

УДК 159.922

DOI: 10.34670/AR.2020.25.22.007

Эмоционально-личностные предикторы копинг-стратегий у студентов**Лукьянов Алексей Сергеевич**

Кандидат психологических наук, доцент,
кафедра общей и прикладной психологии,
Северо-Кавказский федеральный университет
355009, Российская Федерация, Ставрополь, ул. Пушкина 1;
e-mail: vspikul@yandex.ru

Лукьянова Марина Владимировна

Кандидат психологических наук, доцент,
кафедра общей и прикладной психологии,
Северо-Кавказский федеральный университет
355009, Российская Федерация, Ставрополь, ул. Пушкина 1;
e-mail: lmv06@mail.ru

Аннотация

В статье раскрывается специфика связи между параметрами эмоционально-личностных особенностей студентов и стратегиями их копинг-поведения. Обосновывается принципиальная значимость эмоциональной сферы для студенческого возраста, связанная с трансформацией требований к личности в новой образовательной среде, формирующимися новыми образовательными потребностями, усложняющейся социальной ситуацией в целом, что влечёт за собой динамическое развитие стратегий копинг-поведения. Показаны особенности организации исследования – специфика отбора испытуемых в выборку и методы диагностики параметров эмоциональных особенностей личности и копинг-стратегий. В результате эмпирического исследования показано, что в рамках учебной деятельности студентов принципиальными эмоционально-личностными предикторами копинг-стратегий студентов, реализуемых в процессе межличностного взаимодействия, выступают эмоциональная стабильность, экспрессивность, тревожность (ситуативная и личностная) и агрессивность (физическая, вербальная, ауто- и латентная агрессия).

Для цитирования в научных исследованиях

Лукьянов А.С., Лукьянова М.В. Эмоционально-личностные предикторы копинг-стратегий у студентов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2020. Т. 9. № 5А. С. 41-49. DOI: 10.34670/AR.2020.25.22.007

Ключевые слова

Эмоциональные особенности личности, копинг-поведение, копинг-стратегии, студенты.

Введение

В настоящее время в связи с усложняющимися перманентными социальными трансформациями и ускоряющимися темпами развития социальных процессов современному человеку практически каждый день приходится приспосабливаться к новым условиям. Для облегчения процесса адаптации существуют внутренние ресурсы организма, психологические особенности личности (стратегии совладающего поведения, способность совладения со стрессом, совладающий интеллект, копинг-механизмы, защитные механизмы), которые приводят к снятию эмоционального напряжения, гармонизации эмоционального и психологического состояния субъекта в целом (В.А. Бодров, Т.Л. Крюкова, Р. Лазарус, С.К. Нартова-Бочавер, С. Фолкман, С.А. Хазова, Э. Хайм и др.) [Бодров, 2012].

Эти особенности приобретают несомненную важность и силу в студенчестве, на этапе юношества – в целом как на этапе онтогенеза и социально-профессионального становления, важного для формирования личности, её мировоззрения, социальных и индивидуальных особенностей, способностей и интересов. Во время обучения в высшем учебном заведении увеличиваются информационные нагрузки, сопровождаемые аритмичностью в работе, усложняются межличностные отношения, появляются трудности, связанные с проживанием в общежитии, оторванностью от своих родных. Ситуация обучения в вузе специфична прохождением студентами контрольных испытаний в виде зачётов, экзаменов, промежуточных аттестаций и пр. (Б.Г. Ананьев, Э.Ф. Зеер, И.А. Зимняя, Е.А. Климов, В.А. Сластёнин, В.Д. Шадриков и др. [Зимняя, 2018]). Эти и другие факторы неизбежно отражаются на психоэмоциональном состоянии студента и могут стать фундаментом конфликтных ситуаций, что ведёт к возникновению состояния психоэмоциональной напряжённости, в том числе на уровне межличностного взаимодействия. Во многих случаях снятие психоэмоционального напряжения обусловлено способностью справляться с негативными состояниями и ситуациями, что относится к совладающему поведению субъекта, которое представлено различными стратегиями копинг-поведения, копинг-стратегиями.

Формирование стратегий копинг-поведения обуславливается различными факторами – от индивидуально-психологических особенностей, отдельных сторон психологических особенностей студентов, связанных с ресурсным обеспечением их учебно-профессиональной деятельности (психологическая устойчивость, стабильность, жизнестойкость, самоотношение, самооценка, уровень притязаний, профессиональная я-концепция, психологические защиты) до значимых характеристик среды, детерминирующих возникновение соответствующей поведенческой реакции субъекта (интеллектуальная обогащённость, практико-ориентированное взаимодействие, проектная деятельности и пр.) (П.Г. Гасанова, Э.А. Кимпаева, М.В. Киреева, М.В. Логинова, А.О. Прохоров, О.В. Шишкина и др. [Гасанова, Даудова, Кимпаева, Цахаева, 2017]).

В студенчестве в связи со спецификой и характером учебно-образовательного процесса особую значимость приобретает эмоциональная сфера личности, обуславливающая успешность студента как субъекта деятельности в целом, а также выбор им соответствующих конкретных моделей и стратегий поведения по отношению к учёбе, будущей профессии и конкретному предмету профессиональной деятельности. При этом особое влияние эмоциональной сферы личности студента, отдельных эмоциональных особенностей и соответствующий исследовательский интерес характерны для предметной сферы копинг-стратегий и копинг-поведения в целом (И.Р. Абитов, Г.А. Авагян, И.Ю. Александров, С.П. Акутина,

О.А. Кондратьева, С.Г. Сукиасян и др. [Александров, 2016]). Это связано как с возрастнопсихологическими характеристиками психологии развития личности, так и с необходимостью приобретения опыта межличностного взаимодействия для целей будущей профессиональной деятельности.

Таким образом, как видно, связь копинг-стратегий и эмоциональных особенностей личности студента может быть вербализована, что определяет возможность её эмпирической проверки для выявления специфики. Но, несмотря на имеющиеся исследования, она остаётся недостаточно изученной.

Можно предположить, что определённые эмоциональные особенности личности студентов выступают предикторами типов копинг-стратегий в межличностном взаимодействии.

Организация исследования детерминированности копинг-стратегий студентов их эмоционально-личностными особенностями

Целью эмпирического исследования выступило выявление связи между типами копинг-стратегий студентов и эмоциональными особенностями личности. Эмпирическим объектом нашего исследования выступили 72 человека из числа студентов ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет» (г. Ставрополь). Выборка представлена юношами и девушками (26.4% и 73.6% от общего числа испытуемых соответственно), средний возраст испытуемых составляет 20.2 л.

Заметим, что для отбора испытуемых в выборку мы использовали смешанный способ – отбор в условиях непосредственного взаимодействия и метод «снежного кома». Второй способ вызван тем, что основной сбор данных происходил в том числе в условиях социальной ситуации, связанной с пандемией коронавирусной инфекции (полностью дистанционное взаимодействие со студентами в «активной» фазе ограничений с апреля по июль 2020 г. и «пунктирное» взаимодействие с определёнными ограничениями после начала 2020-2021 учебного года), когда люди находятся в режиме самоизоляции, и общение с ними (в том числе в рамках научно-исследовательской деятельности) сильно ограничено и возможно только опосредованное, в нашем случае – через интернет-коммуникации, через социальные сети.

Метод снежного кома – один из возможных вариантов формирования выборки, и в нашем случае является скорее обобщением названия, нежели сутью, поскольку процедура для нашего исследования схожа и пересекается с так называемыми RDS-методами (respondent driven sample, RDS-метод, «выборка, управляемая респондентом» [напр., 9]). В нашем случае при отборе испытуемых в выборку и получения данных для обработки и интерпретации реализована идея метода снежного кома с использованием RDS-процедур.

В качестве инструментария для нашей работы определены следующие эмпирические методы: методика «Копинг-тест» (Р. Лазарус), «Шкала тревоги» (Ч. Спилбергер, адаптация – Ю.Л. Ханин), «Методика диагностики показателей и форм агрессии (А. Басс, А. Дарки), «Шкала эмоциональной стабильности-нестабильности (нейротизма)» (Г. Айзенк), «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости» (В.В. Бойко).

Диагностика параметров феноменов, изучаемых в качестве заглавных, обеспечивает операционализированную реализацию замысла нашего исследования, предполагающего, что выбор студентом той или иной копинг-стратегии будет обусловлен различными характеристиками эмоциональных особенностей. Именно это положение определяет тезис о предиктности этих особенностей для копинг-стратегий у студентов.

Далее, для обработки и преобразования данных, полученных нами при использовании высокоформализованных опросных методов, нами применены процедуры математико-статистической обработки результатов. В качестве основного средства использован метод корреляционного анализа (использована программа IBM SPSS Statistics, v 22.0).

Анализ и интерпретация результатов исследования связи эмоционально-личностных особенностей и копинг-стратегий у студентов

По методике «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса результаты диагностики свидетельствуют о том, что меньше всего были использованы копинги под названием «Бегство-избегание» (51.4%) и «Дистанцирование» (54.2%); больше всего – «Принятие ответственности» (63.9%), «Планирование решения проблемы» (65.3%) и «Поиск социальной поддержки» (59.7%). У студентов есть вероятность обесценивания собственных переживаний, недооценка значимости и возможностей действенного преодоления проблемных ситуаций, но с другой стороны существует возможность целенаправленного и планомерного разрешения проблемной ситуации, и понимание личной роли в возникновении актуальных трудностей. Большинство студентов склонны искать поддержку в своем окружении.

Диагностика эмоциональных особенностей показала следующее.

Для личностной и ситуативной тревожности структура распределения схожа – асимметрия в сторону низкого уровня. Однако для личностной тревожности высокий уровень представлен у 8.3% обследованных студентов (средний – у 48.6%, низкий – у 43.1%), а для ситуативной высокий уровень выявлен у 20.8% обследованных (средний – у 40.4% и низкий – у 38.9%). В целом, результаты свидетельствуют об умеренном и низком уровне личностной и ситуативной тревожности в среднем по выборке. Несколько повышенные значения реактивной тревожности можно объяснить как общей закономерностью больших её значений в сравнении с личностной на любой выборке, так и собственно ситуационным фактором, связанным с актуальным на момент проведения исследования дистанционным форматом обучения студентов, определяющим недостаточную уверенность в понимании технологии обучения в данных условиях, получения оценок и прохождения аттестаций. Учитывая актуальность по отношению к жизнедеятельности студента именно учебной деятельности, характер представленности параметров тревожности видится нам как адекватно отражающий актуальные переживания и состояние студента.

Диагностика агрессивности показала, что виды агрессивности неравномерно представлены на выборке обследованных студентов. Так, наименее выраженными оказались физическая агрессия (низкий уровень – у 70.8% обследованных, средний – у 22.3% и высокий – у 6.9%), вербальная агрессия (низкий уровень – у 55.5% обследованных, средний – у 30.8% и высокий – у 13.7%) и негативизм (низкий уровень – у 68.1% обследованных, средний – у 27.8% и высокий – у 4.1%). Это связано, на наш взгляд, с возрастными-психологическими особенностями студенчества в целом (физическая агрессия) и статусом студента как представителя особой социально-профессиональной группы, характеризующейся ограничениями по мотивации (негативизм) и направленности когнитивной сферы (вербальная агрессия). На наш взгляд, характер учебно-образовательного процесса в вузе, а также сам статус студента как субъекта учебно-профессиональной деятельности определяют меньшую представленность и выраженность «очных» видов агрессивности (вербальная, физическая), но при наличии агрессивных стимулов среды (стрессогенность процесса обучения) скрывают проявление

агрессии в «заочных» её видах (косвенная, вина, раздражение).

Диагностика эмоциональной устойчивости посредством методики «Шкала эмоциональной стабильности-нестабильности (нейротизма)» показала, что низкий уровень эмоциональной стабильности представлен у 13.9% обследованных студентов, средний – у 48.6% и высокий – у 37.5%. Эти данные свидетельствуют о том, что в среднем по выборке значения показателя эмоциональной устойчивости сконцентрированы вокруг среднего уровня, в сторону высокого. Студенты в целом способны адаптироваться к новым ситуациям, сохранять спокойствие и уверенность в себе. Они достаточно эмоционально выносливы по отношению к стрессам, спокойно переносит критику, и достаточно редко совершают ошибки, вызванные особенностями личности.

Для диагностики параметра экспрессивности (импульсивности) использована методика «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости». Выявлена слабая выраженность параметра экспрессивности личности, которая представлена у 25.0% обследованных студентов, средняя – у 59.7% и сильная – у 15.3%. Это говорит о том, что студенты нашей выборки в среднем мало склонны действовать без достаточного сознательного контроля, под влиянием внешних обстоятельств или в силу эмоциональных переживаний. Они могут управлять своим поведением за счёт сознательного контроля, через рефлексию обстоятельств, ситуации или сильных эмоций.

Для решения задачи обнаружения специфики связи (силы и направления) между типами копинг-стратегий и эмоциональными особенностями личности студентов мы использовали корреляционный анализ.

Результаты – в таблице 1.

**Таблица 1 – Связь копинг-стратегий
и эмоционально-личностных особенностей у студентов**

Параметры	К-1	К-2	К-3	К-4	К-5	К-6	К-7	К-8
Личностная тревожность	.449*	.219	-.134	-.032	.160	.416*	-.410*	-.122
Реактивная тревожность	.310	-.110	-.453*	.209	.012	.120	.102	-.578**
Физическая агрессия	.211	-.069	.127	.216	.249	-.210	-.143	-.113
Вербальная агрессия	-.069	.033	-.058	.104	.137	.063	.325	.046
Косвенная агрессия	.218	-.148	.297	-.105	-.307	.508**	-.050	.195
Раздражение	.109	.178	.103	.123	-.354	-.436	.176	-.209
Негативизм	.311	.046	-.310	.213	-.238	-.269	-.624**	.039
Обида	-.122	.089	.181	.532**	-.043	.268	-.301	-.322
Подозрительность	.209	-.301	-.078	.322	.039	.194	.143	-.617**
Чувство вины	-.108	-.317	.122	.526**	.267	.252	.037	.326
Стабильность	.099	-.231	.489*	.148	.325	-.049	.572**	.171
Импульсивность	.498*	.098	-.303	.012	-.050	.118	.324	-.461*

Примечания:

1) * – уровень значимости (p) меньше 0.05; ** – уровень значимости (p) меньше 0.01.

2) К-1, К-2, К-3, К-4, К-5, К-6, К-7, К-8 – копинг-стратегии (конфронтационный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения проблемы и положительная переоценка).

Как видно в табл. 1, обнаружены следующие статистически значимые связи между типами копинг-стратегий и эмоциональными особенностями личности у студентов:

- Для стратегии конфронтационного копинга выявлены значимые связи с параметрами личностной тревожности ($r=0.449$) и импульсивности ($r=0.498$). То есть при высокой

личностной тревожности и экспрессивности с большой вероятностью реализуется стратегия конфронтации.

- Для стратегии самоконтроля – с эмоциональной стабильностью ($r=0.489$) и обратная связь с реактивной тревожностью ($r=-0.453$). То есть при низкой реактивной тревожности и высокой эмоциональной стабильности субъектом с большой вероятностью реализуется стратегия самоконтроля.

- Для стратегии поиска социальной поддержки – с обидой ($r=0.532$) и чувством вины ($r=0.526$). То есть при выраженности в поведении характеристик зависти, ревности и негативных самооценочных переживаниях субъектом с большой вероятностью реализуется стратегия поиска социальной поддержки, в том числе через средство защитных компенсаторных механизмов.

- Для стратегии бегства-избегания – с личностной тревожностью ($r=0.416$) и косвенной агрессией ($r=0.508$). То есть высокая личностная тревожность и уклонение как манера конфликтного взаимодействия и поведения с большой вероятностью вызовут к действию стратегию бегства-избегания.

- Для стратегии планирования решения проблем – с личностной тревожностью ($r=-0.410$) и негативизмом ($r=-0.624$) – обратная связь, а с эмоциональной стабильностью – прямая ($r=0.572$). То есть у субъекта с низкой личностной тревожностью и низкой оппозиционностью в поведении, но при высокой эмоциональной стабильности с большой вероятностью будет реализован копинг планирования решения проблем.

- Для стратегии положительной переоценки – выявлены значимы обратные связи с реактивной тревожностью ($r=-0.578$), подозрительностью ($r=-0.617$) и импульсивностью ($r=-0.461$). То есть такие эмоциональные особенности личности, как низкая ситуативная тревожность, низкая подозрительность и слабая экспрессивность с большой вероятностью обусловят копинг положительной переоценки ситуации.

Отметим, что для стратегий дистанцирования и принятия ответственности значимых корреляций не было обнаружено. Это, однако, не означает, что связей между исследуемыми параметрами нет, это лишь означает, что линейных (монотонно возрастающих или убывающих) зависимостей не удалось обнаружить. Эти зависимости можно вскрыть при использовании соответствующих математико-статистических процедур при увеличении выборки, изменение инструментария и пр.

Выводы

Существуют отдельные эмоциональные особенности личности, выступающие предикторами поведенческих стратегий студентов по отношению к учебной деятельности, предметной специфике, эмоциональной составляющей деятельности. В рамках учебной деятельности особое значение имеют стрессоустойчивость, виды и типы агрессии, личностная и ситуативная тревожность. Для социально-ориентированного поведенческого копинга имеет смысл параметр эмоциональной стабильности и жизнестойкости личности. Для эмоционально-ориентированного копинга важны отдельные параметры эмоционального интеллекта (эмпатия, экспрессивность, нервно-психическая устойчивость).

Принципиальными эмоционально-личностными предикторами копинг-стратегии студентов выступают эмоциональная стабильность, экспрессивность, тревожность (ситуативная и личностная) и агрессивность (физическая, вербальная, ауто- и латентная агрессия и др.).

Существует обусловленность типов копинг-стратегий эмоциональными особенностями

личности у студентов: при высокой личностной тревожности и экспрессивности с большой вероятностью реализуется стратегия конфронтации; при низкой реактивной тревожности и высокой эмоциональной стабильности субъектом с большой вероятностью реализуется стратегия самоконтроля; при выраженности в поведении характеристик зависти, ревности и негативных самооценочных переживаниях субъектом с большой вероятностью реализуется стратегия поиска социальной поддержки; высокая личностная тревожность и уклонение как манера конфликтного взаимодействия и поведения с большой вероятностью вызовут к действию стратегию бегства-избегания; у субъекта с низкой личностной тревожностью и низкой оппозиционностью в поведении, но при высокой эмоциональной стабильности с большой вероятностью будет реализован копинг планирования решения проблем; такие эмоциональные особенности личности, как низкая ситуативная тревожность, низкая подозрительность и слабая экспрессивность, с большой вероятностью обусловят копинг положительной переоценки ситуации.

Библиография

1. Александров И.Ю., Маркелов В.В. Особенности психологических защит и копинг-стратегий в структуре личности студентов факультета физической культуры // Вестник ПГГПУ. 2016. № 1. С. 10-16.
2. Бодров В.А. Психологический стресс. Развитие и преодоление. М., 2012. 528 с.
3. Гасанова П.Г., Даудова Д.М., Кимпаева Э.А., Цахаева А.А. Влияние особенности самоотношения на выбор стратегии конфликтного поведения студента // Успехи современной науки и образования. 2017. № 2 (6). С. 31-36.
4. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М., 2018. 386 с.
5. Киреева М.В. Ведущие копинг-стратегии студентов с различным уровнем стрессоустойчивости // Научные ведомости. Серия Гуманитарные науки. 2012. № 6 (125). Выпуск 13. С. 229-233.
6. Кондратьева О.А., Романенко А.А. Формирование стратегий психологической защиты студентов // Сб. статей по итогам конференции «Педагогическое и психологическое образование: результаты научных исследований и их использование в образовательной практике» (8 ноября 2017 г, г. Челябинск). В 2 ч. 80 Ч. 1. Уфа, 2017. С. 159-163.
7. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние, проблемы и перспективы // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. 2008. Т. 14. С. 147-153.
8. Логинова М.В. Психологическое содержание жизнестойкости личности студентов: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2010. 176 с.
9. Печенкин В.В., Зайонц В.В. Сетевые методы исследования виртуальных сообществ // Теория и практика общественного развития. 2011. № 5. – С. 71-75.
10. Сукиасян С.Г., Авагян Г.А., Матевосян С.Н. Тревога и защитные психологические механизмы у студентов // Психология в вузе. 2014. № 5. С. 22-44.
11. Хазова С.А. Позитивная и негативная динамика копинг-ресурсов в период взрослости // Сибирский педагогический журнал. 2016. № 1. С. 86-93.
12. Шадриков В.Д. Системогенез профессиональной и учебной деятельности. М. – Ярославль, 2017. 326 с.

Emotional and personal predictors of coping strategies in students

Aleksei S. Luk'yanov

PhD in Psychology, Associated Professor,
Department of general and applied psychology,
North-Caucasus Federal University,
355009, 1, Pushkina st., Stavropol, Russian Federation;
e-mail: vspikul@yandex.ru

Marina V. Luk'yanova

PhD in Psychology, Associated Professor,
Department of general and applied psychology,
North-Caucasus Federal University,
355009, 1, Pushkina st., Stavropol, Russian Federation;
e-mail: lmv06@mail.ru

Abstract

The article reveals the specifics of the relationship between the parameters of students' emotional and personal characteristics and strategies of their coping behavior. The article substantiates the fundamental importance of the emotional sphere for students, associated with the transformation of personal requirements in a new educational environment, emerging new educational needs, and the growing complexity of the social situation in general, which entails the dynamic development of coping behavior strategies. The features of the research organization are shown – the specifics of selecting subjects in the sample and methods for diagnosing parameters of emotional personality traits and coping strategies. As a result of empirical research, it is shown that in the framework of students' educational activities, the principal emotional and personal predictors of students' coping strategies implemented in the process of interpersonal interaction are emotional stability, expressiveness, anxiety (situational and personal) and aggressiveness (physical, verbal, auto-and latent aggression).

For citation

Luk'yanov A.S., Luk'yanova M.V. (2020) Emotsional'no-lichnostnye prediktory koping-strategii u studentov [Emotional and personal predictors of coping strategies in students]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 9 (5A), pp. 41-49. DOI: 10.34670/AR.2020.25.22.007

Keywords

Personals' emotional features, coping behavior, coping strategies, students.

References

1. Aleksandrov I. YU., Markelov V. V. (2016) Osobennosti psihologicheskikh zashchit i koping-strategij v strukture lichnosti studentov fakul'teta fizicheskoy kul'tury [Features of psychological defenses and coping strategies in the personality structure of students of the faculty of physical culture] // *Vestnik PGGPU* [PGGPU Bulletin], 1, pp. 10-16.
2. Bodrov V. A. (2012) *Psichologicheskij stress. Razvitie i preodolenie* [Psychological stress. Development and overcoming]. Moscow.
3. Gasanova P. G., Daudova D. M., Kimpaeva E. A., Cahaeva A. A. (2017) Vliyanie osobennosti samootnosheniya na vybor strategii konfliktnogo povedeniya studenta [Influence of self-attitude on the choice of a student's conflict behavior strategy] // *Uspekhi sovremennoj nauki i obrazovaniya* [Advances in modern science and education], 2 (6), pp. 31-36.
4. Zimnyaya I. A. (2018) *Pedagogicheskaya psikhologiya* [Educational psychology]. Moscow.
5. Kireeva M. V. (2012) Vedushchie koping-strategii studentov s razlichnym urovnem stressoustojchivosti [Leading coping strategies for students with different levels of stress tolerance] // *Nauchnye vedomosti. Seriya Gumanitarnye nauki* [Scientific reports. Humanitarian Sciences Series], 6 (125), 13, pp. 229-233.
6. Kondrat'eva O. A., Romanenko A. A. (2017) Formirovanie strategij psihologicheskoy zashchity studentov [Formation of strategies for psychological protection of students]. In: *Pedagogicheskoe i psichologicheskoe obrazovanie: rezul'taty nauchnyh issledovaniy i ih ispol'zovanie v obrazovatel'noj praktike* [Pedagogical and psychological education: results of scientific research and their use in educational practice] Ufa, Pp. 159-163.
7. Kryukova T. L. (2008) Psikhologiya sovladayushchego povedeniya: sovremennoe sostoyanie, problemy i perspektivy

-
- [Psychology of coping behavior: current state, problems and prospects] // *Vestnik KGU im. N.A. Nekrasova* [Bulletin of the KSU named after N. A. Nekrasov], 14, pp. 147-153.
8. Loginova M. V. (2010) *Psichologicheskoe sodержanie zhiznestojkosti lichnosti studentov. Doct. Dis.* [Psychological content of students' personal resilience] Moscow.
 9. Pechenkin V. V., Zajonc V. V. (2011) *Setevye metody issledovaniya virtual'nyh soobshchestv* [Network research methods for virtual communities] // *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya* [Theory and practice of social development], 5, pp. 71-75.
 10. Sukiasyan S. G., Avagyan G. A., Matevosyan S. N. (2014) *Trevoga i zashchitnye psichologicheskie mekhanizmy u studentov* [Anxiety and protective psychological mechanisms in students] // *Psichologiya v vuze* [Psychology at the University], pp. 22-44.
 11. Hazova S.A. (2016) *Pozitivnaya i negativnaya dinamika koping-resursov v period vzroslosti* [Positive and negative dynamics of coping resources during adulthood] // *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal* [Siberian pedagogical journal], 1, pp. 86-93.
 12. SHadrikov V. D. (2017) *Sistemogenez professional'noj i uchebnoj deyatel'nosti* [Systemogenesis of professional and educational activities]. – Moscow – Yaroslavl.