Куликов Л.В. Стресс и стрессоустойчивость личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии: сб. ст. Вып. 1. Ч. 1. СПб., 1995. С. 123–132.

Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 16–24.

Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями: теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1. № 2 (2). С. 102–112.

Финогенко Е.И. Эмоциональные и вегетативные компоненты психического здоровья студентов вуза // Вестник Иркутского государственного технического университета. 2013. № 8 (79). С. 116–119.

References

Berezin F.B. *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* [Mental and psychophysiological adaptation of a person]. Leningrad: Nauka Publ., 1988, 270 p. (In Russian).

Bodrov V.A. The problem of stress overcoming. P. 2. Processes and resources for stress overcoming. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2006, vol. 27, no. 2, pp. 113–123. (In Russian).

Vodop'yanova N.E. *Psikhodiagnostika stressa* [Stress psychodiagnostics]. Saint Petersburg: Piter Publ., 2009, 336 p. (In Russian).

Nikiforov G.S., Dmitrieva M.A., Snetkova V.M. *Praktikum po psikhologii menedzhmenta i professional'noi deyatel'nosti* [Tutorial in psychology of management and professional activity]. Saint Petersburg: Rech' Publ., 2001, 448 p. (In Russian).

Ivanitskii A.V. Psychological resource as an integral characteristic of the person. *Elektronnyi nauchnyi zhurnal "Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya"* [Electronic scientific journal "Current issues of science and education"], 2015, no. 2, part 3. Available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=23894> (accessed 1 March 2018).

Kulikov L.V. *Stress i stressoustoichivost' lichnosti* [Stress and stress resistance of the person]. *Teoreticheskie i prikladnye voprosy psikhologii* [Theoretical and applied issues of psychology]. Iss. 1. Part 1. Saint Petersburg, 1995, pp. 123–132. (In Russian).

Maklakov A.G. Personal adaptive potential: its mobilization and forecasting in extreme conditions. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2001, vol. 22, no. 1, pp. 16–24. (In Russian).

Muzdybaev K. The strategy of coping with life's difficulties: theoretical analysis. *Zhurnal sotsiologii i sotsial'noi antropologii* [Sociology and social anthropology journal], 1998, vol. 1, no. 2 (2), pp. 102–112. (In Russian).

Finogenko E.I. Emotional and vegetative components of mental health of university students. *Vestnik Irkutskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta* [Bulletin of Irkutsk State Technical University], 2013, no. 8 (79), pp. 116–119. (In Russian).

Финогенко Е.И. Адаптационные ресурсы представителей летной профессии // Вестник Иркутского государственного технического университета. 2014. № 6 (89). С. 299–303.

Hobfoll St. E. Stress, Culture and Community. New York – London: Plenuv press, 1998. 287 p.

Критерии авторства

Финогенко Е.И. провела исследование, оформила научные результаты и несет ответственность за плагиат.

Конфликт интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Сведения об авторе

Финогенко Елена Ивановна,
кандидат биологических наук,
доцент кафедры социологии и психологии,
e-mail: Elena-fin@yandex.ru

Finogenko E.I. Adaptation resources of representatives of flying profession. *Vestnik Irkutskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta* [Bulletin of Irkutsk State Technical University], 2014, no. 6 (89), pp. 299–303. (In Russian).

Hobfoll St. E. Stress, Culture and Community. New York – London: Plenuv press, 1998, 287 p.

Criteria for Authorship

Finogenko E.I. has conducted research, formalized research results and bears responsibility for plagiarism.

Conflict of Interest

The author declares no conflict of interest.

Author Credentials

Elena I. Finogenko,
Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor of Sociology
and Psychology Department,
e-mail: Elena-fin@yandex.ru