

Особенности жизнестойкости студентов-психологов в зависимости от курса обучения

*Петросянц В.Р.**,

Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина, Сыктывкар, Россия, vire80@mail.ru

Изложены данные эмпирического исследования, демонстрирующие особенности жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов в зависимости от курса обучения. Предполагалось, что в связи со спецификой получаемого образования жизнестойкость студентов-психологов будет повышаться от I курса к IV курсу. Были обследованы 67 студентов-психологов с I по IV курс обучения (средний возраст — 19,72 лет). По результатам применения теста жизнестойкости были установлены некоторые закономерности. В частности, выявлено, что студенты-психологи II курса обучения обладают наиболее высокой выраженностью общей жизнестойкости и ее компонентов по сравнению со студентами-психологами I, III и IV курсов обучения. Первокурсники обладают наиболее низкими значениями жизнестойкости. Делается вывод о том, что результаты исследования могут быть использованы при составлении программ социально-психологического сопровождения студентов, обучающихся в вузе.

Ключевые слова: жизнестойкость, вовлеченность, контроль, принятие риска, студенты-психологи, курс обучения.

Введение

Вопросы личностного развития студента и формирования его готовности к будущей профессиональной деятельности являются ключевыми в теории и практике совершенствования работы современного высшего учебного заведения [3, с. 4]. Особую актуальность они приобретают в связи с тем, что в современном мире человеку все чаще приходится совершать выбор в ситуации постоянно изменяющихся требований в различных сферах жизни. На фоне изменчивой общественной картины, расшатывания ценностных

ориентаций и норм поведения каждый человек вынужден искать опору для прохождения своего жизненного пути, для совладания с жизненными трудностями: повседневными, профессиональными, социальными, локальными и глобальными, приводящими к различным кризисным ситуациям.

Одним из важных результатов обучения студентов-психологов может стать повышение собственных адаптационных возможностей. По мнению Л.А. Александровой, жизнестойкость — черта личности, позволяющая справляться с дистрессом эффективно и

Для цитаты:

Петросянц В.Р. Особенности жизнестойкости студентов-психологов в зависимости от курса обучения // Психологическая наука и образование. 2017. Т. 22. № 6. С. 109—117. doi: 10.17759/pse.2017220610

* *Петросянц Виолетта Рубеновна*, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина, Сыктывкар, Россия. E-mail: vire80@mail.ru

всегда в направлении личностного роста [1]. Учитывая сказанное, современный студент-психолог для эффективного решения профессиональных задач и развития в направлении личностного роста должен обладать повышенными адаптационными ресурсами, в которых одним из ведущих может стать их жизнестойкость.

Различным психологическим аспектам личностного развития студентов посвящено много исследований, в том числе и феномену жизнестойкости.

Феномен жизнестойкости студентов рассматривался в контексте:

- осмысления студентами понятия «жизнестойкость» [2];
- изучения жизнестойкости как личностного фактора адаптации к условиям обучения в вузе [7];
- определения динамики жизнестойкости студентов вуза [11];
- характеристики жизнестойкости как личностного ресурса в условиях высшей школы [9];
- специфики жизнестойкости как адаптационного ресурса иногородних студентов [10];
- характеристики жизнестойкости как ресурса позитивного развития личности студентов [4];
- сопоставления жизнестойкости иногородних студентов-первокурсников с жизнестойкостью первокурсников, обучающихся в родном городе [8];
- определения динамики уровня жизнестойкости у студентов педагогического вуза [6] и др.

Вместе с тем несмотря на значимость и содержательность проведенных исследований, проблема жизнестойкости и ее компонентов, особенно применительно к студентам-психологам, еще мало изучена. Остается не раскрытой динамика жизнестойкости студентов-психологов в процессе обучения по специальности.

В рамках рассматриваемой в статье проблематики наибольший интерес представляет работа Е.В. Юдиной, посвященная изучению жизнестойкости у студентов-психологов. В ней представлены результаты эмпирического исследования жизнестойкости

у студентов III курса факультета психологии, проведен сравнительный анализ выраженности жизнестойкости у студентов-психологов, обучающихся по разным специальностям: консультирование и психология управления [12]. Однако данное исследование охватывает только выборку студентов-психологов, обучающихся на III курсе, и раскрывает специфику жизнестойкости у студентов-психологов в зависимости от получаемой психологической специальности, но не отражает специфики жизнестойкости и ее компонентов на других курсах обучения. Остается открытым вопрос о специфических особенностях жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов с I по IV курс обучения.

Программа исследования

Целью проведенного нами исследования было установление особенностей жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов в зависимости от курса обучения.

Выбор именно такой цели обусловлен тем, что определение различий в выраженности жизнестойкости студентов-психологов необходимо для понимания динамики проявления данного личностного свойства в период обучения студентов-психологов по специальности, а также разработки практических мер по повышению жизнестойкости студентов-психологов, включая реализацию ими способности принимать жизненные вызовы, находить способы решения жизненных трудностей и активизировать свои ресурсные возможности.

Задачи исследования формулировались следующим образом:

- 1) изучить выраженность общей жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов I—IV курсов;
- 2) сравнить выраженность общей жизнестойкости у студентов-психологов в зависимости от курса обучения;
- 3) выяснить, существуют ли значимые различия в выраженности компонентов жизнестойкости у студентов-психологов в зависимости от курса обучения;
- 4) определить доминирующий компонент жизнестойкости студентов-психологов в зависимости от курса обучения.

Мы выдвинули три исследовательские гипотезы:

1) будут наблюдаться различия в выраженности общего показателя жизнестойкости студентов-психологов I—IV курсов: в связи со спецификой получаемого образования жизнестойкость студентов-психологов будет повышаться от I курса к IV курсу;

2) степень выраженности компонентов жизнестойкости у студентов-психологов будет различаться в зависимости от курса обучения;

3) ведущим компонентом в структуре жизнестойкости студентов-психологов, независимо от курса обучения, будет вовлеченность.

Таким образом, мы сконцентрировали свое внимание на выявлении различий в уровне выраженности общей жизнестойкости студентов-психологов I—IV курсов обучения, а также различий в выраженности ее компонентов (вовлеченность, контроль, принятие риска).

Выборку нашего исследования составили 67 студентов в возрасте от 17 до 23 лет (5,97 % — юноши, 94,03 % — девушки, средний возраст — 19,72 лет), обучающихся по направлению «Психолого-педагогическое образование» и профилю «Психология образования». Малый объем выборки объясняется малочисленностью академических групп.

Базой исследования стал Сыктывкарский государственный университет им. Питирима Сорокина.

Для изучения жизнестойкости студентов-психологов мы применили методику «Тест жизнестойкости» Д.А. Леонтьева, Е.А. Рассказовой [5]. Методика направлена как на диагностику общей жизнестойкости испытуемых, так и на оценку ее содержательных компонентов: вовлеченности, контроля, принятия риска.

Результаты исследования и их интерпретация

В первую очередь мы проанализировали данные, полученные с помощью теста жизнестойкости на всей выборке студентов-психологов (табл. 1).

Выборочные средние и стандартные отклонения близки значениям, полученным в ходе стандартизации теста жизнестойкости. При этом отметим ряд несущественных отклонений. Значение общей жизнестойкости студентов-психологов в выборке ниже (76,52 баллов), чем стандартизированное значение (80,72 баллов). Аналогичные расхождения (в направлении снижения средних значений по выборке) обнаруживаются по таким показателям общей жизнестойкости, как вовлеченность (34,27 балла) и контроль (26,57 баллов). Что касается показателя принятие риска, то отметим превышение выборочного среднего (15,84 баллов) над стандартизированным средним (13,91 баллов).

В исследовании жизнестойкости у студентов-психологов интерес представляло изучение влияния курса обучения на выраженность жизнестойкости и ее компонентов (вовлеченность, контроль и принятие риска). С этой целью мы использовали однофакторный дисперсионный анализ. Результаты дисперсионного анализа представлены в табл. 2.

Оценка результатов однофакторного дисперсионного анализа, позволила выявить значимые различия ($p=0,05$) в выраженности обобщенного показателя жизнестойкости в зависимости от курса обучения.

Сравнение средних значений общей жизнестойкости студентов-психологов выявило значимые различия между студентами-психологами I—IV курсов обучения. Дисперсион-

Таблица 1

Результаты изучения жизнестойкости и ее компоненто в выборке студентов-психологов (N=67)

Показатель	Выборочные значения		Стандартизированные значения	
	M	σ	M	Σ
Общая жизнестойкость	76,52	19,96	80,72	18,53
Вовлеченность	34,27	8,95	37,84	8,08
Контроль	26,57	8,70	29,17	8,43
Принятие риска	15,84	4,87	13,91	4,39

ный анализ показал, что студенты-психологи I курса обладают самой низкой выраженностью жизнестойкости. В то же время стоит отметить существенное повышение данного показателя ко II курсу обучения. Вторичный рост обобщенного показателя жизнестойкости обнаруживается к IV курсу, хотя уровня II курса этот показатель так и не достигает. Эти закономерности мы связываем со спецификой адаптационного процесса у студентов I курса и мобилизацией личностных ресурсов в связи с задачами выпускного курса у студентов IV курса.

Далее мы рассмотрели отличия в выраженности показателей жизнестойкости у студентов-психологов в зависимости от курса обучения (рис.).

Мы видим, что изменение компонентов жизнестойкости студентов-психологов идет в том же направлении, что и изменение общей жизнестойкости. Студенты-психологи I курса показали самые низкие значения по всем компонентам жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска) по сравнению со студентами-психологами II—IV курсов. В самом благоприятном положении, с точки зрения выраженности компонентов жизнестойкости, находятся студенты-психологи II курса. Такие особенности жизнестойкости и ее компонентов у студентов-второкурсников мы объясняем общим снижением стрессогенных факторов, уровень которых достаточно велик на I курсе (адаптация в новой образовательной среде) и IV курсе (стрессы, свя-

Таблица 2

Результаты дисперсионного анализа для определения влияния курса обучения на общую жизнестойкость студентов-психологов I—IV курсов

Показатель	Сумма квадратов	Степени свободы	Средняя сумма квадратов	Уровень F-критерия	p-уровень
Курс обучения и жизнестойкость	3623,3	3	1207,8	3,352	0,024
Ошибка	22697,4	63	360,3		

Примечание. Полужирным шрифтом выделен статистически значимый p-уровень.

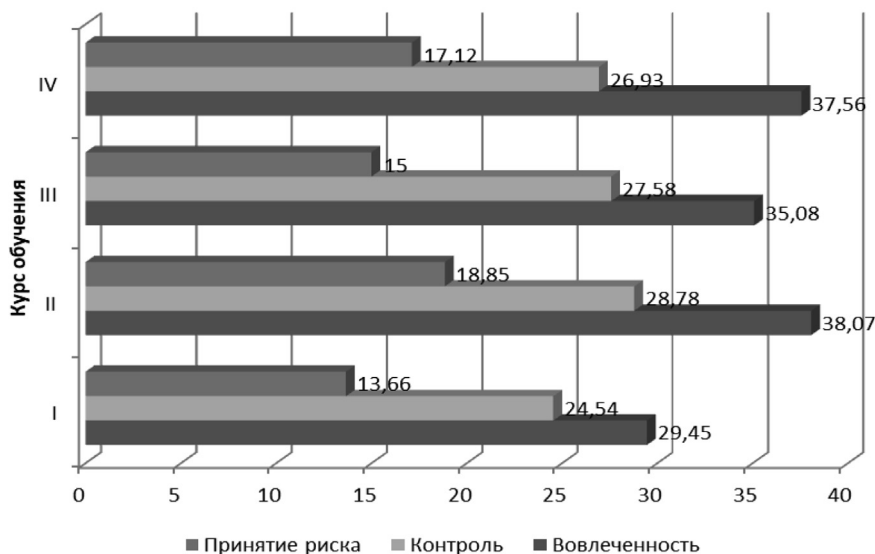


Рис. Средние значения компонентов жизнестойкости студентов-психологов в зависимости от курса обучения

занные с завершением процесса обучения в вузе, предстоящими аттестационными испытаниями, выбором места работы и т. п.).

Жизнестойкость студентов-психологов всех четырех курсов характеризуется наибольшей выраженностью вовлеченности. Самыми высокими значениями вовлеченности характеризуются студенты II курса. То есть для студентов-психологов II курса в большей степени, чем студентам-психологам I, III и IV курсов, характерны установление разнообразных социальных контактов, стремление оказывать и получать социальную поддержку, включаться в решение жизненных проблем, чувство собственной значимости и ценности в сфере социального взаимодействия.

Студенты-психологи II и IV курса показали значительно большую выраженность принятия риска по сравнению со студентами I и III курсов. Этот компонент жизнестойкости характеризует студентов-психологов II и IV курса как устойчивых к негативно окрашенным ситуациям, способных извлекать опыт из любых ситуаций, неважно позитивный или негативный, склонных полагать, что полученный ими опыт вызывает необходимость нового способа действия.

По компоненту контроля нами не установлены такие существенные отличия в выраженности у студентов-психологов I—IV курсов. Однако от I курса к III курсу наблюдается позитивная динамика контроля. К IV курсу отмечается незначительное снижение выраженности контроля.

Компонент контроля к структуре жизнестойкости личности характеризует студен-

тов-психологов как убежденных в наличии причинно-следственных связей между их действиями, поступками, усилиями и результатами, событиями, отношениями. Будучи убежденными в том, что они могут повлиять на ситуацию, люди концентрируются на выполнении задачи, находящейся не просто в рамках их возможностей, но и на грани, они иницируют поведение, прикладывают усилия, ставят перед собой трудные цели, не боятся новых, сложных и незнакомых ситуаций.

Ниже представлены статистические результаты изучения влияния фактора «курс обучения» на компоненты общей жизнестойкости (табл. 3).

Данные, приведенные в табл. 3, позволяют утверждать, что фактор курса обучения оказывает влияние на выраженность компонентов жизнестойкости (вовлеченность, контроль, принятие риска). Обнаруживаются статистически значимые различия в степени выраженности вовлеченности ($p=0,01$) и принятия риска ($p=0,01$) в зависимости от курса обучения. Не обнаружено влияние курса обучения на выраженность контроля в структуре жизнестойкости.

В связи с полученными данными (табл. 2, табл. 3) мы провели сравнительный анализ выраженности общей жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов I—IV курсов с помощью апостериорного критерия Дункана (табл. 4).

С помощью критерия Дункана были обнаружены значимые различия в выраженности общей жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов. Студенты-психологи

Таблица 3

Результаты дисперсионного анализа

Показатель	Сумма квадратов	Степени свободы	Средняя сумма квадратов	Уровень F-критерия	p-уровень
Курс обучения и вовлеченность	939,35	3	313,12	4,549	0,006043
Ошибка	4267,74	62	68,83		
Курс обучения и контроль	181,95	3	60,65	0,7933	0,502258
Ошибка	4740,17	62	76,45		
Курс обучения и принятие риска	275,69	3	91,90	4,4905	0,006463
Ошибка	1268,80	62	20,46		

Примечание. Полу жирным шрифтом выделен статистически значимый p-уровень.

Таблица 4

Сравнение жизнестойкости и ее компонентов в выборке студентов-психологов I—IV курса

Признак	Условие (курс)	I курс	II курс	III курс	IV курс
Общая жизнестойкость	I		0,0151	0,1349	0,0513
	II	0,0151		0,2755	0,5642
	III	0,1349	0,2755		0,5670
	IV	0,0513	0,5542	0,5670	
Вовлеченность	I		0,0090	0,0643	0,0116
	II	0,0090		0,3512	0,8652
	III	0,0643	0,3512		0,4096
	IV	0,0116	0,8625	0,4096	
Контроль	I		0,2257	0,3679	0,4493
	II	0,2257		0,7037	0,5845
	III	0,3679	0,7037		0,8381
	IV	0,4493	0,5845	0,8381	
Принятие риска	I		0,0039	0,4159	0,0477
	II	0,0039		0,0027	0,2914
	III	0,4159	0,0027		0,1966
	IV	0,0477	0,2914	0,1966	

Примечание. Полу жирным шрифтом выделен статистически значимый р-уровень.

II курса обладают значимо более выраженными шкалами общей жизнестойкости ($p=0,05$), вовлеченности ($p=0,01$) и принятия риска ($p=0,01$), чем студенты I курса. У студентов-психологов II курса статистически значимо выше показатель принятия риска ($p=0,05$), чем у студентов III курса. Студенты-психологи IV курса обладают существенно более высокими показателями вовлеченности ($p=0,05$) и принятия риска ($p=0,05$) по сравнению со студентами-психологами I курса.

Таким образом, полученные данные дают возможность представить особенности жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов I—IV курсов обучения. Они дополняют современные представления о феномене жизнестойкости в студенческий период и могут быть полезны при построении программ социально-психологического сопровождения студентов вуза. В большей степени результаты исследования представляют ценность для организации социально-психологического сопровождения студентов-психологов первокурсников и студентов-психологов выпускных курсов в связи со специфическими особенностями проявлениями

ими общей жизнестойкости и выраженности отдельных ее компонентов.

Выводы

Обобщая результаты проведенного исследования жизнестойкости и ее компонентов у студентов-психологов I—IV курсов обучения, можно сделать следующие выводы.

1. Общая жизнестойкость и ее компоненты имеют различную выраженность у студентов-психологов в зависимости от курса обучения.

2. Жизнестойкость студентов-психологов имеет разнонаправленную динамику: возрастает от I курса ко II курсу, затем к III курсу снижается и вновь возрастает к IV курсу.

3. У студентов-психологов II курса более выражены общая жизнестойкость и ее компоненты (вовлеченность, контроль, принятие риска), чем у студентов I, III и IV курсов.

4. Имеются существенные различия в степени выраженности компонентов жизнестойкости студентов-психологов в зависимости от курса обучения. Вовлеченность и принятие риска в структуре жизнестойкости имеют разную степень проявления у студентов-психологов I—IV, в отличие от контроля.

5. Общим в характеристике жизнестойкости студентов-психологов I—IV курса является статистически незначимая выраженность контроля.

6. Ведущим компонентом в структуре жизнестойкости студентов-психологов I—IV курсов обучения является вовлеченность.

Литература

1. *Александрова Л.А.* О составляющих жизнестойкости личности как основе ее психологической безопасности в современном мире // Известия ТРТУ. Тематический выпуск «Гуманитарные проблемы современной психологии» № 7 (51). Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2005. С. 83—84.
2. *Ванакова Г.В.* Осмысление понятия «жизнестойкость» студентами // Вестн. Приамурского гос. ун-та им. Шолом-Алейхема. 2009. № 1. С. 45—52.
3. *Казанцева Т.А.* Особенности личностного развития и профессионального становления студентов-психологов // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Медицинские науки. 2009. № 1. С. 79—88.
4. *Леоненко Н.О., Чечурина К.С.* Жизнестойкость как ресурс позитивного развития личности студентов // Социально-экономические науки и гуманитарные исследования. 2014. № 2. С. 170—172.
5. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
6. *Лихачева Е.А.* Динамика уровня жизнестойкости у студентов педагогического вуза // Вестн. Совета молодых ученых и специалистов Челябинской обл. 2014. № 5. С. 93—95.

7. *Логинова М.В.* Жизнестойкость личности как фактор адаптации к условиям обучения в вузе // Гуманитарные и социально-экономические науки. 2009. № 6. С. 77—80.
8. *Муртазина И.Р., Муртазина Е.П.* Жизнестойкость иногородних студентов-первокурсников в сравнении с первокурсниками, обучающимися в родном городе // Путь науки. 2014. № 2 (2). С. 100—102.
9. *Никитина Е.А., Кузнецова А.А.* Жизнестойкость как личностный ресурс студентов в условиях высшей школы // Известия Юго-Западного гос. ун-та. Сер. Лингвистика и педагогика. 2014. № 2. С. 79—85.
10. *Соболева Е.В., Шумакова О.А.* Жизнестойкость как адаптационный ресурс иногородних студентов // Вестн. Орловского гос. ун-та. Сер. Новые гуманитарные исследования. 2014. № 2 (37). С. 84—86.
11. *Ярославкина Е.В.* Динамика жизнестойкости студентов вуза // Психология обучения. 2011. № 3. С. 60—67.
12. *Юдина Е.В.* Исследование жизнестойкости у студентов-психологов // Вестн. Моск. гос. гум. ун-та им. М.А. Шолохова. Педагогика и психология. 2011. № 3. С. 105—109.

Features of Resilience in Psychology Students Depending on the Year of Study

Petrosyants V.P.*,

Pitirim Sorokin Syktyvkar State University, Syktyvkar, Russia,
vipe80@mail.ru

The paper presents outcomes of an empirical research on the features of resilience and its components in psychology students and its relation with the year of study. We assumed that, considering the specifics of the chosen profession, resilience in the psychology students would increase from the first year to the fourth. The research involved 67 students of 1—4 years with an average age of 19,72 years. The data of the resilience test revealed the following: the second-year students displayed higher rates of general resilience as compared to the students of other years; the first-year students showed the lowest rates of resilience in the sample. The outcomes of our research may be used in the design of programmes of social psychological support for university students.

Keywords: resilience, involvement, control, accepting risk, psychology students, year of study.

References

1. Aleksandrova E.A. O sostavlyayushchikh zhiznesteokosti lichnosti kak osnove ee psikhologicheskoi bezopasnosti v sovremennom mire [On the components of the viability of a person being the basis of psychological safety in the modern world]. *Izvestiya TRTU. Tematicheskii vypusk «gumanitarnye problemy sovremennoi psikhologii»* [TRTU News. Thematic edition "Humanitarian Problems of the Modern Psychology"]. Taganrog: Publi. TRTU, no. 7(51), pp. 83—84.
2. Vanakova G.V. Osmyslenie ponyatiya "zhiznesteokost'" studentami [Comprehension of the "resilience" concept by students]. *Vestnik Priamurskogo gosudarstvennogo universiteta im. Sholom-Aleikhema* [Bulletin of the Amur State University. Sholom — Aleichem], 2009, no. 1, pp. 45—52.
3. Kazantseva T.A. Osobennosti lichnostnogo razvitiya i professional'nogo stanovleniya studentov-psikhologov [Features of personal development and professional formation of psychologist students]. *Izvestiya vysshikh uchebnykh zavedenii. Povolzhskii region. Meditsinskie nauki* [Proceedings of the higher educational institutions. Volga region. Medical sciences], 2009, no. 1, pp. 79—88.
4. Leonenko N.O., Chechurina K.S. Zhiznesteokost' kak resurs pozitivnogo razvitiya lichnosti studentov [Resilience as a resource of students' positive personal development]. *Sotsial'no-ekonomicheskie nauki i gumanitarnye issledovaniya* [Socio-economic sciences and humanities research], 2014, no. 2, pp. 170—172.
5. Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. Test zhiznesteokosti [Resilience test]. Moscow: Publ. Smysl, 2006. 63 p.
6. Likhacheva E.A. Dinamika urovnya zhiznesteokosti u studentov pedagogicheskogo VUZa [Resiliencelevel dynamics in students of teachers' higher educational institutions]. *Vestnik Soveta molodykh uchenykh i spetsialistov Chelyabinskoi oblasti* [Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk region], 2014, no. 5, pp. 93—95.
7. Loginova M.V. Zhiznesteokost' lichnosti kak faktor adaptatsii k usloviyam obucheniya v VUZe [Resilience of a person as a factor of the person's adaptation to educational conditions in a higher educational institution]. *Gumanitarnye i sotsial'no-ekonomicheskie nauki* [Humanitarian and socio-economic sciences], 2009, no. 6, pp. 77—80.
8. Murtazina I.R., Murtazina E.P. Zhiznesteokost' inogorodnikh studentov-pervokursnikov v sravnenii s pervokursnikami, obuchayushchimisya v rodnom gorode [Resilience of non-resident first-year students in comparison with local first-year students]. *Put' nauki* [The way science], 2014, no. 2 (2), pp. 100—102.

For citation:

Petrosyants V.P. Features of Resilience in Psychology Students Depending on the Year of Study. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2017. Vol. 22, no. 6, pp. 109—117. doi: 10.17759/pse.2017220610 (In Russ., abstr. in Engl.).

* Petrosyants Violetta Rubenovna, PhD in Psychology, Associate Professor, Pitirim Sorokin Syktyvkar State University, Syktyvkar, Russia. E-mail: vipe80@mail.ru

9. Nikitina E.A., Kuznetsova A.A. Zhiznesteikost' kak lichnostnyi resurs studentov v usloviyakh vysshei shkoly [Resilience as a personal resource of students in higher educational institution's conditions]. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta Seriya: Lingvistika i pedagogica* [Proceedings of the South-Western State University. Series: linguistics and pedagogy], 2014, no. 2, pp. 79—85.
10. Soboleva E.V., Shumakova O.A. Zhiznesteikost' kak adaptatsionnyi resurs inogorodnikh studentov [Resilience as an adaptation resource of non-resident students]. *Vestnik Orlovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Novye gumanitarnye issledovaniya* [Journal of Oryol State University. Series: New humanitarian research], 2014, no. 2 (37), pp. 84—86.
11. Yaroslavkina E.V. Dinamika zhiznesteikosti studentov VUZa [Resilience dynamics of higher educational institution's students]. *Psikhologiya obucheniya* [Psychology of learning], 2011, no. 3, pp. 60—67.
12. Yudina E.V. Issledovanie zhiznesteikosti u studentov-psikhologov [Viability study psychology students]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo gumanitarnogo universiteta im. M.A. Sholokhova. Pedagogika i psikhologiya* [Bulletin of the Moscow State Humanitarian University. M.A. Sholokhov. Pedagogy and psychology], 2011, no. 3, pp. 105—109.