

Научный поиск: личность, образование, культура. 2023. № 3. С. 10–15.

Scientific search: personality, education, culture. 2023. No. 3. Pp. 10–15.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Научная статья

УДК 378.178:159.99

ББК 88.3+74.58

DOI: 10.54348/SciS.2023.3.2

**Учебно-профессиональная жизнестойкость и способы совладания,  
обеспечивающие субъективное благополучие студентов-будущих социальных работников**

**Елена Александровна Шмелева<sup>1</sup>, Айзек-Лейб Соломонович Меерсон<sup>2</sup>, Павел Александрович Кисляков<sup>2,3</sup>,  
Наталья Петровна Константинова<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Ивановский государственный университет, Шуя, Россия, noc\_shmeleva@mail.ru

<sup>2</sup> Российский государственный социальный университет, Москва, Россия, pack.81@mail.ru

<sup>3</sup> Научно-исследовательский институт Федеральной службы исполнения наказаний (ФКУ НИИ ФСИН России), noc\_shmeleva@mail.ru

**Аннотация.** В статье анализируется проблема субъективного благополучия студентов-будущих социальных работников, отражающего состояние их психологической безопасности в образовательной среде. Цель исследования – учебно-профессиональная жизнестойкость и способы совладания, обеспечивающие субъективное благополучие студентов. Методы и методики: шкала субъективного благополучия, профессиональная жизнестойкость, опросник совладания со стрессом; участники исследования – студенты, обучающиеся по направлению подготовки «Социальная работа». Применен дескриптивный, эксплораторный факторный, линейный регрессионный анализ. Установлено, что учебно-профессиональная жизнестойкость и конструктивные способы совладания выступают личностными ресурсами, обеспечивающими психологическое благополучие студентов.

**Ключевые слова:** учебно-профессиональная жизнестойкость, студенты-будущие социальные работники, психологическое благополучие, стили совладания.

**Для цитирования:** Шмелева Е.А., Меерсон А.-Л.С., Кисляков П.А., Константинова Н.П. Учебно-профессиональная жизнестойкость и способы совладания, обеспечивающие субъективное благополучие студентов-будущих социальных работников // Научный поиск: личность, образование, культура. 2023. № 3. С. 10–15. <https://doi.org/10.54348/SciS.2023.3.2>

PEDAGOGICAL SCIENCES

Original article

**Academical and professional hardiness and coping methods  
that ensure the subjective well-being of students - future social workers**

**Elena A. Shmeleva<sup>1</sup>, Isaac-Leib S. Meerson<sup>2</sup>, Pavel A. Kislyakov<sup>2,3</sup>, Natalia P. Konstantinova<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Ivanovo State University, Shuya, Russia, noc\_shmeleva@mail.ru

<sup>2</sup> Russian State Social University, Moscow, Russia, pack.81@mail.ru

<sup>3</sup> Research Institute of the Federal Penitentiary Service (FKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia), noc\_shmeleva@mail.ru

**Abstract.** The article analyzes the problem of subjective well-being of students-future social workers, reflecting the state of psychological safety of students in the educational environment. The purpose of the study is academical and professional hardiness and coping methods that ensure the subjective well-being of students. Methods: subjective well-being scale, professional resilience, stress coping questionnaire; study participants are students studying in the field of training “Social Work”. Descriptive, exploratory factorial, linear regression analysis was applied. It is established that academical and professional hardiness and constructive ways of coping act as personal resources that ensure the psychological well-being of students.

**Keywords:** academical and professional hardiness, students-future social workers, psychological well-being, coping styles.

**For citation:** Shmeleva E.A., Meerson A.-L.S., Kislyakov P.A., Konstantinova N.P. Academical and professional hardiness and coping methods that ensure the subjective well-being of students-future social workers. *Nauchnyy poisk: lichnost', obrazovanie, kul'tura = Scientific search: personality, education, culture*. 2023. No. 3. Pp. 10–15. (In Russ). <https://doi.org/10.54348/SciS.2023.3.2>

**Благодарность:** Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-18-00678, <https://rscf.ru/project/22-18-00678/>, ИвГУ.

**Acknowledgments:** The research was carried out at the expense of the grant of the Russian Science Foundation No. 22-18-00678, <https://rscf.ru/project/22-18-00678/>, IvSU.

**Актуальность.** Современные обстоятельства жизни, информационная перегрузка и эмоциональные нагрузки, а также отсутствие средств для преодоления различных трудностей в жизни могут вызывать ситуации, когда студент подвергается повышенному риску возникновения психологических проблем (негативных эмоций, нарушения взаимоотношений, ухудшения успеваемости, стабильности личности и самооценки). Ресурсом, который помогает смягчить воздействие неблагоприятных факторов окружающей реальности и повысить эффективность обучения студентов, способствовать их профессиональному развитию, может выступать жизнестойкость. Жизнестойкость позволяет справляться с трудностями, вырабатывать стрессоустойчивость и находить пути к достижению своих целей в учебе и жизни.

Смысловая регуляция жизнестойкости студента способствует восприятию кризисных событий как менее значимых за счет развития уверенности в себе, позитивного отношения к жизни, осознания собственной силы оказывать влияние на исход событий, гибкости поведения [Сова, 2009].

Возникающие в процессе учебной деятельности риски способны пагубно отражаться на общем психоэмоциональном состоянии студентов-будущих социальных работников и их профессионализации.

С.М. Мальцева с соавторами в качестве актуального риска, с которым может столкнуться обучающийся в период учебной деятельности, выделяют эмоциональное выгорание ввиду регулярных эпизодов состояний неопределенности и стресса [Мальцева и др., 2020]. Д.Г. Чувашова, В.В. Артамонова также выделяют эмоциональное выгорание как риск, с которым могут столкнуться студенты, обучающиеся по направлениям подготовки «помогающих профессий» [Чувашова, Артамонова, 2022].

Т.А. Безенкова с коллегами в своём исследовании, посвященном формированию профессионально важных качеств будущих социальных работников, анализировали деятельность студентов-волонтеров и пришли к выводу о высоком риске развития у них эмоционального выгорания [Безенкова и др., 2021].

С целью нивелирования рассматриваемых авторами рисков у обучающихся по направлениям подготовки «Социальная работа» необходимо проектирование формирования состояния психологической безопасности.

С.С. Гречихин в качестве актуального для обучающихся риска выделяет профессиональный стресс, который может быть сведён к минимуму раз-

витием и применением технологий, обеспечивающих состояние психологического благополучия и безопасности у студентов в период учебной деятельности [Гречихин, 2021].

Ю.В. Скоробогатова также обосновывает риск развития эмоционального выгорания у обучающихся, снизить который поможет обучение студентов навыкам тайм-менеджмента, способствующего правильному распределению временных ресурсов, ощущению предсказуемости итогов деятельности, развитию психологического и эмоционального благополучия, что в итоге нивелирует риск развития эмоционального выгорания [Скоробогатова, 2019].

Е.Н. Ращиколина с соавторами, исследуя понимание студентов направления подготовки «Социальная работа» значимости методической составляющей их будущей профессии, включают в понятие методической работы систему наставничества с целью передачи наиболее эффективных технологий работы от старшего поколения работников к младшему, самообразование. Подобное понимание и применение методической работы обуславливает большую адаптированность молодых специалистов на рабочем месте, формирование у них ощущения психологической безопасности в условиях вступления в новый этап жизни и снижает риски разочарования в выбранной профессии [Ращиколина и др., 2023].

Достижению состояния психологической безопасности у студентов-будущих социальных работников будет способствовать общее повышение их жизнестойкости и обучение навыкам применения различных копинг-стратегий в контекстах различных стрессовых ситуаций.

А.Н. Аверин с коллегами разработали тренинг развития коммуникативной толерантности у студентов направления подготовки «Социальная работа», актуальность которого обосновывается необходимостью формирования у будущих специалистов социальных служб коммуникативной компетентности и знаний копинг-стратегий для преодоления возможных стрессовых ситуаций, достижения состояния психологической защищенности и безопасности, что в свою очередь послужит профилактическим ресурсом для снижения рисков развития у будущих специалистов профессиональной деформации и выгорания во время выполнения ими своих трудовых обязанностей [Аверин и др., 2022].

Е.В. Дворникова и Ю.Н. Зарубина, говоря о важности развития социальной креативности у студентов-будущих социальных работников, указывают на необходимость формирования у них навыков эффективного социально-психологического взаимодейст-

вия, что будет способствовать их большей результативности, личностно-профессиональному росту, жизнестойкости и ощущению психологической безопасности [Дворникова, Зарубина, 2019].

В своём исследовании педагогических возможностей развития социального интеллекта у студентов бакалавриата направления подготовки «Социальная работа» Э.Д. Арсанукаева обосновывает важность обучения будущих сотрудников социальных служб навыкам применения копинг-стратегий с целью повышения их профессиональной компетентности, жизнестойкости и впоследствии создания психологически безопасной обстановки [Арсанукаева, 2022].

Учебно-профессиональная жизнестойкость студентов социономического профиля определяет интегративную характеристику личности, которая отражает способность успешно справляться с требованиями, вызовами и изменениями, возникающими в учебной и профессиональной деятельности [Дубовицкая, Уваров, 2019]. В. Moreno-Jiménez с соавторами [Moreno-Jiménez et al., 2014] на основе концепции жизнестойкости С. Мадди разработали модель профессиональной жизнестойкости и соответствующий ей опросник. Модель включает три компонента: вовлеченность (позволяет оценить выраженность вовлеченности в происходящее в профессиональной и повседневной деятельности), контроль (тенденции верить и действовать так, как будто можно повлиять на ход событий), вызов (ориентация на то, что изменения являются нормой жизни).

Цель работы состояла в исследовании учебно-профессиональной жизнестойкости и способов совла-

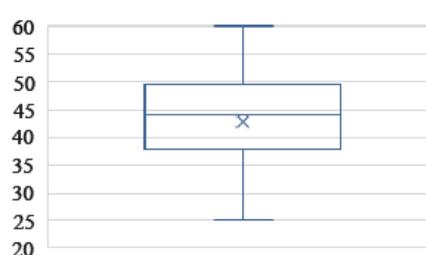
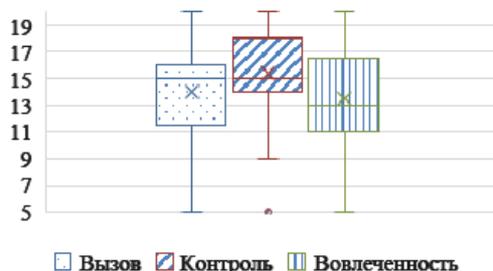
дания, обеспечивающих субъективное благополучие студентов-будущих социальных работников.

**Методы исследования.** Выборку составили 49 студентов 2-4 курсов, обучающихся по направлению подготовки «Социальная работа» (20% – мужчины, 80% – женщины) в возрасте от 18 до 22 лет (M=20). Использовались следующие методики: «Шкала субъективного благополучия» (А. Бадю и Г.А. Мендельсон, русскоязычная адаптация М.В. Соколовой) (наименьшее количество баллов свидетельствует о большем благополучии); «Профессиональная жизнестойкость (Occupational Hardiness Questionnaire – OHQ, В. Moreno-Jiménez с соавт., русскоязычная адаптация Е.А. Шмелевой, П.А. Кислякова) (наибольшее количество баллов свидетельствует о большей жизнестойкости), «Опросник совладания со стрессом» (COPE) (К. Карвер, М. Шейер, Дж. Вейнтрауб, русскоязычная экспресс-версия Е.В. Куфтык, В.И. Косициной) (наибольшее количество баллов свидетельствует о большей выраженности копинг-стратегий).

**Результаты исследования и их обсуждение.** Результаты диагностики учебно-профессиональной жизнестойкости студентов представлены в таблице 1 и на рисунках 1 и 2. Deskриптивный анализ позволил установить, что средние баллы общей учебно-профессиональной жизнестойкости и ее компонентов в общей выборке студентов оказались чуть выше среднего, что согласуется с результатами, полученными по шкалам методики жизнестойкости личности С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева) [Леонтьев, Расказова, 2006].

**Таблица 1.** Описательные статистики по методике «Учебно-профессиональная жизнестойкость»  
**Table 1.** Descriptive statistics on the methodology of «Academical and professional hardiness»

Шкалы	Мин	Макс	Среднее	Станд. отклонение
Вовлеченность	5	20	13,47	3,503
Вызов	5	20	13,96	3,208
Контроль	5	20	15,41	3,123
Учебно-профессиональная жизнестойкость	15	60	42,84	8,841



**Рисунок 1.** Диаграмма размаха шкал учебно-профессиональной жизнестойкости у студентов  
**Figure 1.** Diagram of the scale of the scale of academical and professional hardiness of students

**Рисунок 2.** Диаграмма размаха учебно-профессиональной жизнестойкости у студентов  
**Figure 2.** Diagram of the scope of academical and professional hardiness of students

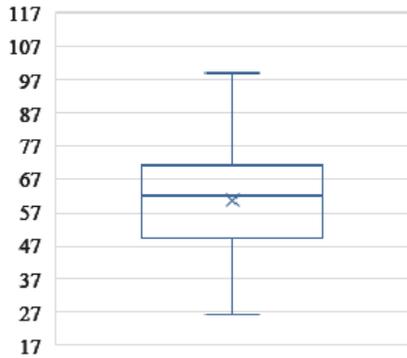
Результаты диагностики субъективного благополучия студентов представлены в таблице 2 и на рисунке 3. Среднее значение по всей выборке студентов

свидетельствует об умеренном субъективном благополучии студентов, отсутствии у них как серьезных проблем, так и полного эмоционального комфорта.

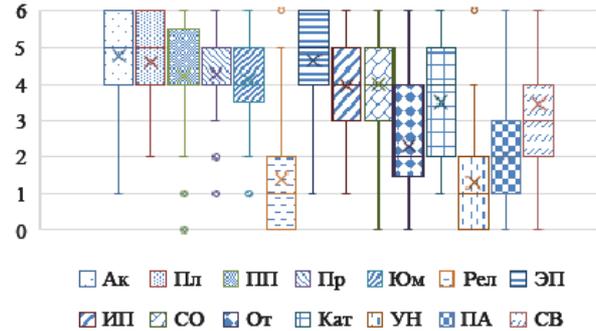
**Таблица 2.** Описательные статистики по методике «Субъективное благополучие»  
**Table 2.** Descriptive statistics on the «Subjective well-being» methodology

Шкалы	Мин	Макс	Сред	Ст. откл.
Напряженность и чувствительность	3	21	12,80	3,754
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	4	28	15,96	5,336
Изменения настроения	2	14	5,92	2,996
Значимость социального окружения	3	19	7,69	3,4
Самооценка здоровья	2	14	7,12	3,337
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	4	21	11,24	3,233
Субъективное благополучие	26	100	60,73	15,425

Результаты по методике «Стили совладания» представлены на рисунке 4.



**Рисунок 3.** Диаграмма размаха субъективного благополучия студентов  
**Figure 3.** Diagram of the scope of subjective well-being of students



**Рисунок 4.** Диаграммы размаха шкал стилей совладания  
**Figure 4.** Diagram of the scope of the scale of coping styles

Для выявления доминирующих стилей совладания во всей выборке был использован критерий Фридмана ( $\chi^2 = 255,07; p < 0,001$ ). При этом выделились шкалы, имеющие наивысший средний ранг при

расчете критерия Фридмана: активное совладание (Ак), планирование (Пл), принятие (Пр), использование эмоциональной социальной поддержки (ЭП), позитивное переформулирование (ПП) (таблица 3).

**Таблица 3.** Доминирующие стили совладания по методике «Стили совладания»  
**Table 3.** Dominant coping styles according to the «Coping styles» method

Шкалы	Средний балл
1. Активное совладание (Ак)	4,75*
2. Планирование (Пл)	4,56*
3. Позитивное переформулирование (ПП)	4,27*
4. Принятие (Пр)	4,29*
5. Юмор (Юм)	4,08
6. Обращение к религии (Рел)	1,44
7. Использование эмоциональной социальной поддержки (ЭП)	4,63*
8. Использование инструментальной социальной поддержки (ИП)	3,96
9. Самоотвлечение (мысленный уход от проблемы) (СО)	3,96
10. Отрицание (От)	2,31
11. Концентрация на эмоциях и их активное выражение (катарсис) (Кат)	3,54
12. Употребление наркотических веществ («успокоительных») (УН)	1,33
13. Поведенческое абстрагирование (уход от проблемы) (ПА)	2,06
14. Самобичевание (признание вины) (СВ)	3,40

*Примечание: \*шкалы, имеющие наивысший средний ранг при расчете критерия Фридмана*

Данные опросника были обработаны методом эксплораторного факторного анализа (метод главных компонент, вращение Varimax). Было выбрано два фактора с целью разделения копингов на деструктивные и конструктивные. Содержание и напол-

нение факторов представлены в таблице 4. Полученная суммарная доля дисперсии факторов составила 53%, коэффициентом КМО = 0,78, критерий сферичности Бартлетта  $\chi^2 = 1231; p < 0,001$ .

**Таблица 4.** Факторная структура «Опросника совладания со стрессом»  
**Table 4.** Factor structure of the «Stress Coping Questionnaire»

Шкалы	Компонент	
	F1	F2
2. Планирование (обдумывание того, как действовать в отношении трудной жизненной ситуации, разработка стратегий поведения)	0,830	-0,061
1. Активный копинг (активные шаги или прямые действия, направленные на преодоление стрессовой ситуации)	0,796	-0,160
4. Принятие (принятие реальности произошедшего, стрессовой ситуации)	0,770	-0,065
7. Использование эмоциональной поддержки (стремление найти эмоциональную поддержку, сочувствие и понимание)	0,705	0,263
3. Позитивное перефразирование (попытки переосмыслить стрессовую ситуацию в позитивном ключе)	0,689	-0,073
5. Юмор (шутки и смех по поводу ситуации)	0,626	0,474
9. Самоотвлечение (использование различных видов активности для отвлечения от неприятных мыслей, связанных с проблемой)	0,546	0,451
11. Катарсис (освобождение от эмоций)	0,448	0,378
12. Употребление наркотических веществ	-0,048	0,802
10. Отрицание (отказ верить в случившееся или попытки отрицать его реальность)	-0,017	0,755
13. Поведенческое абстрагирование (отказ от разрешения проблемы)	-0,112	0,698
14. Самобичевание (признание собственной вины в возникшей проблеме)	0,232	0,663
8. Использование инструментальной поддержки (стремление получить совет, помощь или информацию)	0,483	0,520

Проведенный линейный регрессионный анализ (метод шагового отбора) позволил установить, что учебно-профессиональная жизнестойкость выступает предиктором субъективного благополучия студентов ( $R^2 = 0,118$ ;  $b = -0,348$ ,  $p < 0,01$ ). При этом из трех шкал учебно-профессиональной жизнестойкости в уравнение регрессии входит только шкала «Вовлеченности» ( $R^2 = 0,141$ ;  $b = -0,379$ ,  $p < 0,01$ ).

В целом по всей выборке на учебно-профессиональную жизнестойкость студентов социальной работы оказывает влияние конструктивный копинг позитивного переформулирования ( $R^2 = 0,245$ ,  $\beta = 0,474$ ,  $R^2 = 0,208$ ,  $p < 0,01$ ).

Результаты регрессионного анализа согласуются

с данными Y. Wu с соавт., обосновавшими влияние жизнестойкости студентов на их склонность к принятию позитивных стилей преодоления трудностей и укрепление психического здоровья и психологического благополучия [Wu Y. et al., 2020].

**Заключение.** Полученные результаты позволяют уточнить понимание учебно-профессиональной жизнестойкости как предиктора психологического благополучия студентов-будущих социальных работников посредством продуктивных стилей совладания. Учебно-профессиональная жизнестойкость требует постоянного развития через обучение, самоанализ, поиск новых вызовов и развитие личностных навыков.

#### Список источников

- Аверин А.Н., Солодянкина О.В., Соловьев Г.Е. Формирование коммуникативной толерантности у студентов направления подготовки «Социальная работа» // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2022. № 11. С. 1-15.
- Арсанукаева Э.Д. Педагогические возможности тренинга в развитии социального интеллекта у будущих бакалавров социальной работы // Kant. 2022. №3 (44). С. 185-189.
- Безенкова Т.А., Олейник Е.В., Безенков К.Е., Русина А.А. Формирование профессиональных качеств будущих специалистов по социальной работе посредством участия в волонтерской деятельности // Современное педагогическое образование. 2021. № 7. С. 75-79.
- Гречихин С.С. Механизм преодоления профессионального стресса студентами в социально-образовательной сфере // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2021. Т. 10. № 1(34). С. 68-70.
- Дворникова Е.В., Зарубина Ю.Н. Социальная креативность личности студентов направления «Социальная работа» как необходимое условие их профессиональной компетентности // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25. № 3. С. 142-146.
- Дубовицкая Д.А., Уваров Е.А. Значение жизнестойкости в учебно-профессиональной деятельности студента // Вестник Армавирского государственного педагогического университета. 2019. № 2. С. 15-24.
- Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва: Смысл, 2006. 63 с.
- Мальцева С.М., Смирнова Ж.В., Исаева И.Ю., Назаркина Е.С. Причины возникновения и профилактика синдрома эмоционального выгорания у студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2020. Т. 9. № 2 (31). С. 348-350.
- Раицикулина Е.Н., Муталова Д.А., Панова Л.П., Плугина Н.А. Оценка сформированности у студентов значимости методической работы в условиях социальной службы // Современное педагогическое образование. 2023. № 2. С. 168-172.

- Скоробогатова Ю.В. Особенности эмоционального выгорания студентов педагогического вуза и его профилактика с помощью тайм-менеджмента // Перспективы науки и образования. 2019. № 2 (38). С. 284-294.
- Сова Ю.И. Смысловая саморегуляция жизнестойкого отношения студента к кризисным ситуациям: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Тамбов, 2009. 22 с.
- Чувашова Д.Г., Артамонова В.В. Особенности профессионально-этической направленности студентов «помогающих» профессий // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 8 (100). С. 119-124.
- Moreno-Jiménez B., Rodríguez-Muñoz A., Hernández E. G., Blanco L. M. Development and validation of the Occupational Hardiness Questionnaire // *Psicothema*. 2014. №26 (2). P. 207-214.
- Wu Y., Yu W., Wu X. et al. Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study // *BMC Psychol.* 2020. №8 (1). P. 79.

## References

- Averin A.N., Solodyankina O.V., Solovyov G.E. Formation of communicative tolerance among students of the direction of training "Social work". *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept" = Scientific and methodological electronic journal "Koncept"*. 2022. No. 11. Pp. 1-15. (In Russ).
- Arsanukayeva E.D. Pedagogical possibilities of training in the development of social intelligence in future bachelors of social work. *Kant*. 2022. No. 3 (44). Pp. 185-189. (In Russ).
- Bezenkova T.A., Oleinik E.V., Bezenkov K.E., Rusina A.A. Formation of professional qualities of future specialists in social work through participation in volunteer activities. *Sovremennoe pedagogicheskoe obrazovanie = Modern pedagogical education*. 2021. No. 7. Pp. 75-79. (In Russ).
- Grechikhin S.S. The mechanism of overcoming professional stress by students in the socio-educational sphere. *Azimuth nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya = Azimut of scientific research: pedagogy and psychology*. 2021. Vol. 10. No. 1 (34). Pp. 68-70. (In Russ).
- Dvornikova E.V., Zarubina Yu.N. Social creativity of the personality of students of the direction "Social work" as a necessary condition of their professional competence. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika = Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*. 2019. Vol. 25. No. 3. Pp. 142-146. (In Russ).
- Dubovitskaya D. A., Uvarov E. A. The importance of resilience in the student's educational and professional activity. *Vestnik Armavirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta = Bulletin of the Armavir State Pedagogical University*. 2019. No. 2. Pp. 15-24. (In Russ).
- Leontiev D. A., Rasskazova E. I. Test of resilience. Moscow: Sense, 2006. 63 p. (In Russ).
- Maltseva S.M., Smirnova Zh.V., Isaeva Yu., Nazarkina E.S. Causes and prevention of emotional burnout syndrome in students. *Azimuth nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya = Azimut of scientific research: pedagogy and psychology*. 2020. Vol. 9. No. 2 (31). Pp. 348-350. (In Russ).
- Raschikulina E.N., Mutalova D.A., Panova L.P., Plugina N.A. Assessment of students' formation of the significance of methodological work in the conditions of social service. *Sovremennoe pedagogicheskoe obrazovanie = Modern pedagogical education*. 2023. No. 2. Pp. 168-172. (In Russ).
- Skorobogatova Yu.V. Features of emotional burnout of pedagogical university students and its prevention with the help of time management. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Prospects of science and education*. 2019. No. 2 (38). Pp. 284-294. (In Russ).
- Sova Yu.I. Semantic self-regulation of a student's resilient attitude to crisis situations: abstract of diss. ... cand. psychological sciences. Tambov, 2009. 22 p. (In Russ).
- Чувашова Д.Г., Артамонова В.В. Особенности профессиональной и этической ориентации студентов «помогающих» профессий. *Общество: социология, психология, педагогика = Society: sociology, psychology, pedagogy*. 2022. No. 8 (100). Pp. 119-124. (In Russ).
- Moreno-Jiménez B., Rodríguez-Muñoz A., Hernández E. G., Blanco L. M. Development and validation of the Occupational Hardiness Questionnaire. *Psicothema*. 2014. No. 26(2). Pp. 207-214. (In Eng).
- Wu Y., Yu W., Wu X. et al. Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study. *BMC Psychol.* 2020. No. №8 (1). P. 79. (In Eng).

Статья поступила в редакцию 19.05.2023; одобрена после рецензирования 19.06.2023; принята к публикации 27.06.2023.

The article was submitted 19.05.2023; approved after reviewing 19.06.2023; accepted for publication 27.06.2023.