

УДК 159.923.2

## ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И САМООТНОШЕНИЯ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

**Дмитриева Марина Александровна,**

*канд. психол. наук, доцент, заведующий кафедрой гуманитарных  
и естественно-научных дисциплин,*

*e-mail: mdmitrieva@miemp.ru,*

*Московский университет имени С.Ю. Витте, филиал в г. Ростове-на-Дону,*

**Крищенко Елена Павловна,**

*канд. психол. наук, доцент, доцент кафедры психологии образования,*

*e-mail: epkrishenko@sfnedu.ru,*

*Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону,*

**Павлова Татьяна Васильевна,**

*канд. психол. наук, доцент кафедры психологии образования  
и организационной психологии,*

*e-mail: zabrodinka@bk.ru,*

*Донской государственной технической университет, г. Ростов-на-Дону*

*В статье проанализировано понятие жизнестойкости как интегративной характеристики личности, которая несет ответственность за успех в преодолении жизненных трудностей. Приведены результаты исследования особенностей жизнестойкости студентов-психологов, согласно которым у студентов преобладает средний уровень жизнестойкости по диагностическим шкалам методики С. Мадди: «вовлеченность», «контроль» и «принятия риска». Эмпирически доказана статистическая взаимосвязь вышеуказанных показателей жизнестойкости со шкалами методики, используемыми для диагностики самооотношения субъекта: цель и процесс жизни, результативность жизни, внутренний и внешний локус контроля (шкалы СЖО, Д.А. Леонтьев), открытость, самоуверенность, саморужководство, самооотношение, самоценность, самопринятие, внутренняя конфликтность и самообвинение (шкалы МИС, С.Р. Пантिलеев), моральная нормативность, нервно-психическая устойчивость и коммуникативные особенности (шкалы МЛО-АМ, А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин). На основе анализа эмпирических взаимосвязей между жизнестойкостью и переменными диагностики самооотношения субъекта сформулировано заключение, что показатели жизнестойкости имеют значимую связь как с управляемостью собственной жизнью, так и личностными характеристиками респондентов.*

**Ключевые слова:** личность, субъект, субъектность, жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, самооотношение, смысложизненные ориентации, личностный потенциал

## PECULIARITIES OF VIABILITY AND SELF-ATTITUDE OF PSYCHOLOGIST STUDENTS

**Dmitrieva M.A.,**

*candidate of psychological sciences, Associate Professor,  
head of the department of humanities*

*and natural sciences,*

*e-mail: mdmitrieva@miemp.ru,*

*Moscow Witte University, a branch in the city of Rostov-on-Don,*

**Krishchenko E.P.,**

*candidate of psychological sciences, Associate Professor,  
Associate Professor of the department of educational psychology,*

*e-mail: epkrishenko@sfnedu.ru,*

*Southern Federal University, Rostov-on-Don,*

**Pavlova T.V.,**

*candidate of psychological sciences, Associate Professor of the department of educational psychology and organizational psychology,*

*e-mail: zabrodinka@bk.ru,*

*Don State Technical University, Rostov-on-Don*

*The article analyzes the concept of resilience as an integrative characteristic of a person who is responsible for success in overcoming life's difficulties. The results of a study of the characteristics of the resilience of psychology students are presented, according to which the average level of resilience prevails among students according to the diagnostic scales of the S Maddy method: "involvement", "control" and "risk taking". Empirically proved the statistical relationship of the above indicators of vitality with the scales of the technique used to diagnose the self-attitude of the subject: the purpose and process of life, life, the effectiveness of life, internal and external loci of control (scales of LSS, D.A. Leontiev), openness, self-confidence, self-leadership, self-attitude, self-worth, self-acceptance, internal conflict and self-accusation (MIS scales, S.R. Pantileev), moral normativity, neuropsychic stability and communicative features (MLO-AM scales, A.G. Maklakov, S.V. Chermyanin). Based on the analysis of empirical relationships between the indicators of resilience and self diagnostic variables subject is shown that the indicators of resilience have a meaningful connection with handling their own lives and personal characteristics of the respondents.*

**Keywords:** personality, subject, subjectivity, resilience, involvement, control, risk taking, self-attitude, life-meaning orientations, personal potential

DOI 10.21777/2500-2112-2020-4-33-39

## Введение

Наличие такого личностного качества как жизнестойкость важно для студентов многих направлений подготовки, но для психологов, на наш взгляд, оно принимает особую актуальность. Психолог, работая с клиентом, должен обладать определенным личностным ресурсом, основу которого и составляет жизнестойкость личности.

Анализ экспериментальных исследований, посвященных изучению жизнестойкости, показывает, что большая часть работ носит односторонний характер, так как в них основное внимание уделяется изучению жизнестойкости как общей меры психического здоровья человека.

Теоретические проблемы жизнестойкости в последнее время активно исследуются как зарубежными (С. Кобейса, С. Мадди, С. Ках, Д. Кутель), так и отечественными психологами и социологами (Д.А. Леонтьев, Л.А. Александрова, Д.М. Сотниченко, А.И. Лактионова и др.). Для данной работы особый интерес представляют работы, посвященные возрастному (Л.Б. Кузнецова, В.Р. Петросянц, Е.А. Байер и др.) и профессиональному (Т.В. Володина, М.Е. Зеленова, В.В. Барабанова, Р.И. Стецишин, М.В. Логинова, Н.А. Миллер, Д.В. Карась, С.А. Богомаз, О.В. Каракулова, О.А. Чаусова, Е.А. Горская) аспектам изучения жизнестойкости.

Вопросы, которые касаются жизнестойкости личности, имеют практическое значение. Это связано с тем, что жизнестойкость оберегает личность от личностных расстройств и дезадаптации, способствует внутреннему балансу, высокой работоспособности и гармоничному психическому здоровью [8].

Д.А. Леонтьев рассматривает феномен жизнестойкости в контексте личностного потенциала и определяет его, как интегративную характеристику личности, которая несет ответственность за успех в преодолении жизненных трудностей [3].

Стакина Ю.М., Шангина О.В. в своих исследованиях по определению жизнестойкости у мужчин и женщин, определили, что сформированная позиция жизнестойкости не имеет различия по половой принадлежности, но подчеркнула, что готовность к активной борьбе в трудных жизненных ситуациях у мужчин гораздо выше по сравнению с женщинами [7].

Н.В. Закерничная, рассматривая теоретические аспекты исследования жизнестойкости в научных работах отечественных и зарубежных исследователей, указывала, что главным во всех исследованиях жизнестойкости является максимальное использование человеком своих психологи-

ческих возможностей в разных жизненных ситуациях. Различные факторы, которые сопровождают человека на протяжении всей его жизни: индивидуальные, влияния внешней среды, и другие, способствуют или становятся барьером в развитии жизнестойкости как интегрального свойства личности [2].

Е.И. Рассказова указывает, что жизнестойкость можно рассматривать как личностный ресурс, лежащий в основе мотивационной сферы субъекта. М.А. Одинцова рассматривала жизнестойкость, как определенное личностное качество, которое способствует, согласно ее теории, посредством жизнестойкости субъект преодолевает жизненные трудности посредством трансформации их в определенные возможности. По ее мнению данная система способна снизить риск, способствующий ухудшить здоровье в связи с образованным стрессом. Существует два способа:

1. Снижение напряжения, которое уже имеется из-за образовавшегося стресса.

2. Противодействие разрушительным изменениям путем преобразования их для снижения стрессогенности [6].

Е.Н. Митрофанова определяет жизнестойкость, как способность управлять процессами собственной жизни в контексте увлеченности событиями и верой в свои силы. Компонентами жизнестойкости, согласно ее теории, являются когнитивный, аффективный и регулятивный [5].

Психологическая устойчивость личности является сложным и емким качеством. В нем объединен целый комплекс способностей, широкий круг разноуровневых явлений. Бытие личности разнопланово, что находит отражение в разных аспектах ее психологической устойчивости.

Жизнестойкость человека понимается как способность стрессогенных обстоятельств, тревоги и жизненного опыта, выбора будущего и обретения смысла. Сюзен Кобейса (Suzanne C. Kobasa) является первым исследователем, которая указывала на жизнестойкость личности как одного из важных факторов сопротивления трудностям. Сальваторе Мадди (Salvatore Maddi) рассматривал феномен жизнестойкости с точки зрения целостного подхода к личности.

Наиболее точно, по мнению Д.А. Леонтьева, концепция жизнестойкости была описана С. Мадди. Жизнестойкость – это система убеждений человека о себе, о мире и его отношениях с ним, которая состоит из 3 компонентов (вовлеченность, контроль, принятие риска) и способствует оценке событий как менее травмирующих и успешных в преодолении стресса. В своих исследованиях С. Мадди описывает пять основных механизмов, благодаря которым проявляется буферное влияние жизнестойкости на развитие заболеваний:

- оценка жизненных изменений как менее стрессовых;
- создание мотивации к трансформационному совладанию;
- усиление иммунной реакции;
- усиление ответственности по отношению к практикам здоровья;
- поиск активной социальной поддержки, способствующей трансформационному совладанию [4].

Также С. Мадди выделяет структуру жизнестойкости:

- вовлеченность: убежденность в том, что вовлеченность дает шанс найти что-то интересное для личности;

- контроль: убежденность в том, что с помощью борьбы можно повлиять на результат, даже если нет гарантии в успехе;

- принятие риска: убежденность в том, что все, что не случается, способствует развитию за счет знаний из имеющегося опыта и последующее их использование. Все компоненты жизнестойкости, по мнению автора, развиваются в детстве и в подростковый период [4].

Развитие такого качества как жизнестойкость является одной из важных задач в плане личностного и профессионального развития будущего психолога. Жизнестойкость – это всегда выбор поведенческой стратегии в проблемной ситуации. Именно эта способность будет востребована в дальнейшем профессиональном становлении будущего психолога. Уровень жизнестойкости будущего специалиста помогающей профессии может выступать своеобразным диагностическим инструментарием дальнейшей его профессиональной пригодности и эффективности, т.к. данный род деятельности требует от человека гибкости, отношения к негативным событиям как опыту, актуализации поискового поведения, заинтересованного участия в решении ситуаций повышенной сложности [1].

### Методика

Взяв за основу теоретические представления С. Мадди о жизнестойкости личности, нами было проведено эмпирическое исследование особенностей жизнестойкости и взаимосвязи жизнестойкости эмпирическими показателями самоотношения студентов-психологов первого курса с помощью следующих методик: методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантिलеева, тест «Смысло-жизненные ориентации» (методика СЖО) Д.А. Леонтьева, методика «Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛЮ- АМ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

Эмпирическую выборку составили студенты 2 курса психолого-педагогического направления Южного федерального университета в количестве 74 человек.

### Результаты

Как показано на рисунке 1, по всем критериям жизнестойкости, выделенным С. Мадди, студенты находятся в зоне средних значений.

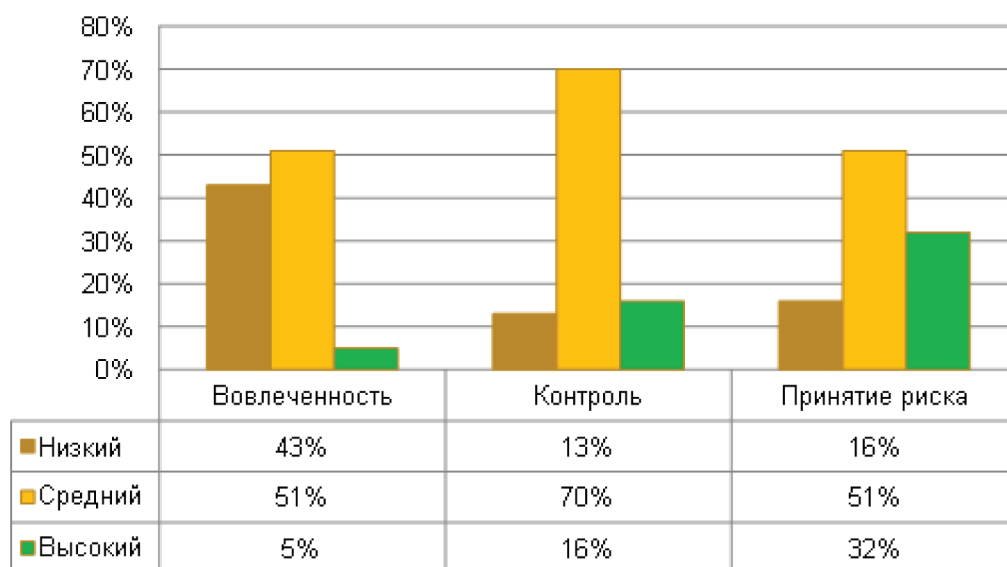


Рисунок 1 – Количественное распределение респондентов по уровню жизнестойкости

Исходя из данных показателей были определены результаты жизнестойкости студентов психолого-педагогического направления.

Низкий *уровень вовлеченности* показал, что 43 % учащихся ощущают себя отвергнутыми и не получают удовольствие от деятельности, высокие показатели получили 5 %, в поиске интереса для себя 51 %.

*Уровень контроля* определяет борьбу, которая по убеждению влияет на результат происходящего, даже без гарантированного успеха 52 %. Повышенный уровень контроля показывает, что 16 % учащихся ощущают, что сами выбирают деятельность и путь в жизни. Низкие показатели уровня контроля имеют 10 %, у них развито чувство беспомощности.

Уровнем *принятия риска* обозначена убежденность в том, что любое происходящее событие влияет на развитие за счет получаемого положительного или отрицательного опыта.

Общие показатели жизнестойкости на рисунке 2 указывают на то, что 54 % респондентов имеют средний уровень жизнестойкости, что указывает на стабильность убеждений о себе и мире в целом. Низкий уровень жизнестойкости выражен у 27 % студентов и 19 % респондентов имеют высокий уровень жизнестойкости.

Для выявления взаимосвязи эмпирических показателей жизнестойкости личности и особенностей отношения к себе (методика исследования самоотношения личности (С.Р. Пантилеев), «СЖО»

(Д.А. Леонтьев), методика исследования адаптивных возможностей индивида (А.Г. Маклаков и С.В. Чермянин)) был проведен корреляционный анализ Спирмена.

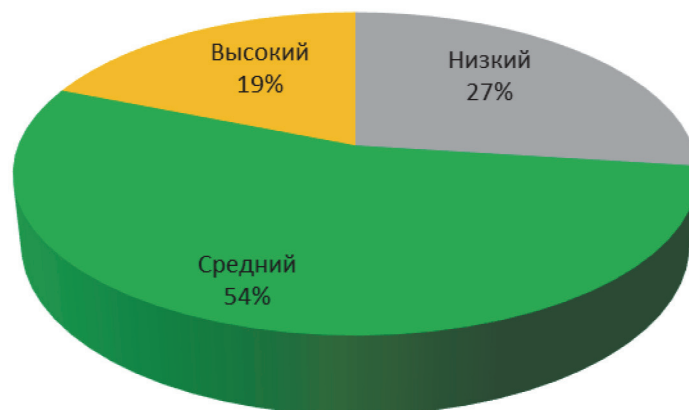


Рисунок 2 – Количественное распределение респондентов по уровню жизнестойкости

Положительные связи были выявлены между вовлеченностью и переменными «Цели в жизни» ( $r=0,284$  при  $p<0,05$ ), «Процесс жизни» ( $r=0,326$  при  $p<0,01$ ), «Результативность» ( $r=0,269$  при  $p<0,05$ ), «Локус контроля Я» ( $r=0,402$  при  $p<0,01$ ), «Закрытость/открытость» ( $r=0,394$  при  $p<0,01$ ), «Отраженное самоотношение» ( $r=0,791$  при  $p<0,01$ ), «Самоценность» ( $r=0,37$  при  $p<0,01$ ), «Моральная нормативность» ( $r=0,39$  при  $p<0,01$ ), «Нервно-психическая устойчивость» ( $r=0,565$  при  $p<0,01$ ), «Коммуникативные особенности» ( $r=0,555$  при  $p<0,01$ ). Отрицательные взаимосвязи были выявлены между вовлеченностью и «Внутренней конфликтностью» ( $r=-0,284$  при  $p<0,05$ ), «Самообвинением» ( $r=-0,35$  при  $p<0,01$ ).

Рассматривая вовлеченность как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности» (С. Мадди), на основании вышеизложенных интеркорреляционных связей можно заключить, что студенты с развитым компонентом вовлеченности четко определяют для себя жизненную перспективу (на что указывают эмпирические связи с показателями локуса контроля), имеют относительно устойчивое представление о себе (на что указывают связи с МИС), следовательно, данная группа респондентов имеет устойчивое представление о себе и перспективе собственной жизни.

Положительные связи были выявлены между контролем и переменными «Цели в жизни» ( $r=0,456$  при  $p<0,01$ ), «Процесс жизни» ( $r=0,418$  при  $p<0,01$ ), «Результативность» ( $r=0,401$  при  $p<0,01$ ), «Локус контроля Я» ( $r=0,534$  при  $p<0,01$ ), «Локус контроля жизнь» ( $r=0,402$  при  $p<0,01$ ), «Закрытость/открытость» ( $r=0,439$  при  $p<0,01$ ), «Отраженное самоотношение» ( $r=0,75$  при  $p<0,01$ ), «Самоценность» ( $r=0,477$  при  $p<0,01$ ), «Самопринятие» ( $r=0,291$  при  $p<0,05$ ), «Моральная нормативность» ( $r=0,36$  при  $p<0,01$ ), «Нервно-психическая устойчивость» ( $r=0,505$  при  $p<0,01$ ), «Коммуникативные особенности» ( $r=0,529$  при  $p<0,01$ ).

Полученные эмпирические взаимосвязи указывают на то, что контроль также рассматривается студентами как средство и способ управления и создания перспективы собственной жизни (о чем свидетельствуют взаимосвязи с эмпирическим показателем локуса контроля), как средство, позволяющее влиять на процесс и результат деятельности и межличностных отношений (взаимосвязь с эмпирическими показателями МИС).

Отрицательные взаимосвязи были выявлены между контролем и «Внутренней конфликтностью» ( $r=-0,389$  при  $p<0,01$ ), «Самообвинением» ( $r=-0,407$  при  $p<0,01$ ). Данные взаимосвязи, на наш взгляд, являются очевидными: чем более выражены внутренняя конфликтность и самообвинения субъекта, тем сложнее ему доверять и опираться на себя, контролируя события собственной жизни.

Положительные связи были выявлены между принятием риска и переменными «Цели в жизни» ( $r=0,27$  при  $p<0,05$ ), «Результативность» ( $r=0,354$  при  $p<0,01$ ), «Локус контроля Я» ( $r=0,346$  при  $p<0,01$ ),



«Локус контроля жизнь» ( $r=0,272$  при  $p<0,05$ ), «Отраженное самоотношение» ( $r=0,566$  при  $p<0,01$ ), «Самоценность» ( $r=0,386$  при  $p<0,01$ ), «Моральная нормативность» ( $r=0,24$  при  $p<0,05$ ), «Нервно-психическая устойчивость» ( $r=0,398$  при  $p<0,01$ ), «Коммуникативные особенности» ( $r=0,397$  при  $p<0,01$ ). Отрицательные взаимосвязи были выявлены между принятием риска и «Внутренней конфликтностью» ( $r=-0,279$  при  $p<0,05$ ), «Самообвинением» ( $r=-0,317$  при  $p<0,01$ ).

Полученные интеркорреляционные связи дают нам основание полагать, что респонденты с высоким уровнем принятия риска, рассматривают его как опыт, способствующий их развитию (независимо от положительности/отрицательности). Они готовы действовать, несмотря на неочевидность достигнутого результата, на свой страх и риск. На наш взгляд, в основе такого поведения лежит осознание перспективы собственной жизни и опора на собственные ресурсы, что и подтверждено статистическим анализом.

Положительные связи были выявлены между жизнестойкостью и переменными «Цели в жизни» ( $r=0,393$  при  $p<0,01$ ), «Процесс жизни» ( $r=0,433$  при  $p<0,01$ ), «Результативность» ( $r=0,388$  при  $p<0,01$ ), «Локус контроля Я» ( $r=0,552$  при  $p<0,01$ ), «Локус контроля жизнь» ( $r=0,305$  при  $p<0,05$ ), «Закрытость/открытость» ( $r=0,38$  при  $p<0,01$ ), «Самоуверенность» ( $r=0,256$  при  $p<0,05$ ), «Саморуководство» ( $r=0,33$  при  $p<0,01$ ), «Отраженное самоотношение» ( $r=0,954$  при  $p<0,01$ ), «Самоценность» ( $r=0,508$  при  $p<0,01$ ), «Самопринятие» ( $r=0,417$  при  $p<0,01$ ), «Моральная нормативность» ( $r=0,454$  при  $p<0,01$ ), «Нервно-психическая устойчивость» ( $r=0,661$  при  $p<0,01$ ), «Коммуникативные особенности» ( $r=0,612$  при  $p<0,01$ ). Отрицательные взаимосвязи были выявлены между жизнестойкостью и «Внутренней конфликтностью» ( $r=-0,249$  при  $p<0,05$ ), «Самообвинением» ( $r=-0,259$  при  $p<0,05$ ). Данные эмпирические взаимосвязи позволяют констатировать, что эмпирические показатели жизнестойкости имеют значимую связь как с управляемостью собственной жизнью, так и личностными характеристиками респондентов. И в возрасте ранней юности жизнестойкость уже можно рассматривать как сформировавшееся качество личности.

В результате проведенного эмпирического исследования было выявлено:

1. Преобладание среднего уровня жизнестойкости у студентов по критериям: «вовлеченность», «контроль» и «принятие риска».

2. Эмпирически доказано, что чем выше уровень жизнестойкости субъекта, тем выше показатели, определяющие самоотношение: цель и процесс жизни, результативность жизни, внутренний и внешний локус контроля (шкалы СЖО, Д.А. Леонтьев), открытость, самоуверенность, саморуководство, самоотношение, самоценность, самопринятие (шкалы МИС, С.Р. Пантеев), моральная нормативность, нервно-психическая устойчивость и коммуникативные особенности (шкалы МЛО-АМ, А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин), и тем ниже показатели конфликтности и самообвинения (шкалы МИС, С.Р. Пантеев).

### Заключение

Жизнестойкость является внутриличностным адаптационным ресурсом субъекта, благодаря которому процессы мобилизации при определенных жизненных обстоятельствах идут более оперативно. Личность быстрее «вызревает» на предмет переосмысления ситуации, на поиск новых способов преодоления возникших трудностей, и, возможно, дальнейшим переосмыслением ранее намеченных целей.

Старшекласснику, выбирающему профессию психолога, важно осознавать, что на его личностное развитие и процесс дальнейшей профессионализации оказывает влияние такой феномен, как жизнестойкость. Так наличие важнейшего показателя жизнестойкости субъекта, каким является показатель принятия риска, характеризует будущего специалиста, как открытого новому опыту, готового раскрывать свой потенциал, способного воспринимать свои ошибки как устранимые, как неотъемлемую часть профессионального становления. Формирование необходимого уровня жизнестойкости у студентов-психологов в процессе их обучения также является хорошим залогом для избежания в дальнейшем профессионального выгорания.

### Список литературы

1. Домрачева С.А., Егوشيная Е.Д. Социально-психологические аспекты развития студенческой группы // Вестник Московского университета им. С.Ю. Витте. Серия: Образовательные ресурсы

- и технологии [Электронный ресурс]. – 2020. – № 2 (31). – URL: [https://www.muiv.ru/vestnik/pdf/pp/pp\\_2020\\_2\\_31\\_23\\_28.pdf](https://www.muiv.ru/vestnik/pdf/pp/pp_2020_2_31_23_28.pdf) (дата обращения: 29.01.2021).
2. *Закерничная Н.В.* Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях // Ученые записки ЗабГПУ. Серия «Педагогические науки». – 2016. – № 5. – С. 61–66.
  3. *Леонтьев, Д.А.* Жизнестойкость и ее диагностика / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2016. – 162 с.
  4. *Мадди С.* Теории личности: сравнительный анализ. – СПб.: Речь, 2002. – 538 с.
  5. *Митрофанова Е.Н.* Качественная сторона активности студентов с высоким и низким уровнем жизнестойкости // Вестник Прикамского социального института [Электронный ресурс]. – 2015. – № 3 (71). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kachestvennaya-storona-aktivnosti-studentov-s-vysokim-i-nizkim-urovнем-zhiznestoykosti> (дата обращения: 29.01.2021).
  6. *Одинцова М.А.* Психология жизнестойкости: учебное пособие. – М.: Флинта, 2015. – 296 с.
  7. *Стакина Ю.М., Шангина О.В.* Сравнительный анализ психологического конструкта “жизнестойкость” у студентов православного и светских вузов // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. – 2011. – С. 114–127.
  8. *Фоминова А.Ф.* Жизнестойкость личности. – М.: Прометей, 2012. – 235 с.

#### References

1. *Domracheva S.A., Egoshina E.D.* Socio-psychological aspects of student group development // Bulletin of the Witte Moscow University. Series: Educational resources and technologies [Electronic resource]. – 2020. – No. 2 (31). – URL: [https://www.muiv.ru/vestnik/pdf/pp/pp\\_2020\\_2\\_31\\_23\\_28.pdf](https://www.muiv.ru/vestnik/pdf/pp/pp_2020_2_31_23_28.pdf) (data obrashcheniya: 29.01.2021).
2. *Zakernichnaya N.V.* Theoretical understanding of the concept of vitality in domestic and foreign studies // Scientific notes of ZabGPU. Series “Pedagogical Sciences”. – 2016. – No. 5. – S. 61–66.
3. *Leontiev, D.A.* Viability and its diagnostics / D.A. Leontiev, E.I. Rasskazova. – M.: Smysl, 2016. – 162 p.
4. *Maddy S.* Theories of personality: a comparative analysis. – SPb.: Rech, 2002. – 538 p.
5. *Mitrofanova E.N.* The qualitative aspect of the activity of students with a high and low level of vitality // Bulletin of the Prikamsky social institute [Electronic resource]. – 2015. – No. 3 (71). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kachestvennaya-storona-aktivnosti-studentov-s-vysokim-i-nizkim-urovнем-zhiznestoykosti>. (data obrashcheniya: 29.01.2021).
6. *Odintsova M.A.* Psychology of resilience: textbook. – M.: Flinta, 2015. – 296 p.
7. *Stakina Yu.M., Shangina O.V.* Comparative analysis of the psychological construct “resilience” among students of Orthodox and secular universities // Bulletin of the Orthodox St. Tikhon University of Humanities. Series 4: Pedagogy. Psychology. – 2011. – S. 114–127.
8. *Fominova A.F.* Resilience of personality. – M.: Prometheus, 2012. – 235 p.