

DOI: 10.12731/2218-7405-2016-12-188-202

УДК 159.9

СУБЪЕКТИВНАЯ РЕСУРСНОСТЬ КАК ПСИХОЛОГО-АКМЕОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

Илюшина М.И.

Статья посвящена актуальной на сегодняшний момент теме – ресурсам личности. В результате неиспользования, «потери» ресурсов возможны: недостаточная личностная самореализация, дезадаптация личности в социальной среде, затрудненная самоидентификация, которая в ряде случаев сопровождается неполными личностной самоактуализацией и самодостаточностью. В статье подчёркивается важность субъективного компонента в осознании, определении, понимании, мобилизации, сохранении и накоплении ресурсов личности.

Человек выступает активным преобразователем своей действительности, где и он, и действительность являются как результатом преобразования, так и источником этого преобразования. Автором предложено понятие «субъективной ресурсности», как необходимого фактора для качественной жизнедеятельности личности, достижения вершин ее самосовершенствования и саморазвития как в профессиональном, так и в личностном плане. Субъективный компонент подчеркивает роль самой личности в сохранении, преобразовании, накоплении, перераспределении ресурсов.

Цель. Предметом анализа выступает осознание, понимание личностью наличия собственных ресурсов – субъективная ресурсность. Автор ставит целью описать субъективную ресурсность как психолого-акмеологический феномен, раскрыть его сущность и предложить методiku исследования данного феномен, показав значимость вербализации ресурсов посредством ассоциативного образа без опоры на наглядность и с опорой на нее.

Метод или методология проведения работы. Основу исследования составляют общенаучные теоретические методы (теоретический анализ, в том числе психологический анализ, обобщение, систематизация, системные описания).

Результаты. Результаты работы заключаются в том, что автор определил понятие «субъективная ресурсность», а также предложил методiku ее изучения. Полученные результаты могут представлять интерес для повышения результативности работы по определению ресурсов личности. Также результаты и методика определения субъективной ресурсности способствуют обогащению профессионального инструментария психологов.

Область применения результатов. Результаты исследования могут быть применены в сфере психологического консультирования, образования, повышения квалификации психологов.

Ключевые слова: ресурс; ресурсы личности; субъективная ресурсность; субъектный компонент; ассоциативные игровые технологии; личностный потенциал; проблема субъективной ресурсности; ассоциативный образ.

SUBJECTIVE RESOURCESTHE PSYCHOLOGICAL AND ACMEOLOGICAL PHENOMENON

Ilyushina M.I.

The article is devoted to the moment the subject – resources of a person. Be caused, “loss” possible resources: lack of personal self-realization, the maladjustment of the individual in a social environment, obstructed line of identity, which in some cases is accompanied by incomplete personal self-actualization and self-sufficiency. The article emphasizes the importance of the subjective component in understanding, identifying, understanding, mobilization, conservation and accumulation of resources of the individual. Man is an active Converter to your reality, where he and reality are the result of the conversion and source conversion. The author proposed the concept of “subjective resource” as a necessary factor for

quality of life of the individual, achievement of tops of her self-improvement and self-development, both professionally and personally. Subjective component emphasizes the role of the individual in the conservation, transformation, accumulation, the reallocation of resources.

Purpose. The subject of analysis is the awareness, understanding person own resources – the subjective resourcest. The author aims to describe the subjective resourcest as psychological and acmeological phenomenon to reveal its essence and to suggest the methodology of the study of this phenomenon, showing the importance of verbalization resources through associative image without relying on the visibility and relying on her.

Methodology. The basis of the study form a General theoretical methods (theoretical analysis, including psychological analysis, generalization, systematization, system description).

Results. The results of the work lies in the fact that the author has defined the concept of “subjective resourcesthe” and proposed methodology of the study. The obtained results may be of interest to improve the efficiency of the work to define the resources of the individual. The results and method of determining a subjective resource contribute to the enrichment of the professional Toolkit of psychologists.

Practical implications. The results of the study can be applied in the field of counseling, education, training of psychologists.

Keywords: *resource; resources; personality; subjective resourcest; the subjective component; associative; gaming technology; personal potential; the problem of subjective resource; associative way.*

Современная действительность предъявляет к человеку высокие требования, связанные с необходимостью решения значительного количества разнообразных задач, находящихся в различных сферах жизнедеятельности. Экономические и социальные преобразования, характерные для общества в настоящее время, порождают разного уровня стрессы, являющиеся факторами, негативно влияющими на человека, его психику. Справиться с этими ситуациями и активно действовать в современном мире человеку помогают разнообразные ресурсы: личности, общества, семьи.

Однако, в результате неиспользования, «потери» ресурсов возможны: недостаточная личностная самореализация, дезадаптация личности в социальной среде, затрудненная самоидентификация, которая в ряде случаев сопровождается неполными личностной самоактуализацией и самодостаточностью, развитием зависимости от другой личности и социума.

Бережное, рациональное использование психических возможностей, особенностей людей и ресурсов личности, описываемое некоторыми учеными как «психическая экология» (С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин, 1996а) [3], не только личная, но и социальная стратегия.

В связи с этим актуальными являются вопросы осознания, определения, мобилизации, сохранения и укрепления ресурсов личности для ее качественной жизнедеятельности, достижения вершин самосовершенствования и саморазвития, как в профессиональном, так и в личностном плане.

На сегодняшней день растет количество публикаций, касающихся описания ресурсов личности, что свидетельствует об увеличении научного интереса к данной проблеме. Значительное количество как отечественных, так и зарубежных исследований посвящено разработке концептуальных представлений о ресурсах личности (Хобфолл, 1993 [17], Э. Фромм, 1999; Куликов Л.В, [7]; С.; Н.Е. Водопьянова [2]), разрешению внутриличностных конфликтов (А.Я. Анцупов, Д.В. Грешнев, Н.В. Гришина, В.Г. Зазыкин, Л. Козер, Н.И. Леонов, Е.Б. Фанталова и др.), созданию условий для самореализации личности (Н.Р. Битянова, Л.А. Коростылева, Д.А. Леонтьев, А. Маслоу, Ф. Перлз и др.), ее гармоничному развитию (О.С. Анисимов, А.Г. Асмолов, А.Б. Орлов, В.А. Петровский, S. Alters, W. Schiff, и др.), отношению к себе (Н.А. Логинова, З.П. Лукьянова, В.Ф. Сафин, К.Д. Шафранская и др.), сохранению личностной автономии и самодостаточности в социальной среде (С. К. Нартова-Бочавер, К. Роджерс, Э.В. Сайко, Е.Б. Старовойтенко и др.), а также успешной адаптации в ней (Дж. Капрара, М.В. Козлова, И.К. Кряжева, Н.С. Офицеркина, С.Т. Посохова, А.А. Реан, М.А. Шабанова и др.), удовлетворенности качеством жизни (И.А. Джидарьян, Г.М. Зараковский, В.А. Хащенко, В. Sykes и др.).

Однако проблема именно понимания личностью своих возможностей, своего потенциала и ресурсов, существующих условий для личностного развития не достаточно изучена. По нашему мнению, большое значение в гармоничном существовании личности имеет способность осознавать человеком наличие внутренних и внешних ресурсов, умение их использовать, сохранять, возобновлять, в нашем понимании – субъективная ресурсность.

Субъективная ресурсность – это осознание ресурсов личностью, объективное определение наличия ресурса и субъективное восприятие наличия и возможности использования данного ресурса самой личностью.

Мы особо выделяем субъектный компонент в понимании наличия ресурсов и возможности их использования. Субъектный компонент личности включен и в процесс вычленения из бесконечного множества обстоятельств таких, которые определенным образом соотносятся с процессом осуществления смысла жизни и влияют на его продуктивность. С.Л. Рубинштейн писал, «в качестве условий жизни из среды, из внешних обстоятельств выделяются те и только те, которые находятся в определенных объективных отношениях к жизни людей, которыми их жизнь реально обусловлена. В выделении из среды – общественной и природной, – из всей совокупности внешних обстоятельств, среди которых протекает жизнь людей, условий их жизни, – в этом выделении объективно проявляется активность, избирательность человека как субъекта жизни» [13].

В исследовании, проведенном С.А. Калашниковой, установлено, что существует взаимосвязь уровня «ресурсности» с субъективными оценками качества жизни. Высокий уровень ресурсности в большей степени, чем другие уровни, определяет более высокую субъективную оценку качества жизни [5]. Мы видим, что уровень «ресурсности» влияет на восприятие и функционирование человека в жизни, оказывает влияние на качество его деятельности. Еще раз подчеркивается значимость субъективного понимания системы своих ресурсов, желание и умение ими пользоваться, преобразовывать, распределять, накапливать.

Ориентируясь на проблему личностного потенциала, трех функций саморегуляции и трех подсистем личностного потенциала: потенциала самоопределения, потенциала реализации и потенциала сохранения [8], [9], можно выделить несколько проблем субъективной ресурсности.

Первая проблема – определение ресурса, принятие на себя риска неопределенности и ответственности за выбор ресурса.

Вторая проблема – реализация поставленных целей посредством контроля над ходом деятельности, использование ресурса.

Третья проблема – сохранение данного ресурса в условиях давления неблагоприятных обстоятельств.

В связи с этим определение ресурсности рассматривается нами как взаимосвязь четырех компонентов.



Рис. 1. Взаимосвязь четырех компонентов определение ресурсности

В этой взаимосвязи прослеживается субъектный компонент личности в преобразовании действительности, в частности, вопросов собственной ресурсности. К тому же эти компоненты характеризуют человека, как субъекта, являющегося активным пользователем, преобразователем, носителем определенного набора ресурсов, которые

он может активно использовать для осуществления деятельности и функционирования: «Человек является совершенным субъектом по отношению к определенной категории действий, если и тенденция действовать, и тенденция воздерживаться от действия в его власти» [18, с. 190]. Субъективность ресурсной подсистемы человека как психологический феномен подтверждает и факт того, что во время переживания стресса и трудных жизненных ситуаций, становятся очевидными различия между людьми, обладающими разными ресурсами [20, 21, 22].

Определение субъективной ресурсности как акмеологического феномена предполагает комплексное исследование научных проблем, включающих социокультурные, аксиологические, феноменологические и прочие аспекты изучения данного понятия, включенного в осуществление какой-либо деятельности (в первую очередь, профессиональной) [16]. В акмеологическом аспекте проблема личностных ресурсов, в частности акмеологических ресурсов личности, исследовалась научной школой А.А. Деркача, где этот личностный феномен изучался в контексте общей теории развития личности, ее отношений, взаимодействия с социумом, сохранения личностной индивидуальности и продуктивности деятельности (Т.Н. Горобец, О.В. Москаленко, М.Ф. Секач, Е.В. Селезнева и др.).

Акмеологический подход позволяет ресурсам личности выступать в качестве необходимого условия актуализации, сохранения и приумножения возможностей жизнедеятельности человека. В основе этого подхода лежат представления о личности, достигающей высших пределов самореализации и подлинной зрелости в разные периоды жизни [16].

Теоретическими же основами феноменологии субъективной ресурсности являются: деятельностный подход (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Т. Г. Анищенко), определение доминанты восприятия [4], ассоциативная теория, теория эмоций, схематерапия [19, р. 113.], когнитивно-поведенческая терапия.

Индикатором наличия ресурсов могут служить такие показатели как: внешняя успешность деятельности, настроение, удовлетворен-

ность трудом, оптимистический настрой, позитивное отношение к себе и окружающим [2]. Однако часто данные факты не осознаются личностью в условиях осуществления деятельности и, тем более, в кризисных ситуациях. Многие проведенные исследования показывают взаимосвязь этих компонентов с благополучием (Т.Ю.Иванова), качественным осуществлением деятельности, выделяются копинг-ресурсы (Корзун С.А.) [12], личностные ресурсы как фактор снижения тревоги (Эйдман Е.В., Дементий Л.И.), однако не описано и не указано, что происходит осознание личностью наличия у них этих ресурсов. Есть констатация факта и положительная взаимосвязь, но не указано, понимает ли сама личность, сам человек, что его успешная жизнедеятельность, благополучие зависят от успешного применения разнообразных ресурсов личности. Важность заключается в проведении профилактической и коррекционной работы, которая дает возможность самой личности осознать наличие ресурсов для эффективного функционирования и саморазвития (что является ключевым для акмеологии). Подчеркивая роль каждого человека, как активного преобразователя действительности, как субъекта жизни, мы часто забываем о нем самом. Научная новизна данного материала заключается в описании и выделении именно факта субъективности, с подчеркивающей ролью субъектности (И.П. Краснощеченко) [6, с. 270–272.], как собственной активности в возможности личности видеть и самой понимать наличие у себя колоссального спектра ресурсов и возможно до самого факта возникновения трудной ситуации или кризиса. Исходя из практического опыта, можно с уверенностью утверждать – человек обладает большим набором ресурсов, но часто не осознает этого. Он сам способен назвать, а в дальнейшем использовать, перераспределять в зависимости от ситуации, имеющиеся у него ресурсы, если ему в этом немного помочь, направить. В этом и состоит задача психолога и акмеолога. В частности, большое практическое значение для человека имеет определение конкретных ресурсов, которые могут способствовать преодолению жизненных трудностей, решению поставленных задач, самоорганизации и саморазвитию.

И в этом могут помочь ассоциативные технологии, которые берут свое начало из ассоциативного эксперимента, впервые описанного и систематизированного Ф. Гальтоном в связи с задачей изучения «ассоциации идей». В дальнейшем он получил развитие в исследованиях Э. Крепелина, К. Юнга, Г. Кента и А. Розанова, В. Вундта, А.Р. Лурии, Д. Рапапорта и его сотрудников. В отечественной психологии метод ассоциативного эксперимента широко применялся в исследованиях аффективных реакций А.Р. Лурия и А.Н. Леонтьевым.

Данный метод впоследствии стал использоваться для определения ассоциативных следов в сознании преступников (А.Р. Лурия, 1930). Ассоциативный образ несет за собой когда-то забытую аффективно-эмоциональную реакцию человека, являясь одной из форм отражения взаимосвязей объектов действительности. Благодаря произвольности, ассоциирование не только отражает реально существующие, но и устанавливает новые, значимые для индивида связи объектов, идей [10, с. 12].

В свою очередь возникновению такого образа могут способствовать ассоциативные психологические игровые технологии, целью которых является создание возможности для того, чтобы незавершенные и ушедшие в подсознание индивида компоненты пережитого (а точнее, недопережитого) психического состояния получили бы возможность для своей самореализации в системе других компонентов этого психического состояния [11].

Наши исследования, проводимые с 2014 года показали, что для субъективного восприятия наличия ресурсов самой личностью, возможно, использовать ассоциативный образ, его возникновение и интерпретацию. Нами разработана ассоциативная психологическая игровая технология «Калейдоскоп ресурсов», которая дает возможность личности осознать спектр собственных ресурсов.

В исследовании приняли участие 320 человек. Выборку составили студенты вузов и специалисты различных организаций города Калуги. Исследование проводилось в несколько этапов, в которых:

1) Респондентам предлагалось назвать ресурсы: которые имеют и используют; которые хотели бы иметь; которые имеют, но не

используют; которые не считают за ресурсы без опоры на наглядность (содержания понятия ресурсы уточнялось для уверенности и репрезентативности, однозначности понимания термина всеми участниками исследования).

2) Респондентам предлагалось выбрать из ассоциативного набора «Калейдоскоп ресурсов» произвольно 12 карточек по тем же направлениям.

Автором проводился анализ количества названных ассоциаций до и после предъявления визуального образа. Данные определения ресурсов респондентами до опоры на наглядность и с помощью ассоциативной методики представлены на диаграммах (рис. 2, рис. 3).



Рис. 2. Определение ресурсов респондента до опоры на наглядность

Анализируя полученные данные можно указать, что наибольшее количество респондентов без опоры на наглядность называют 5, 4, 3 ассоциации, а после опоры на наглядность количество названных ассоциаций увеличивается. Даже респонденты, не называющие и отрицающие наличие у себя ресурсов вообще (8% респондентов назвавших 1 ресурс), с помощью данной методики «находят» у себя возможные ресурсы.

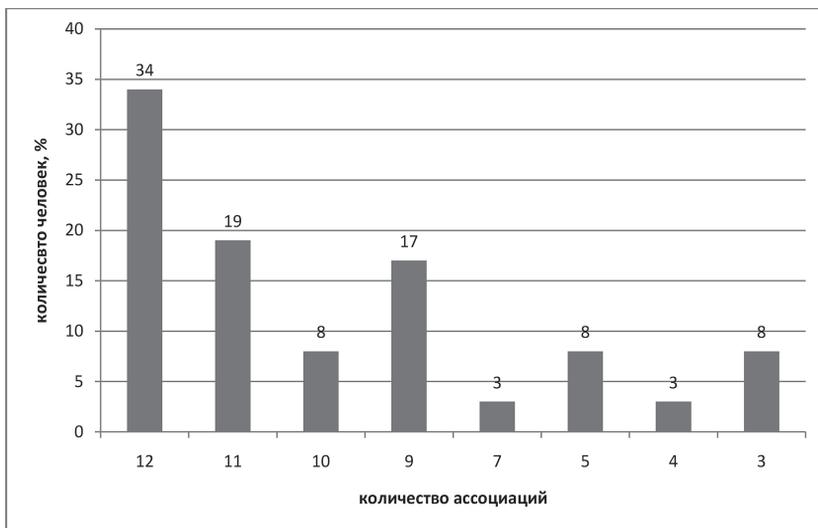


Рис. 3. Определение ресурсов респондента с опорой на наглядность (с помощью ассоциативной методики)

Таким образом, субъективную ресурсность можно рассматривать как психолого-акмеологический феномен. Поскольку ресурс – это относительно устойчивая характеристика, являющаяся результатом «категориальных обобщений» индивидуального опыта [14], субъективная ресурсность – это содержательная характеристика внутреннего мира субъекта в виде образов, представлений и знаний, в том числе «потенциальных», об особенностях ситуации и о собственных возможностях, рассматриваемое в рамках действительности, актуальности, непосредственно связанное с деятельностью, позволяющая качественно осуществлять деятельность и являющееся в некотором плане ее следствием.

Список литературы

1. Акмеология / Под ред. А.А. Деркача. М.: РАГС, 2002, 520 с.
2. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб., 2009, 340 с.
3. Глебов В.В. Экологическая психология: Учеб. пособие. М.: РУДН, 2008, 243 с.

4. Илюшина М.И. Доминанта восприятия и психический опыт как основа формирования образа в психологической практике использования ассоциативных методик // Вестник Калужского университета, 2016. №1. С. 13–18.
5. Калашникова С.А. Оценка личностных ресурсов как детерминант субъективного качества жизни человека Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды: Коллективная монография. Издательство: Академия Естествознания, 2011.
6. Краснощеченко И.П. Деловая игра «Моделирование профессиональной деятельности психолога» в системе психолого-педагогического сопровождения адаптации студентов-психологов // Актуальные проблемы теоретической и прикладной психологии: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ярославль, 2012. С. 270–272.
7. Куликов Л.В. Психогигиена личности. СПб., 2004, 464 с.
8. Леонтьев Д.А. Становление саморегуляции как основа психологического развития: эволюционный аспект // Субъект и личность в психологии саморегуляции / Под ред. В.И. Моросановой. М.: Ставрополь, 2007.
9. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова / Под ред. Б.С. Братуся, Е.Е. Соколовой. М., 2006.
10. Попова Т.В. Ассоциативный эксперимент в психологии: [электронный ресурс]. Учебн. пособие. 2-е изд., стереотип. М.: ФЛИНТа: НОУ ВПО «МПСи», 2011.
11. Прохоров А.О., Валиуллина М.Е., Габреева Г.Ш., М.М. Гарифуллина, В.Д. Менделевич Психология состояний: Учебное пособие / Под ред. А.О. Прохорова., М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. 624 с.
12. Ресурсы и антиресурсы личности в современных копинг-исследованиях: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Под ред. Л. И. Дементий. Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2012. 300 с.

13. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. М.: Изд-во Академии наук СССР, 1957. 351 с.
14. Хазова С.А. Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды: дис. на соискание ученой степени доктора психологических наук, Кострома, 2014.
15. Хватова М.В. Концепция развития акмеологических ресурсов психологического здоровья молодежи: дис. на соискание ученой степени доктора психологических наук, Тамбов, 2011.
16. Хватова М.В. Методологические основы изучения акмеологических ресурсов психологического здоровья Часть I. Подходы к изучению акмеологических ресурсов психологического здоровья // Вестник ТГУ, 2011. №10 (102). С. 13–17.
17. Хобфолл С. Стресс, культура и коммуникации / С. Хобфолл. СПб.: Речь, 1998.
18. Harre R. Personal being. Oxford, 1983.
19. Mandler G. Mind and body: Psychology of emotion and stress. New York: Norton, 1984, p. 113.
20. Mazé C. Stress et stratégies de coping étudiants en première année universitaire: rôles distinctifs de facteurs transactionnels et dispositionnels / C. Mazé, J.-F. Verlhac // Psychologie française. 2013. Vol.58. No2, pp. 89–105.
21. Nakano K. Coping strategies and psychological symptoms in Japanese samples // Journal of Clinical Psychology. 1991. 47, pp. 57–63.
22. Winkler Metzke C. Bewältigungsstrategien im Jugendalter / C. Winkler Metzke, H.-C. Steinhausen // Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie. 2002. 34, pp. 216–226.

References

1. *Akmeologiya* [Acmeology] / A.A. Derkach (ed.). M.: RAGS, 2002, 520 p.
2. Vodop'yanova N.E. *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnostics of Stress]. SPb., 2009, 340 p.
3. Glebov V.V. *Ekologicheskaya psikhologiya* [Environmental Psychology]. M.: RUDN, 2008, 243 p.

4. Ilyushina M.I. *Vestnik Kaluzhskogo universiteta*, 2016. №1, pp. 13–18.
5. Kalashnikova S.A. *Otsenka lichnostnykh resursov kak determinant sub'ektivnogo kachestva zhizni cheloveka Psikhologicheskaya adaptatsiya i psikhologicheskoe zdorov'e cheloveka v oslozhnennykh usloviyakh zhiznennoy sredy* [Estimating Personality Resources as Determinants of the Individual's Subjective Quality of Life. Psychological Adaptation and Individual's Psychological Health in Complicated External Environment]. Izdatel'stvo: Akademiya Estestvoznaniya, 2011.
6. Krasnoshchchenko I.P. *Aktual'nye problemy teoreticheskoy i prikladnoy psikhologii: Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [Topical Problems of Theoretical and Applied Psychology: Proceedings of the Russian National Research and Training Conference]. Yaroslavl', 2012, pp. 270–272.
7. Kulikov L.V. *Psikhogigiena lichnosti* [Personality Psychohygiene]. SPb., 2004, 464 p.
8. Leont'ev D.A. *Subekt i lichnost' v psikhologii samoregulyatsii* [The Doer and the Personality in the Psychology of Self-Regulation] / V.I. Morosanova (ed.). M.: Stavropol', 2007.
9. Leont'ev D.A. *Uchenye zapiski kafedry obshchey psikhologii MGU im. M.V. Lomonosova*. B.S. Bratusya, E.E. Sokolova (ed.). M., 2006.
10. Popova T.V. *Assotsiativnyy eksperiment v psikhologii* [Associative Experiment in Psychology]. M.: FIINta:NOU VPO «MPSI», 2011.
11. Prokhorov A.O., Valiullina M.E., Gabdreeva G.Sh., M.M. Garifullina, V.D. Mendeleevich *Psikhologiya sostoyaniy* [Associative Experiment in Psychology] / A.O. Prokhorov (ed.). M.: Izd-vo «Kogito-Tsentr», 2011. 624 p.
12. *Resursy i antiresursy lichnosti v sovremennykh koping-issledovaniyakh: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem* [Personality Resources and Antiresources in Contemporary Coping Research: Proceedings of the Russian National Research and Training Conference with International Participants] / L.I. Dementiy (ed.). Omsk: Izd-vo Om. gos. un-ta, 2012. 300 p.
13. Rubinshteyn S.L. *Bytie i soznanie* [The Existence and the Consciousness]. M.: Izd-vo Akademii nauk SSSR, 1957. 351 p.

14. Khazova S.A. *Mental'nye resursy subekta v raznye vozrastnye periody: dis. na soiskanie uchenoy stepeni doktora psikhologicheskikh nauk* [Age-Related Individual's Mental Resources], Kostroma, 2014.
15. Khvatova M.V. *Kontseptsiya razvitiya akmeologicheskikh resursov psikhologicheskogo zdorov'ya molodezhi: dis. na soiskanie uchenoy stepeni doktora psikhologicheskikh nauk* [The Concept of Developing Acmeological Resources for Improving Young People's Psychological Health], Tambov, 2011.
16. Khvatova M.V. *Vestnik TGU*, 2011. №10 (102), pp. 13–17.
17. Khobfoll S. *Stress, kul'tura i kommunikatsii* [Stress, culture and communication]. SPb.: Rech', 1998.
18. Harre R. *Personal being*. Oxford, 1983.
19. Mandler, G. *Mind and body: Psychology of emotion and stress*. New York: Norton, 1984, r. 113.
20. Mazé S., Verlhac J.-F. Stress et stratégies de coping étudiants en première année universitaire: rôles distinctifs de facteurs transactionnels et dispositionnels. *Psychologie française*. 2013. Vol. 58. No2, pp. 89–105.
21. Nakano K. Coping strategies and psychological symptoms in Japanese samples. *Journal of Clinical Psychology*. 1991. 47, pp. 57–63.
22. Winkler Metzke C., Steinhausen N.-C. Bewältigungsstrategien im Jugendalter. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*. 2002. 34, pp. 216–226.

ДААННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Илюшина Марина Ивановна, аспирант

*Калужский государственный университет им. К. Э. Циолковского
ул. Ст. Разина, 28, г. Калуга, 248001, Российская Федерация
psychologolg@yandex.ru*

DATA ABOUT THE AUTHOR

Pyushina Marina Ivanovna, Graduate Student

*Kaluga State University
28, Razin Str., Kaluga, 248001, Russian Federation
psychologolg@yandex.ru*