

Что такое «grit» и почему она может быть личностным ресурсом?

Ерофеева В.Г.

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1077-6737>, e-mail: yerofeyeva.victoria@yandex.ru*

Нартова-Бочавер С.К.

*Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», г. Москва, Российская Федерация,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru*

Обзорная статья посвящена современным исследованиям личностной черты «grit», которую выделила и описала профессор Пенсильванского университета А.Л. Дакворт. Устоявшегося перевода понятия на русский язык нет. Мы предлагаем вариант «настойчивость» в соответствии с концептуальным пониманием феномена и традицией описания настойчивости как личностной черты в отечественной психологии. Современные исследования показывают, что grit выступает в качестве надежного предиктора достижения высоких академических результатов и психологического благополучия. Однако иногда не только настойчивость, но и другие личностные черты объясняют успех; тогда возникают вопросы, в чем уникальность grit и чем она отличается от других предикторов. На материале ряда исследований доказывается специфика настойчивости и объясняется, почему иногда выводы относительно этого качества оказываются противоречивыми. В заключение отмечается, что настойчивость может быть важным ресурсом личности.

Ключевые слова: успешность, настойчивость, достижение цели, предиктор успешности, психологическое благополучие, субъективно значимая цель, ресурс личности.

Для цитаты: Ерофеева В.Г., Нартова-Бочавер С.К. Что такое «grit» и почему она может быть личностным ресурсом? [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2020. Том 9. № 4. С. 22—31. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2020090402>

What is “grit” and why it can be a personal resource?

Victoria G. Yerofeyeva

*National Research University “Higher school of economics”, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1077-6737>, e-mail: yerofeyeva.victoria@yandex.ru*

Sofya K. Nartova-Bochaver

*National Research University «Higher school of economics», Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru*

The review article is devoted to modern research of “grit”, personality trait, which was identified and described by A.L. Duckworth, a professor of the University of Pennsylvania. There is no well-established translation of the notion into Russian. Our option is based on the conceptual understanding of the phenomenon and the established tradition of describing “grit” as a personal trait in the Russian psychology. Modern studies show that grit is a reliable predictor of high academic results and psychological well-being. However, not only grit, but also other personality trait explain success. Then the questions about the uniqueness of grit and how it differs from other predictors raise. We explore what specificity grit has and why outcomes are contradictory sometimes. To conclude we consider that grit can be an important personal resource.

Keywords: grit, goal achievement, predictor of success, psychological well-being, subjectively significant goal, personal resource.

For citation: Yerofeyeva V.G., Nartova-Bochaver S.K. What is “grit” and why it can be a personal resource? *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2020. Vol. 9, no. 4, pp. 22—31. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2020090402> (In Russ.).

Введение

В современной зарубежной психологии все большую популярность приобретает личностная черта «grit». В исследовательское поле ее ввела профессор Пенсильванского университета А.Л. Дакворт. Работая преподавателем, она заметила, что успевают лучше те студенты, которые заинтересованы в предмете и которые упорно работали. Даже те, кто в начале курса получал низкие баллы, к концу достигали больших успехов, чем более способные студенты. Это наблюдение натолкнуло Дакворт на мысль, что существует личностная черта, помогающая людям находить силы для преодоления сложностей на пути к цели. Она назвала ее «grit» и выделила два элемента — упорство (perseverance of effort) и приверженность долгосрочным целям (passion for long-term goals) [24].

Grit — это некогнитивная черта, способная предсказывать достижение цели независимо от уровня интеллекта. Ее рассматривают в качестве важнейшего предиктора успешности, считают одним из предикторов психологического благополучия, а М. Селигман посвятил ей главу в своей книге по позитивной психологии [40].

Исследования в области нейронаук показали, что нейронный субстрат для grit находится в дорсомедиальной префронтальной коре, которая отвечает за саморегуляцию, планирование, постановку целей и отражение прошлого опыта [20]. А индивидуальные различия в выраженности черты объясняются дифференциальным объемом в прилежащем ядре и корковой структуре, связанной с поведением, влекущим вознаграждение. Дети с высокими баллами по шкале «grit» легко обучаются выполнению сложных задач [10].

Для измерения grit Дакворт и коллеги разработали двухфакторный опросник (оригинальную версию, состоящую из 12 пунктов, и краткую шкалу, состоящую из 8 пунктов), пригодный для подростков и взрослых, пункты которого не относятся к конкретной жизненной сфере (например: «Я преодолел неудачи, чтобы справиться с серьезными вызовом», «Я заканчиваю все, что начинаю») [24]. Используя его для измерения черты, Дакворт и коллеги провели ряд исследований, в которых показали, что настойчивость объясняет дополнительную дисперсию в ситуациях, когда оценивается успеваемость [24].

Как переводится “grit” на русский язык?

Устоявшегося перевода пока нет. Оксфордские и Кембриджские словари предлагают следующие варианты — «мужество», «храбрость», «стойкость», а буквальное определение — «способность преодолевать трудности и неудачи на пути к цели». Название книги Дакворт “Grit” перевели как «Твердость характера» [2]. Т.О. Гордеева и Е.Н. Осин в своих исследованиях используют вариант «упорство» [1].

Мы предлагаем вариант «настойчивость». Наша позиция основана на передаче семантического значе-

ния понятия с опорой на существующую традицию в отечественной психологии. Действительно, в русском языке существуют синонимы для описания личностных черт, связанных со способностью добиваться своего, несмотря на поражения и невзгоды. Например, Е.П. Ильин отметил, что в отечественной и зарубежной психологии настойчивость как характеристику целенаправленного поведения часто заменяют другим понятием — «упорство» [3]. Но настойчивость, по мнению зарубежных психологов, отличается от упорства (persistence) тем, что последнее характеризует степень прикладываемых усилий, в то время как первое отражает поведенческое проявление мотивации [4].

В «Психологическом словаре» даны определения настойчивости. Под ней понимается: «волевое качество, направленное на то, чтобы неуклонно, вопреки трудностям и препятствиям, добиваться осуществления цели»; «качество личности, заключающееся в умении добиваться поставленной цели, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия» [3, с. 184—185].

Кроме того, смысл концепции, заложенный Дакворт, наиболее точно передал советский психолог С.Л. Рубинштейн. Описывая настойчивость, он сделал акцент на «... неослабности энергии в течение длительного периода, невзирая на трудности и препятствия». Рубинштейн подчеркивал, что ненастойчивость проявляется в том, что люди или «... не способны гореть тем делом, которое они делают, или легко воспламеняющиеся, но быстро охлаждающиеся» [6, с. 607]. Он также упомянул страсть, которую испытывает человек, когда пытается достичь своей цели.

Ильин, проанализировав разные подходы к настойчивости, предлагает следующее определение черты: «... систематическое проявление силы воли по реализации долговременной мотивационной установки, как стремление человека достичь отдаленной по времени цели, несмотря на возникающие препятствия и трудности» [3, с. 185].

На наш взгляд, в grit заложена идея о постоянстве прикладываемых усилий, преодолении трудностей ради мечты, которая манит, поэтому именно русское слово «настойчивость» отражает содержание конструкции лучше всего.

Первые исследования настойчивости, проведенные Даквортом

Первые исследования были проведены онлайн. Проверялась связь между уровнем настойчивости, возрастом и образованием. Настойчивость положительно коррелировала с возрастом, поскольку для получения профессионального образования необходимо уметь сосредоточиться на цели и преодолеть неудачи в течение длительного времени [24]. В следующих исследованиях настойчивость продемонстрировала возрастающую прогностическую валидность по отношению к числу изменений в карьере на протяжении жизни в

зависимости от возраста и черт Большой Пятерки [24]. А на выборке студентов Пенсильванского университета было обнаружено, что настойчивость ортогональна интеллекту: успевали лучше не те студенты, что имели высокий IQ, а те, у которых наблюдался более высокий уровень настойчивости [24].

В первом масштабном исследовании с участием 1218 кадетов военной академии в Вест-Пойнте, где даже при очень строгом отборе 1 из 20 кадетов отчисляется после первого года обучения было показано, что курсанты продолжили обучение, несмотря на трудности, с которыми сталкивались во время сдачи экзаменов, если они проявляли настойчивость. Именно это качество лучше других предсказало завершение летней программы, во время которой проходят самые серьезные испытания на пределе сил кадетов, и достижение выбранной цели [24].

Недавнее исследование среди 11258 кадетов военной академии в Вест-Пойнте показало, что при сравнении когнитивных и некогнитивных черт первые предсказывали академические и военные оценки, а последние, в том числе настойчивость, прогнозировали, кто же получит диплом военной академии [13].

Еще в одном исследовании приняли участие дети-финалисты Национального конкурса «Орфографическая пчела». Более настойчивые работали больше и дольше, чем сверстники, становясь успешнее, а настойчивость, несмотря на тесную связь с добросовестностью, позволила объяснить выход участников в финал [24].

В описанных исследованиях зачастую поднимались вопросы о том, что отличает настойчивость от других личностных черт и почему именно она способна лучше предсказывать достижение успеха. Дакворт считает, что уникальность настойчивости заключается в том, что, в отличие от добросовестности, это качество делает акцент не на краткосрочную эффективность, а долгосрочную стойкость и, в отличие от самоконтроля, способствует достижению долгосрочных целей [24], а не просто эффективной регуляции повседневных потребностей.

Исследователи, впрочем, допускают, что люди могут продолжать следовать тем же целям просто потому, что они боятся перемен, стараются соответствовать ожиданиям других или не знают об альтернативных возможностях [24].

Настойчивость в тезаурусе близких понятий

Настойчивость часто сравнивают с другими личностными чертами, также имеющими высокую прогностическую ценность. Содержание конструкта иногда считают похожим на описание уже существующих черт, заставляя некоторых исследователей сомневаться в обоснованном рассмотрении настойчивости как предиктора достижений [14]. Например, отмечается корреляция показателей настойчивости с усидчивостью (perseverance) как составляющей добросовестности,

что серьезно ограничивает вклад настойчивости в объяснение успеха, поскольку уже давно получены надежные доказательства роли добросовестности для достижения цели [14].

Действительно, концептуально настойчивость похожа на черту «добросовестность» Большой Пятерки [39], которая включает трудолюбие, ответственность, упорядоченность и усердие [48]. Поскольку черты более низкого уровня могут быть даже более сильными предикторами [34], отказываться от концепции настойчивости только потому, что она в каких-то случаях совпадает с добросовестностью, не стоит. Несмотря на то, что в области достижений корреляция добросовестности и настойчивости составляет 0,77 [16], при контроле черт Большой Пятерки настойчивость все же достаточно предсказывала уровень достижений [16].

В другом исследовании проверялось, как связаны добросовестность, общий балл успеваемости, настойчивость и способность контролировать эмоции. Оказалось, что успеваемость школьника предсказывают все переменные, кроме настойчивости. Однако когда речь шла о внеклассных занятиях и факультативных курсах, настойчивость была лучшим предиктором [29]. Этот вывод подтверждает концептуальную идею настойчивости как направленности к субъективно значимой для человека цели, которая может быть не определена в терминах социального ассессмента. Таким образом, целесообразно рассматривать настойчивость как одну из граней добросовестности [48].

Еще одна близкая черта к настойчивости — это самоконтроль (способность переопределять или изменять свои внутренние реакции, а также прерывать нежелательные поведенческие тенденции и воздерживаться от незапланированных действий) [43]. Дакворт разделяет эти понятия, не отрицая связи между ними [15]: самоконтроль, по ее мнению, — это способность противостоять кратковременным отвлечениям и соблазнам [49]. Баруч-Фельдман выделяет специфику самоконтроля: он связан с отсроченным удовлетворением и сопротивлением искушениям [12]. А Селигман предполагает, что настойчивые люди склонны к самодисциплине и организуют свое время так, что им удастся достичь поставленных целей. Эти качества не всегда встречаются вместе — люди с выстроенной долгосрочной перспективой могут отвлекаться в ходе повседневных занятий, а хорошо контролирующие себя — не иметь дальних целей [41].

В уже упомянутом исследовании Дакворт на выборке финалистов конкурса «Орфографическая пчела» [24] также выявлена значимая корреляция между настойчивостью и самоконтролем, но самоконтроль не мог предсказать прохождение в следующий раунд при контроле возраста, а настойчивость — могла [24]. Наконец, в недавнем исследовании учеников начальной и средней школы настойчивость и самоконтроль образовали разные композиции связей с академиче-

ской эффективностью и удовлетворенностью школой [46]. Самоконтроль отвечает скорее за тактическое самоограничение, а настойчивость — за следование стратегическим продуктивным целям.

Настойчивость часто сравнивают и с упорством (persistence), которое определяют как особенность поведения, посредством которой человек преодолевает препятствия на пути к цели [37]. Различают упорство, несмотря на трудности, упорство, несмотря на страх, и упорство в достижении невыгодной или бесполезной цели («несоответствующее упорство»); в таком понимании упорство также весьма похоже на настойчивость [28]. А для выбора цели (который составляет один из компонентов настойчивости) в модели упорства предлагается конструкт временного предпочтения целей (goal time preference) [28].

Настойчивость понимается как грань упорства: так, например, спортсмены не справляются с тренировкой не потому, что она трудная, а потому, что они не могут поддерживать свои усилия в течение нескольких месяцев или лет [28]. На наш взгляд, этого не происходит как раз в случае отсутствия настойчивости как способности удерживать значимую цель.

Еще одно исследование было посвящено связи настойчивости и устойчивости (resilience) как способности справляться с последствиями травматического стресса, приспосабливаться к трудностям и неудачам [25]. Неожиданно между настойчивостью и устойчивостью выявлена отрицательная корреляция [25]: по-видимому, от того, что настойчивость в первую очередь относится к достижению целей, а устойчивость — к умению справляться с неблагоприятными событиями, которые необязательно случаются в ходе продуктивной деятельности. Впрочем, эти результаты не подтвердились в другом корреляционном исследовании, где настойчивость оказалась положительно связана с самоконтролем, психическим благополучием, устойчивостью и образом мышления (mindset) [8].

Существует мнение, что не личностные черты определяют поведение человека, а его когнитивные установки. К. Двек, исследуя мотивацию студентов, показала, что люди воспринимают вызов как возможность научиться чему-то новому, а не как препятствие, требующее преодоления, и проявляют упорство, если их мышление направлено на развитие [17]. Мы не считаем, что между чертами и когнитивными установками существует противоречие: исследования показывают, что последние не являются универсальными для всех, в их выраженности существуют индивидуальные различия [26]. К тому же между настойчивостью и типом мышления отмечается весьма умеренная корреляция — 0,274 [42].

Понимание того, почему люди хотят чего-то, еще не изучено до конца. Например, человек может достигать цели, если мотивация достижения и альтруистическая мотивация не конфликтуют между собой и если они представлены на уровне ценностей личности как стабильные образования [5].

Выносливость (hardiness) как способность обращать неблагоприятные ситуации в возможности роста и смелость продолжать тяжелую работу также считаются чертами, похожими на настойчивость [31]. Хотя обе черты способствовали тому, что курсанты продолжали обучение в течение первого года, только выносливость предсказывала академическую успеваемость курсантов [45]. Сопоставление настойчивости, выносливости и устойчивости, которые играют важную роль в преодолении трудностей и неудач, показало, что эти три конструкта не могут быть использованы как синонимы [19].

Таким образом, рассмотренные исследования не дают однозначного ответа на вопрос об уникальном вкладе каждой из черт, что, на наш взгляд, может быть обусловлено ограничениями корреляционного метода. Поскольку на достижение цели человек тратит годы и десятилетия [49], дизайн исследований должен также быть соразмерен масштабу жизненного пути. Еще одним объяснением может быть разное отношение респондентов к достигаемой цели, что искажает понимание настойчивости.

Настойчивость как предиктор академических достижений

Далее мы приведем несколько примеров, показывающих, что при учете значимости цели настойчивость выступает в качестве надежного предиктора в академической среде.

В двух исследованиях, построенных на теории самодетерминации, изучалась взаимосвязь настойчивости и мотивации для академических целей [18]. 183 студента-психолога назвали три академические цели на ближайший год с указанием причин, по которым они их выбрали, заполнили опросники, измеряющие настойчивость, самоконтроль и добросовестность. Оказалось, что, хотя черты сильно коррелировали между собой, ни одна из них по отдельности не предсказывала мотивацию по отношению к достижению цели, а только если они встречались одновременно. Этот результат был подтвержден во втором исследовании, с той только разницей, что настойчивость и добросовестность обладали положительной прогностической силой для автономной мотивации [18].

Итак, перекрывающиеся компоненты настойчивости, самоконтроля и добросовестности имеют прогностическую значимость для автономной мотивации в достижении академических целей, и, хотя их одновременное присутствие в структуре личности является лучшим предиктором успеха, все же настойчивость следует рассматривать как отдельную черту [18].

К сожалению, с помощью количественной методологии не всегда возможно увидеть специфику феномена, поэтому необходимы идиографические качественные исследования. Так, в одном из них связи между настойчивостью, успехом и академическими результатами изучались при помощи полуструктурированного

интервью. 10 успешных выпускников заполнили опросник настойчивости и ответили на 10 открытых вопросов, которые касались личностных характеристик и проблем, с которыми они сталкивались, стратегий их преодоления, целей, восприятия успеха и их отношения к обучению [8]. Были идентифицированы три широкие темы, описывающие феноменологию настойчивости: «Страстность и настойчивость» включала упоминания о краткосрочных и долгосрочных целях, стойкости, преданности и выносливости; «Самоконтроль» — управление временем, самосознание, расстановку приоритетов и знание сильных и слабых сторон; наконец, «Позитивное мышление» — положительное отношение к обучению, важность обратной связи и конструктивной критики, а также понимание успеха как нематериалистического сопровождаемого ощущением счастья, независимости, комфорта и жизни без стресса.

Оказалось, что успешные студенты показали большую устойчивость — не позволяя стрессовым жизненным ситуациям влиять на себя, они справлялись с проблемами (бедность, утраты, болезни) и продолжали обучение. Получение знаний и профессиональных навыков помогало им отвлечься от проблем, потому что обучение представлялось значимым этапом жизни.

Студенты также говорили об эффективном управлении временем для достижения долгосрочных целей, отмечали, что смогли преодолеть критику со стороны других, и продемонстрировали высокую эмоциональную стабильность во время стрессовых и негативных жизненных событий, благодаря чему смогли решить эмоциональные проблемы [8]. Все эти данные согласуются с ранее полученными результатами [27]. Кроме того, благодаря развитой рефлексии, студенты без труда определяли свои сильные и слабые стороны, сохраняя позитивное отношение к учебе и благоприятный взгляд на происходящее [8].

Итак, в нарративе своей жизни респонденты делали акцент и на долгосрочность цели, которая придавала смысл дальнейшей жизни, и на умении концентрироваться в нужный момент, и на преодолении неудач. Кажется, что настойчивость как направленность на будущее позволила им преодолеть невзгоды и достичь высокого уровня эффективности.

Недавнее исследование также подтверждает, что проявления настойчивости зависят от того, какова мотивация человека к деятельности. При изучении связей между настойчивостью, самооэффективностью, академической успеваемостью и ориентацией на достижение целей выяснилось, что связь между настойчивостью и общим баллом успеваемости существует, но в нее включены медиаторы — самооэффективность и ориентация на достижение цели. Настойчивость положительно коррелирует с академической успеваемостью только в том случае, если респонденты хотят мастерски овладеть делом или максимально приблизить достижение цели, а вот стремление избегать целей и академическая успешность связа-

ны отрицательно. Самоэффективность может играть вспомогательную роль, усиливая эффект, когда испытуемые заинтересованы в достижении успеха [7].

По результатам еще одного исследования настойчивость рекомендуют использовать в качестве неакадемического показателя для приема на программы обучения в докторантуре по физиотерапии, так как результаты, полученные по шкале настойчивости, положительно коррелировали с перцентилем ранга класса (class rank percentile) и окончательным совокупным средним баллом [38].

Итак, настойчивость вносит весомый вклад в прогноз академических результатов, но только при контроле субъективной значимости цели для респондентов.

Настойчивость как предиктор субъективного благополучия

Настойчивость интенсивно исследуется в современной позитивной психологии в соотнесении с субъективным благополучием человека [33], а также как одна из сильных сторон характера, которая позволяет смягчить влияние негативных жизненных событий [37].

Личностные особенности в большей степени позволяют объяснить успех и благополучие. При сравнении роли черт и когнитивных способностей для жизненных достижений исследователи отмечают приоритетное влияние черт [35], но при этом именно настойчивость, а не черты личности или когнитивные навыки, объясняет вариативность уровня образования, здоровья, доверия, удовлетворенности работой и жизнью.

Индивидуальные различия проявляются и в когнитивных искажениях. Например, склонность забывать неприятные события быстрее, чем те, что вызывают положительные эмоции (fading affect bias) в большей степени выражена у настойчивых людей [47], что позволяет им быстрее переживать травматичный и болезненный опыт.

Настойчивость — необходимая черта в профессиональной и учебной деятельности. Она защищает от выгорания (группа стажеров-хирургов, в которой были получены самые низкие баллы по шкале настойчивости, имели самый высокий риск профессионального выгорания [9]), а также помогает справиться со стрессом, который студенты испытывают во время обучения [30].

Как показывают современные исследования, именно личностные особенности, а не внешние факторы способны в большей степени объяснить, почему люди не меняют сферу деятельности, даже если она сопровождается рисками. Например, в одном из исследований на группе менеджеров отелей проверяли, зависит ли желание сменить работу от уровня настойчивости в ситуациях, когда на рабочем месте становится небезопасно. Оказалось, что при возрастающем уровне незащищенности более настойчивые работники не хотели менять профессию и уровень смены персонала оставался низким [32].

Согласно эмпирическим данным, настойчивость позволяет не бросать начатое и придерживаться первоначально принятых решений в четырех сферах — в средней школе, на военной службе, в профессии и браке. Солдаты с большей вероятностью закончили курс отбора в Вооруженных силах специального назначения, продавцы сохранили свою работу, школьники окончили среднюю школу, а женатые солдаты сохранили свой брак, что, впрочем, определялось также контекстными и индивидуальными переменными [44].

В клинической психологии настойчивость изучают как ресурс, помогающий справиться с депрессией; у респондентов с высоким уровнем настойчивости реже возникают суицидальные мысли [11]. Люди, которым присуща эта черта, испытывают больше положительных эмоций — например, подлинную гордость или чувство силы [36]. Настойчивость связана с наличием смысла в жизни, что влияет на уменьшение депрессивных симптомов [22].

Кроме того, у респондентов с высоким уровнем настойчивости реже возникают суицидальные мысли и поведение [11; 23]. Обследование пациентов отделения детоксикации, принимающих психоактивные вещества, показало, что работающие пациенты старшего возраста более настойчивы, а те, кто никогда не были женаты, имели психическое расстройство или принимали героин в течение последнего месяца, отличались низкой настойчивостью [21].

Итак, настойчивость выступает в качестве надежного предиктора субъективного благополучия и стабильности. Люди, у которых выражена эта черта, быстрее восстанавливаются в случае неудач и

легче справляются с трудными жизненными ситуациями.

Заключение

Проведенный обзор современных исследований настойчивости как черты личности свидетельствует о том, что, несмотря на пересечение настойчивости с другими конструктами, нельзя отрицать уникальность этой черты, сомнение в которой может быть вызвано несовершенством дизайнов исследования, не учитывающих субъективную значимость изучаемой цели.

Развитие этой черты может положительно сказаться на переживании экзистенциальной исполненности жизни, способности человека быть активным субъектом и воплощать личностные смыслы в деятельности. Понимание человеком значимости своих поступков может стать превенцией развития астении и депрессивных состояний, если задуманное не удастся воплотить. Настойчивые люди смогут быстро восстановиться и пробовать добиться желаемого снова.

Наконец, исследования показывают, что настойчивые люди добиваются своих целей, стрессоустойчивы, психологически благополучны, ориентированы на будущее, умеют когнитивно переоценивать трудные ситуации и находить из них выход. Эта черта может стать важным ресурсом личности в ситуациях, когда необходимо достичь успеха, а таких ситуаций в современном прагматичном и конкурентном мире становится все больше, и потому можно ожидать, что исследования настойчивости будут проводиться еще более интенсивно.

Литература

1. Дакворт А. Твердость характера. Как развить в себе главное качество успешных людей. М.: Эксмо, 2016. 216 с.
2. Ильин Е.П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 368 с.
3. Макарушкина М.А., Эйдман Е.В., Иванников В.А. Проблема воли в зарубежной психологии [Электронный ресурс] // Вопросы психологии. 1988. № 3. С. 145—152. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1988/883/883145.htm> (дата обращения: 20.11.2020).
4. Нартова-Бочавер С.К. Ситуация достижения как фактор изменения готовности к помощи: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Москва: Институт психологии РАН, 1992. 18 с.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Издательский дом «Питер», 1998. 720 с.
6. Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием / Т.О. Гордеева [и др.] // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. № 2. С. 46—58. DOI:10.17759/chp.2016120205
7. Alhadabi A., Karpinski A.C. Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students // International Journal of Adolescence and Youth. 2020. Vol. 25. № 1. P. 519—535. DOI:10.1080/02673843.2019.1679202
8. All that glitters is not grit: three studies of grit in university students / C.S. Kannagara [et al.] // Frontiers in Psychology. 2018. Vol. 9. Article ID 1539. P. 1539. DOI:10.3389/fpsyg.2018.01539
9. Application of Advanced Bioinformatics to Understand and Predict Burnout Among Surgical Trainees / V. Kurbatov [et al.] // Journal of Surgical Education. 2020. Vol. 77. № 3. P. 499—507. DOI:10.1016/j.jsurg.2019.11.008
10. Behavior and neuroimaging at baseline predict individual response to combined mathematical and working memory training in children / F. Nemmi [et al.] // Developmental Cognitive Neuroscience. 2016. Vol. 20. P. 43—51. DOI:10.1016/j.dcn.2016.06.004
11. Blalock D.V., Young K.C., Kleiman E.M. Stability amidst turmoil: Grit buffers the effects of negative life events on suicidal ideation // Psychiatry Research. 2015. Vol. 228. № 3. P. 781—784.

12. *Baruch-Feldman C.* The Grit Guide for Teens: A Workbook to Help You Build Perseverance, Self-Control, and a Growth Mindset. Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2017. 144 p.
13. Cognitive and noncognitive predictors of success / A.L. Duckworth [et al.] // *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2019. Vol. 116. № 47. P. 23499—23504. DOI:10.1073/pnas.1910510116
14. *Credé M., Tynan M.C., Harms P.D.* Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2017. Vol. 113. № 3. P. 492—511. DOI:10.1037/pspp0000102
15. *Duckworth A., Gross J.J.* Self-control and grit: Related but separable determinants of success // *Current Directions in Psychological Science*. 2014. Vol. 23. № 5. P. 319—325. DOI:10.1177/0963721414541462
16. *Duckworth A.L., Quinn P.D.* Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT—S) // *Journal of Personality Assessment*. 2009. Vol. 91. № 2. P. 166—174. DOI:10.1080/00223890802634290
17. *Dweck C.S., Yeager D.S.* Mindsets: A view from two eras // *Perspectives on Psychological Science*. 2019. Vol. 14. № 3. P. 481—496. DOI:10.1177/1745691618804166
18. Examining the unique and combined effects of grit, trait self-control, and conscientiousness in predicting motivation for academic goals: A commonality analysis / K.M. Werner [et al.] // *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 81. P. 168—175. DOI:10.1016/j.jrp.2019.06.003
19. *Georgoulas-Sherry V., Kelly D.* Resilience, Grit, and Hardiness: Determining the Relationships amongst these Constructs through Structural Equation Modeling Techniques [Электронный ресурс] // *Journal of Positive School Psychology*. 2019. Vol. 3. № 2. P. 165—178. URL: <https://www.journalppw.com/index.php/JPPW/article/view/147/60> (дата обращения: 25.11.2020).
20. Grit and the brain: spontaneous activity of the dorsomedial prefrontal cortex mediates the relationship between the trait grit and academic performance / S. Wang [et al.] // *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2017. Vol. 12. № 3. P. 452—460. DOI:10.1093/scan/nsw145
21. Grit in patients with substance use disorders / M.L. Griffin [et al.] // *The American Journal on Addictions*. 2016. Vol. 25. № 8. P. 652—658. DOI:10.1111/ajad.12460
22. Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students / J.A.D. Datu [et al.] // *Youth & Society*. 2019. Vol. 51. № 6. P. 865—876. DOI:10.1177/0044118X18760402
23. Grit, humor, and suicidal behavior: Results from a comparative study of adults in the United States and United Kingdom / A.R. Kaniuka [et al.] // *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 163. 110047. 8 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.110047
24. Grit: perseverance and passion for long-term goals / A.L. Duckworth [et al.] // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007. Vol. 92. № 6. P. 1087—1101. DOI:10.1037/0022-3514.92.6.1087
25. *Hardeman J.* Comparing Resilience and Grit: An Empirical Examination [Электронный ресурс]. Doctoral (Psychology) dissertation. Drexel University, 2016. 86 p. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/190334244.pdf> (дата обращения: 25.11.2020).
26. *Hoffman P.* An individual differences approach to semantic cognition: Divergent effects of age on representation, retrieval and selection // *Scientific Reports*. 2018. Vol. 8. № 1. P. 1—13. DOI:10.1038/s41598-018-26569-0
27. How true is grit? Assessing its relations to high school and college students' personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement / K. Muenks [et al.] // *Journal of Educational Psychology*. 2017. Vol. 109. № 5. P. 599—620. DOI:10.1037/edu0000153
28. *Howard M.C., Crayne M.P.* Persistence: Defining the multidimensional construct and creating a measure // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 139. P. 77—89. DOI:10.1016/j.paid.2018.11.005
29. *Ivcevic Z., Brackett M.* Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability // *Journal of Research in Personality*. 2014. Vol. 52. P. 29—36. DOI:10.1016/j.jrp.2014.06.005
30. *Lee W.W.S.* Relationships among grit, academic performance, perceived academic failure, and stress in associate degree students // *Journal of Adolescence*. 2017. Vol. 60. P. 148—152. DOI:10.1016/j.adolescence.2017.08.006
31. *Maddi S.R.* Hardiness: The courage to grow from stresses // *The Journal of Positive Psychology*. 2006. Vol. 1. № 3. P. 160—168. DOI:10.1080/17439760600619609
32. *McGinley S., Mattila A.S.* Overcoming Job Insecurity: Examining Grit as a Predictor // *Cornell Hospitality Quarterly*. 2020. Vol. 6. № 2. P. 199—212. DOI:10.1177/1938965519877805
33. *Moen F., Olsen M.* Grit: A unique protective factor of coaches well-being and burnout? // *New Ideas in Psychology*. 2020. Vol. 59. 100794. DOI:10.1016/j.newideapsych.2020.100794
34. *O'Connor M.C., Paunonen S.V.* Big Five personality predictors of post-secondary academic performance // *Personality and Individual Differences*. 2007. Vol. 43. № 5. P. 971—990. DOI:10.1016/j.paid.2007.03.017
35. *Palczyńska M., Świąt K.* Personality, cognitive skills and life outcomes: evidence from the Polish follow-up study to PIAAC // *Large-scale Assessments in Education*. 2018. Vol. 6. № 2. 23 p. DOI:10.1186/s40536-018-0056-z
36. Perseverance of effort is related to lower depressive symptoms via authentic pride and perceived power / N. Van Doren [et al.] // *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 137. P. 45—49. DOI:10.1016/j.paid.2018.07.044
37. Personality strengths as resilience: A one-year multiwave study / F.R. Goodman [et al.] // *Journal of Personality*. 2017. Vol. 85. № 3. P. 423—434. DOI:10.1111/jopy.12250

38. Relationship Between Grit Scale Score and Academic Performance in a Doctor of Physical Therapy Program: A Case Study / S. Carp [et al.] // *Journal of Allied Health*. 2020. Vol. 49. № 1. P. 29—36.
39. Same same, but different? Relations between facets of conscientiousness and grit / F.T. Schmidt [et al.] // *European Journal of Personality*. 2018. Vol. 32. № 6. P. 705—720. DOI:10.1002/per.2171
40. *Seligman M.E.* Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Simon and Schuster, 2012. 349 p.
41. *Seligman M.E.* Learned optimism: How to change your mind and your life. New York: Vintage Books, 2011. 336 p.
42. *Sigmundsson H., Haga M., Hermundsdottir F.* Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences // *New Ideas in Psychology*. 2020. Vol. 59. 7 p. DOI:10.1016/j.newideapsych.2020.100795
43. *Tangney J.P., Baumeister R.F., Boone A.L.* High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success // *Journal of Personality*. 2004. Vol. 72. № 2. P. 271—324. DOI:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
44. The grit effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage / L. Eskreis-Winkler [et al.] // *Frontiers in Psychology*. 2014. Vol. 5. Article ID 36. 12 p. DOI:10.3389/fpsyg.2014.00036
45. The role of hardiness and grit in predicting performance and retention of USMA cadets / S.R. Maddi [et al.] // *Military Psychology*. 2012. Vol. 24. № 1. P. 19—28. DOI:10.1080/08995605.2012.639672
46. The role of self-control and grit in domains of school success in students of primary and secondary school / X. Oriol [et al.] // *Frontiers in Psychology*. 2017. Vol. 8. Article ID 1716. 9 p. DOI:10.3389/fpsyg.2017.01716
47. *Walker W.R., Alexander H., Aune K.* Higher Levels of Grit Are Associated With a Stronger Fading Affect Bias // *Psychological Reports*. 2020. Vol. 123. № 1. P. 124—140. DOI:10.1177/0033294119852579
48. What is conscientiousness and how can it be assessed? / B.W. Roberts [et al.] // *Developmental Psychology*. 2014. Vol. 50. № 5. P. 1315—1330. DOI:10.1037/a0031109
49. What sets high achievers apart? [Электронный ресурс] // American Psychological Association. URL: <https://www.apa.org/monitor/2013/12/high-achievers> (дата обращения: 25.11.2020).

References

1. Dakvort A. Tverdost' kharaktera. Kak razvit' v sebe glavnoe kachestvo uspešnykh lyudei [Hardness of character. How to develop the main quality of successful people]. Moscow: «Eksmo», 2016. 216 p. (In Russ.).
2. Il'in E.P. Psikhologiya voli. 2-e izd [The psychology of will. 2nd ed.]. St. Petersburg: Piter, 2009. 368 p. (In Russ.).
3. Makarushkina M.A., Eidman E.V., Ivannikov V.A. Problema voli v zarubezhnoi psikhologii [The problem of will in foreign psychology] [Elektronnyi resurs]. *Voprosy psikhologii [Questions of psychology]*, 1988. Vol. 3, pp. 145—152. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1988/883/883145.htm> (Accessed 20.11.2020). (In Russ.).
4. Nartova-Bochaver S.K. Situatsiya dostizheniya kak faktor izmeneniya gotovnosti k pomoshchi. Avtoref. diss. kand. psikhol. Nauk [The situation of achievement as a factor of change in readiness to help. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Moscow: Institute of Psychology RAS, 1992. 18 p. (In Russ.).
5. Rubinshtein S.L. Osnovy obshchei psikhologii [Fundamentals of General Psychology]. St. Petersburg: Publishing House “Peter”, 1998. 720 p. (In Russ.).
6. Gordeeva T.O. et al. Samokontrol' kak resurs lichnosti: diagnostika i svyazi s uspešnost'yu, nastoichivost'yu i blagopoluchiem [Self-Control as a Personality Resource: Assessment and Associations with Performance, Persistence and Well-Being]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-Historical Psychology]*, 2016. Vol. 12, no. 2, pp. 46—58. DOI:10.17759/chp.2016120205 (In Russ.).
7. Alhadabi A., Karpinski A.C. Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 2020. Vol. 25, no. 1, pp. 519—535. DOI:10.1080/02673843.2019.1679202
8. Kannangara C.S. et al. All that glitters is not grit: three studies of grit in university students. *Frontiers in psychology*, 2018. Vol. 9, article ID 1539, pp. 1539. DOI:10.3389/fpsyg.2018.01539
9. Kurbatov V. et al. Application of Advanced Bioinformatics to Understand and Predict Burnout Among Surgical Trainees. *Journal of Surgical Education*, 2020. Vol. 77, no. 3, pp. 499—507. DOI:10.1016/j.jsurg.2019.11.008
10. Nemmi F. et al. Behavior and neuroimaging at baseline predict individual response to combined mathematical and working memory training in children. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 2016. Vol. 20, pp. 43—51. DOI:10.1016/j.dcn.2016.06.004
11. Blalock D.V., Young K.C., Kleiman E.M. Stability amidst turmoil: Grit buffers the effects of negative life events on suicidal ideation. *Psychiatry research*, 2015. Vol. 228, no. 3, pp. 781—784.
12. Baruch-Feldman C. *The Grit Guide for Teens: A Workbook to Help You Build Perseverance, Self-Control, and a Growth Mindset*. Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2017. 144 p.
13. Duckworth A.L. et al. Cognitive and noncognitive predictors of success. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2019. Vol. 116, no. 47, pp. 23499—23504. DOI:10.1073/pnas.1910510116
14. Credé M., Tynan M.C., Harms P.D. Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2017. Vol. 113, no. 3, pp. 492—511. DOI:10.1037/pspp0000102

15. Duckworth A., Gross J.J. Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current directions in psychological science*, 2014. Vol. 23, no. 5, pp. 319—325. DOI:10.1177/0963721414541462
16. Duckworth A.L., Quinn P.D. Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT—S). *Journal of personality assessment*, 2009. Vol. 91, no. 2, pp. 166—174. DOI:10.1080/00223890802634290
17. Dweck C.S., Yeager D.S. Mindsets: A view from two eras. *Perspectives on Psychological science*, 2019. Vol. 14, no. 3, pp. 481—496. DOI:10.1177/1745691618804166
18. Werner K.M. et al. Examining the unique and combined effects of grit, trait self-control, and conscientiousness in predicting motivation for academic goals: A commonality analysis. *Journal of Research in Personality*, 2019. Vol. 81, pp. 168—175. DOI:10.1016/j.jrp.2019.06.003
19. Georgoulas-Sherry V., Kelly D. Resilience, Grit, and Hardiness: Determining the Relationships amongst these Constructs through Structural Equation Modeling Techniques [Elektronnyi resurs]. *Journal of Positive School Psychology*, 2019. Vol. 3, no. 2, pp. 165—178. URL: <https://www.journalppw.com/index.php/JPPW/article/view/147/60> (Accessed 25.11.2020).
20. Wang S. et al. Grit and the brain: spontaneous activity of the dorsomedial prefrontal cortex mediates the relationship between the trait grit and academic performance. *Social cognitive and affective neuroscience*, 2017. Vol. 12, no. 3, pp. 452—460. DOI:10.1093/scan/nsw145
21. Griffin M.L. et al. Grit in patients with substance use disorders. *The American journal on addictions*, 2016. Vol. 25, no. 8, pp. 652—658. DOI:10.1111/ajad.12460
22. Datu J.A.D. et al. Grit is associated with lower depression via meaning in life among Filipino high school students. *Youth & Society*, 2019. Vol. 51, no. 6, pp. 865—876. DOI:10.1177/0044118X18760402
23. Kaniuka A.R., Oakey-Frost N., Moscardini E.H., Tucker R.P., Rasmussen S., & Cramer R.J. (2020). Grit, humor, and suicidal behavior: Results from a comparative study of adults in the United States and United Kingdom. *Personality and Individual Differences*, 2020. Vol. 163, 110047. DOI:10.1016/j.paid.2020.110047
24. Duckworth A.L. et al. Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of personality and social psychology*, 2007. Vol. 92, no. 6, pp. 1087—1101. DOI:10.1037/0022-3514.92.6.1087
25. Hardeman J. Comparing Resilience and Grit: An Empirical Examination [Elektronnyi resurs]. *Doctoral (Psychology) dissertation. Drexel University*, 2016. 86 p. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/190334244.pdf> (Accessed 25.11.2020).
26. Hoffman P. An individual differences approach to semantic cognition: Divergent effects of age on representation, retrieval and selection. *Scientific reports*, 2018. Vol. 8, no. 1, pp. 1—13. DOI:10.1038/s41598-018-26569-0
27. Muenks K. et al. How true is grit? Assessing its relations to high school and college students' personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 2017. Vol. 109, no. 5, pp. 599—620. DOI:10.1037/edu0000153
28. Howard M.C., Crayne M.P. Persistence: Defining the multidimensional construct and creating a measure. *Personality and Individual Differences*, 2019. Vol. 139, pp. 77—89. DOI:10.1016/j.paid.2018.11.005
29. Ivcevic Z., Brackett M. Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability. *Journal of research in personality*, 2014. Vol. 52, pp. 29—36. DOI:10.1016/j.jrp.2014.06.005
30. Lee W.W.S. Relationships among grit, academic performance, perceived academic failure, and stress in associate degree students. *Journal of adolescence*, 2017. Vol. 60, pp. 148—152. DOI:10.1016/j.adolescence.2017.08.006
31. Maddi S.R. Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*, 2006. Vol. 1, no. 3, pp. 160—168. DOI:10.1080/17439760600619609
32. McGinley S., Mattila A.S. Overcoming Job Insecurity: Examining Grit as a Predictor. *Cornell Hospitality Quarterly*, 2020. Vol. 6, no. 2. P 199—212. DOI:10.1177/1938965519877805
33. Moen F., Olsen M. Grit: A unique protective factor of coaches well-being and burnout?. *New Ideas in Psychology*, 2020. Vol. 59, 100794. DOI:10.1016/j.newideapsych.2020.100794
34. O'Connor M.C., Paunonen S.V. Big Five personality predictors of post-secondary academic performance. *Personality and Individual differences*, 2007. Vol. 43, no. 5, pp. 971—990. DOI:10.1016/j.paid.2007.03.017
35. Palczyk ska M., wist K. Personality, cognitive skills and life outcomes: evidence from the Polish follow-up study to PIAAC. *Large-scale Assessments in Education*, 2018. Vol. 6, no. 2, 23 p. DOI:10.1186/s40536-018-0056-z
36. Van Doren N. et al. Perseverance of effort is related to lower depressive symptoms via authentic pride and perceived power. *Personality and Individual Differences*, 2019. Vol. 137, pp. 45—49. DOI:10.1016/j.paid.2018.07.044
37. Goodman F.R. et al. Personality strengths as resilience: A one-year multiwave study. *Journal of personality*, 2017. Vol. 85, no. 3, pp. 423—434. DOI:10.1111/jopy.12250
38. Carp S. et al. Relationship Between Grit Scale Score and Academic Performance in a Doctor of Physical Therapy Program: A Case Study. *Journal of Allied Health*, 2020. Vol. 49, no. 1, pp. 29—36.
39. Schmidt F.T. et al. Same same, but different? Relations between facets of conscientiousness and grit. *European Journal of Personality*, 2018. Vol. 32, no. 6, pp. 705—720. DOI:10.1002/per.2171
40. Seligman M.E. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York: Simon and Schuster, 2012. 349 p.

41. Seligman M.E. Learned optimism: How to change your mind and your life. New York: Vintage Books, 2011. 336 p.
42. Sigmundsson H., Haga M., Hermundsdottir F. Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences. *New Ideas in Psychology*, 2020. Vol. 59, 7 p. DOI:10.1016/j.newideapsych.2020.100795
43. Tangney J.P., Baumeister R.F., Boone A.L. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of personality*, 2004. Vol. 72, no. 2, pp. 271—324. DOI:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
44. Eskreis-Winkler L. et al. The grit effect: Predicting retention in the military, the workplace, school and marriage. *Frontiers in psychology*, 2014. Vol. 5, article ID 36, 12 p. DOI:10.3389/fpsyg.2014.00036
45. Maddi S.R. et al. The role of hardiness and grit in predicting performance and retention of USMA cadets. *Military psychology*, 2012. Vol. 24, no. 1, pp. 19—28. DOI:10.1080/08995605.2012.639672
46. Oriol X. et al. The role of self-control and grit in domains of school success in students of primary and secondary school. *Frontiers in Psychology*, 2017. Vol. 8, article ID 1716, 9 p. DOI:10.3389/fpsyg.2017.01716
47. Walker W.R., Alexander H., Aune K. Higher Levels of Grit Are Associated With a Stronger Fading Affect Bias. *Psychological reports*, 2020. Vol. 123, no. 1, pp. 124—140. DOI:10.1177/0033294119852579
48. Roberts B.W. et al. What is conscientiousness and how can it be assessed? *Developmental psychology*, 2014. Vol. 50, no. 5, pp. 1315—1330. DOI:10.1037/a0031109
49. What sets high achievers apart? [Elektronnyi resurs]. *American Psychological Association*. URL: <https://www.apa.org/monitor/2013/12/high-achievers> (Accessed 25.11.2020).

Информация об авторах

Ерофеева Виктория Георгиевна, студентка магистратуры по программе «Консультативная психология. Персонология», Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1077-6737>, e-mail: yerofeyeva.victoria@yandex.ru

Нартова-Бочавер Софья Кимовна, профессор, доктор психологических наук, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (НИУ ВШЭ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Information about the authors

Victoria G. Yerofeyeva, Student of the Master Program “Consulting psychology Personology” National Research University “Higher school of economics”, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1077-6737>, e-mail: yerofeyeva.victoria@yandex.ru

Sofya K. Nartova-Bochaver, Doctor of Psychology, Professor, Social science department, School of psychology, National Research University “Higher school of economics”, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8061-4154>, e-mail: s-nartova@yandex.ru

Получена 30.01.2020

Принята в печать 03.06.2020

Received 30.01.2020

Accepted 03.06.2020