**Дата поступления рукописи в редакцию: 09.04.2026 г.**
**Дата принятия рукописи в печать: 27.05.2026 г.**
DOI: 10.24412/2782-3849-2026-5-418-423

***ГАЛУШИНА Полина Сергеевна,***

*старший преподаватель кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: sid-polina@yandex.ru*

***НЕВЕРОВА Ольга Петровна,***

*к.б.н., доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: opneverova@mail.ru*

***СТЕПАНОВ Алексей Владимирович,***

*к.с.-х.н., доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: alexeystepanow@mail.ru*

***ЛОПАЕВА Надежда Леонидовна,***

*к.б.н., доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: lopaeva77@mail.ru*

***НЕНАХОВ Владислав Вадимович,***

*заместитель декана по воспитательной работе факультета СПО, ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: nenahov15@gmail.com*

***КАНЕВ Прокопий Николаевич,***

*преподаватель кафедры физического воспитания и спорта ФГБОУ ВО Уральский ГАУ,*

*e-mail: kanevxok@mail.ru*

## АКАДЕМИЧЕСКАЯ РЕЗИЛЬЕНТНОСТЬ СТУДЕНТОВ КАК УСЛОВИЕ ИХ ЭФФЕКТИВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ

**Аннотация**. *В статье исследуется академическая резильентность студентов как ключевой фактор их успешной адаптации в образовательном процессе и последующей профессиональной реализации. Автор анализирует структуру феномена (мотивационно ценностный, операциональный и эмоционально волевой компоненты), раскрывает взаимодействие внутренних (самоэффективность, автономия, когнитивные способности) и внешних (образовательная среда, поддержка преподавателей, вузовский климат) факторов его развития. Особое внимание уделяется механизмам переноса академической резильентности в профессиональную сферу: показано, как навыки, сформированные в процессе обучения (самоорганизация, рефлексия, критическое мышление), способствуют карьерному росту и устойчивости в условиях динамичного рынка труда. На примере разных профессиональных областей (IT, медицина, менеджмент) демонстрируется связь академической резильентности с показателями профессиональной успешности. В завершение предложены направления интеграции программ развития резильентности в образовательный процесс.*

**Ключевые слова**: *академическая резильентность, профессиональная реализация, самоэффективность, образовательная среда, стрессоустойчивость*.

***GALUSHINA Polina Sergeevna,***

*Senior Lecturer at the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University*

***NEVEROVA Olga Petrovna,***

*Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University*

***STEPANOV Alexey Vladimirovich,***

*Candidate of Agricultural Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University*

***LOPAEVA Nadezhda Leonidovna,***

*Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University*

***NENAKHOV Vladislav Vadimovich,***

*Deputy Dean for Educational Work at the Faculty of Vocational Education, Ural State Agrarian University*

***KANEV Prokopy Nikolaevich,***

*Lecturer at the Department of Physical Education and Sports Ural State Agrarian University*

## ACADEMIC RESILIENCE OF STUDENTS AS A CONDITION FOR THEIR EFFECTIVE PROFESSIONAL REALIZATION

**Annotation**. *The article examines the academic resilience of students as a key factor in their successful adaptation in the educational process and subsequent professional realization. The author analyzes the structure of the phenomenon (motivationally valuable, operational and emotionally volitional components), reveals the interaction of internal (self-efficacy, autonomy, cognitive abilities) and external (educational environment, teacher support, university climate) factors of its development. Special attention is paid to the mechanisms of transferring academic resistance to the professional sphere: it is shown how skills formed in the learning process (self-organization, reflection, critical thinking) contribute to career growth and sustainability in a dynamic labor market. Using the example of various professional fields (IT, medicine, management), the relationship between academic resistance and indicators of professional success is demonstrated. Finally, the directions of integration of resilience development programs into the educational process are proposed.*

**Key words:** *academic resilience, professional realization, self-efficacy, educational environment, stress tolerance.*

Академическая резильентность студентов представляет собой ключевой фактор их успешного преодоления учебных барьеров и последующей профессиональной адаптации. Как молодой ученый, интересующийся психолого-педагогическими аспектами высшего образования, я вижу в этом феномене потенциал для оптимизации образовательных практик, способствующих формированию конкурентоспособных специалистов в условиях динамичного рынка труда [4].

Современное общество характеризуется ускоренными трансформациями, где знания быстро устаревают, а успех зависит от способности индивида к непрерывной адаптации. Академическая резильентность студентов выступает не просто защитным механизмом против учебного стресса, но и фундаментом для их профессиональной самореализации, позволяя сохранять высокие результаты несмотря на внешние и внутренние вызовы. В контексте глобальных изменений, таких как цифровизация и нестабильность занятости, изучение этого феномена приобретает стратегическое значение для педагогической науки и практики [4].

Вызовы современного рынка труда проявляются в требованиях к специалистам, способным оперативно осваивать новые компетенции и справляться с неопределенностью, что делает стрессоустойчивость приоритетной характеристикой. Потребность в адаптивных и стрессоустойчивых профессионалах обусловлена ростом автоматизации и междисциплинарных проектов, где традиционные навыки уступают место гибкости и эмоциональной устойчивости. Высшее образование играет решающую роль в формировании профессиональной резильентности, интегрируя в учебный процесс элементы, развивающие способность к восстановлению после неудач и поддержанию мотивации в условиях дефицита ресурсов [2].

Резильентность определяется как способность сохранять стабильный уровень функционирования под негативным воздействием, быстро восстанавливаясь и адаптируясь к изменениям без стойких

нарушений. В отличие от стрессоустойчивости, фокусирующейся на пассивном сопротивлении нагрузкам, резильентность подразумевает активное извлечение опыта из кризисов и рост через них, в то время как жизнестойкость акцентирует долгосрочную устойчивость к хроническим трудностям, а адаптивность - общую гибкость поведения. В педагогическом контексте резильентность интегрирует психологические механизмы с образовательными стратегиями, способствуя устойчивости результатов обучения [7,8].

Академическая резильентность трактуется как способность индивида поддерживать устойчивый образовательный результат вопреки внешним и внутренним барьерам учебной деятельности. Она отличается от общей резильентности личности узкой ориентацией на академический контекст, где акцент делается на преодолении специфических трудностей, таких как экзаменационный стресс или адаптация к вузу, в отличие от жизненных кризисов. Этот феномен подчеркивает роль образовательной среды в усилении личностных ресурсов, делая его предиктором перехода от студенчества к профессионализму [5].

Мотивационно-ценностный компонент включает внутреннюю мотивацию и стремление к достижениям, обеспечивая устойчивость целей несмотря на препятствия. Операциональный компонент охватывает учебную самоорганизацию и навыки планирования, позволяющие эффективно распределять ресурсы в условиях дефицита времени. Эмоционально-волевой компонент формируется рефлексивностью и внутренним локусом контроля, способствуя быстрому восстановлению после неудач и осознанному управлению эмоциями [2,4].

Внутренние факторы, такие как самоэффективность, автономия и когнитивные способности, определяют базовый потенциал индивида для преодоления учебных и жизненных барьеров. Самоэффективность отражает веру человека в свою способность достигать целей и справляться с трудностями. Студенты с высоким уровнем самоэффективности чаще проявляют настойчивость, ставят амбициозные задачи и не опускают руки после неудач. Автономия подразумевает способность самостоятельно принимать решения, ставить цели и управлять своей учебной деятельностью. Автономные студенты лучше планируют время, выбирают стратегии обучения и несут ответственность за результаты. Когнитивные способности, включающие критическое мышление, память, внимание и аналитические навыки, позволяют эффективно усваивать информацию, решать сложные задачи и адаптироваться к новым условиям обучения.

Внешние факторы включают образовательную среду, поддержку преподавателей и вузовский климат, создающие условия для актуализации внутренних ресурсов. Образовательная среда охватывает материально техническое оснащение, доступность ресурсов - таких как библиотеки, лаборатории и онлайн платформы, - а также гибкость учебных программ. Поддержка преподавателей проявляется в наставничестве, предоставлении обратной связи, эмоциональной поддержке и готовности помочь в сложных ситуациях. Вузовский климат определяется атмосферой взаимопомощи, уважением к индивидуальности, отсутствием токсичности и вовлечённостью студентов в жизнь вуза.

Взаимодействие внутренних и внешних факторов обеспечивает генетическую, мотивационную и стратегическую закономерности развития резильентности [2]. Например, высокий уровень самоэффективности, являющийся внутренним фактором, раскрывается полнее в поддерживающей образовательной среде - внешнем факторе. Мотивация усиливается, когда автономия студента сочетается с конструктивной обратной связью от преподавателя. Стратегическая закономерность проявляется в том, что когнитивные способности развиваются эффективнее при наличии чётких учебных задач и возможностей для их реализации.

Эффективная профессиональная реализация оценивается по комплексу критериев, отражающих долгосрочную адаптацию специалиста в выбранной сфере. К ним относятся трудоустройство, подразумевающее скорость и качество первого трудоустройства после выпуска и соответствие работы полученной специальности, а также карьерный рост, выражающийся в продвижении по служебной лестнице, расширении зоны ответственности и получении новых компетенций. Не менее важны удовлетворённость работой, которая включает эмоциональное восприятие профессии, баланс между требованиями и ресурсами и ощущение смысла деятельности, и профессиональная стабильность, характеризующаяся устойчивостью к кризисам, способностью сохранять продуктивность в условиях изменений и низким риском выгорания.

Показатели успешности варьируются в зависимости от профессиональной сферы. В IT сфере ключевыми метриками выступают быстрая обучаемость, гибкость мышления и способность осваивать новые технологии и языки программирования. Здесь резильентность проявляется в умении быстро адаптироваться к обновлениям, решать нестандартные задачи и

работать в условиях сжатых сроков. В медицине на первый план выходит эмоциональная устойчивость: способность выдерживать высокие нагрузки, сопереживать пациентам без эмоционального истощения и принимать решения в стрессовых ситуациях. Резильентность помогает врачам и медсёстрам сохранять профессионализм при работе с тяжёлыми случаями. В менеджменте критичны лидерские качества под давлением: умение мотивировать команду в кризисных условиях, делегировать задачи и принимать стратегические решения при дефиците информации. Резильентные менеджеры быстрее восстанавливаются после неудач и трансформируют их в опыт.

Эти метрики подчёркивают переносимость академических навыков в профессиональную среду [1]. Например, навык планирования, развитый в вузе, помогает IT специалисту укладываться в дедлайны, а рефлексия над учебными ошибками снижает риск повторения управленческих промахов в менеджменте.

Развивая навыки преодоления трудностей, академическая резильентность формирует адаптивное поведение через осмысление неудач. Этот процесс начинается с анализа ситуации, когда студент идентифицирует причины неудачи - будь то недостаток знаний, ошибка в стратегии или внешние обстоятельства, - после чего переходит к рефлексии, то есть осмыслению собственных действий, эмоций и мыслей в момент затруднения. Затем следует этап корректировки, в ходе которого вносятся изменения в подходы к обучению: например, меняется график, ищутся новые ресурсы или запрашивается помощь. Завершается цикл повторным действием - применением обновлённой стратегии и оценкой её эффективности.

Такой цикл укрепляет уверенность в собственных силах и готовит к непрерывному обучению в меняющихся условиях. Студент учится воспринимать трудности не как угрозу, а как возможность для роста, что особенно важно в эпоху цифровой трансформации и глобализации рынка труда.

Метакогнитивные стратегии обеспечивают перенос учебного опыта на профессиональные вызовы. Они включают планирование обучения с постановкой целей, распределением времени и выбором методов освоения материала, мониторинг прогресса через регулярную самопроверку, сравнение результатов с эталоном и выявление «пробелов», а также оценку эффективности использованных подходов - понимание того, что сработало, что нет и почему. Важным элементом выступает и адаптация методов: корректировка тактики на основе рефлексии, например замена пассивного чтения на создание ментальных карт.

Благодаря этим стратегиям студенты учатся обобщать опыт: навыки решения математических задач трансформируются в умение анализировать бизнес процессы, а опыт групповой работы в вузе - в способность координировать команды на производстве. Таким образом, академическая резильентность становится фундаментом профессиональной устойчивости [2].

Самоорганизация и тайм-менеджмент обеспечивают эффективность в многозадачных проектах. Критическое мышление и рефлексия позволяют анализировать ошибки, коммуникативные навыки и командная работа - интегрироваться в коллективы, а способность к быстрому обучению - адаптироваться к инновациям. Эти компетенции напрямую коррелируют с карьерным успехом [6].

Обзор исследований показывает положительную корреляцию резильентности с академической успешностью: резильентные студенты демонстрируют выше успеваемость и ориентацию на вуз. В работах Л.Б. Райхельгауза структура резильентности подтверждает ее роль в сохранении результатов при переходе в профессию. Корреляционный анализ В.Л. Виноградова и О. В. Шатуновой выявляет автономность как ключевой фактор профессиональной адаптации [2,4].

Создание поддерживающей среды предполагает интеграцию программ развития резильентности в учебный план, с акцентом на ситуациях успеха. Внедрение наставничества и кураторства усиливает внешние факторы, обеспечивая преемственность. Организация климат способствует самоорганизации через фундирование опыта.

Методы поддержки в стрессах включают рефлексивные практики и позитивную обратную связь. Интеграция задач на резильентность в курсы использует активные методы, такие как проблемно-дискуссионные. Интерактивное обучение развивает операциональный компонент [9].

Планирование и практики осознанности как элементы самоорганизации укрепляют внутренний локус контроля. Анализ неудач и ведение дневника развивают рефлексию и помогают формировать эмоционально-волевое ядро личности [3].

Оценка резильентности при трудоустройстве использует опросники, как шкалу Смита . Программы адаптации учитывают уровень резильентности, предлагая тренинги для слабых. Это минимизирует текучку и ускоряет интеграцию.

Академическая резильентность выступает

условием эффективной профессиональной реализации студентов, интегрируя мотивацию, самоорганизацию и эмоциональную устойчивость. Ее развитие через образовательные практики обеспечивает перенос компетенций на рынок труда, способствуя устойчивому успеху. Дальнейшие исследования необходимы для эмпирической верификации механизмов в российских вузах.

**Список литературы:**

[1] Бочкарева, Т. Н. Взаимосвязь академической резильентности и познавательной активности студентов магистратуры Елабужского института Казанского (Приволжского) федерального университета / Т. Н. Бочкарева // Развитие образования. – 2025. – Т. 8, № 4. – С. 21-28. – DOI 10.31483/r-150196. – EDN KTKVGN.

[2] Виноградов, В. Л. Поливариантность факторов личностной резильентности и ее влияние на академическую успешность школьников / В. Л. Виноградов, О. В. Шатунова // Психологическая наука и образование. – 2023. – Т. 28, № 5. – С. 85-99. – DOI 10.17759/pse.2023280507. – EDN HTHQOD.

[3] Петровская, В. Г. Развитие резильентности первокурсников в тренинговой работе / В. Г. Петровская // Конструктивные педагогические заметки. – 2024. – № 3(23). – С. 136-144. – EDN NJWLCP.

[4] Райхельгауз, Л. Б. Новые категории современной дидактики: академическая резильентность / Л. Б. Райхельгауз // Социальное и профессиональное становление личности в эпоху больших вызовов: Междисциплинарный дискурс : сборник статей всероссийской конференции с международным участием, Ярославль, 03–04 декабря 2020 года. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2021. – С. 52-56. – EDN ZLFSYO.

[5] Райхельгауз, Л. Б. Формирование академической резильентности у обучающихся юношеского возраста / Л. Б. Райхельгауз // Казанский педагогический журнал. – 2021. – № 1(144). – С. 101-107. – DOI 10.51379/kpj.2021.145.2.012. – EDN GSNZTU.

[6] Сабиров, А. Г. Основные направления формирования и развития резильентности студентов в процессе преподавания социально-философских дисциплин в современных вузах / А. Г. Сабиров, Л. А. Сабирова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2022. – № 8(100). – С. 164-169. – DOI 10.24158/spp.2022.8.24. – EDN CXDSSK.

[7] Хухлаев, О. Е. Исследования академической резильентности детей-мигрантов: анализ и перспективы / О. Е. Хухлаев, Э. Р. Хакимов, А. Е. Фомичева // Культурно-историческая психология. – 2021. – Т. 17, № 4. – С. 117-127. – DOI 10.17759/chp.2021170413. – EDN XUYOJY.

[8] Чжан, Л. Резильентность и жизнестойкость: сравнительный анализ понятий и их применение в психологии / Л. Чжан // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2025. – Т. 14, № 2-1. – С. 97-105. – EDN UISXQZ.

[9] Ярошевич, А. С. Развитие психологической резильентности обучающихся как направление воспитательной работы в вузе / А. С. Ярошевич // Инновационный опыт идеологической, воспитательной и информационной работы в вузе : Материалы IX Международной научно-практической конференции, Гомель, 21 апреля 2023 года / Под общей редакцией Г.М. Чаянковой. – Гомель: Учреждение образования «Белорусский государственный университет транспорта», 2023. – С. 120-123. – EDN JNXKBC.

**References:**

[1] Bochkareva, T. N. Relationship between academic resilience and cognitive activity of students of the magistracy of the Elabuga Institute of Kazan (Volga) Federal University/T. N. Bochkareva// Development of education. – 2025. - T. 8, NO. 4. - S. 21-28. – DOI 10.31483/r-150196. – EDN KTKVGN.

[2] Vinogradov, V. L. Multivariance of factors of personal resilience and its influence on the academic success of schoolchildren/V. L. Vinogradov, O. V. Shatunova//Psychological science and education. – 2023. - T. 28, NO. 5. - S. 85-99. – DOI 10.17759/pse.2023280507. – EDN HTHQOD.

[3] Petrovskaya, V. G. Development of freshmen's resilience in training work/V. G. Petrovskaya//Constructive pedagogical notes. – 2024. – № 3(23). - S. 136-144. – EDN NJWLCP.

[4] Reichelgauz, L. B. New categories of modern didactics: academic resilience/L. B. Reichelgauz//Social and professional formation of personality in the era of great challenges: Interdisciplinary discourse: collection of articles of the All-Russian conference with international participation, Yaroslavl, December 03-04, 2020. - Yaroslavl: Yaroslavl State Pedagogical University named after K.D. Ushinsky, 2021. - S. 52-56. – EDN ZLFSYO.

[5] Reichelgauz, L. B. The formation of academic resilience in youth students/L. B. Reichelgauz//Kazan Pedagogical Journal. – 2021. – № 1(144). - S. 101-107. – DOI 10.51379/kpj.2021.145.2.012. – EDN GSNZTU.

[6] Sabirov, A. G. The main directions of the formation and development of student resilience in the process of teaching socio-philosophical

disciplines in modern universities/A. G. Sabirov, L. A. Sabirova//Society: sociology, psychology, pedagogy. – 2022. – № 8(100). - S. 164-169. – DOI 10.24158/spp.2022.8.24. – EDN CXDSSK.

[7] Khukhlaev, O. E. Studies of academic resilience of migrant children: analysis and prospects/O. E. Khukhlaev, E. R. Khakimov, A. E. Fomicheva//Cultural and historical psychology. – 2021. - T. 17, NO. 4. - S. 117-127. – DOI 10.17759/chp.2021170413. – EDN XUYOJY.

[8] Zhang, L. Resilience and resilience: a comparative analysis of concepts and their application in psychology/L. Zhang//Psychology. Historical-critical reviews and contemporary studies. – 2025. - T. 14, NO. 2-1. - S. 97-105. – EDN UISXQZ.

[9] Yaroshevich, A. S. Development of psychological resilience of students as a direction of educational work at the university/A. S. Yaroshevich// Innovative experience of ideological, educational and informational work at the university: Materials of the IX International Scientific and Practical Conference, Gomel, April 21, 2023/Under the general editorship of G.M. Chayankova. - Gomel: Educational institution "Belarusian State University of Transport," 2023. - S. 120-123. – EDN JNXKBC.

