

Психолог

Правильная ссылка на статью:

Мартынова Г.Ю. — Влияние тревоги на саморегуляцию клиентов психологического консультирования в ситуации неопределенности // Психолог. – 2023. – № 1. DOI: 10.25136/2409-8701.2023.1.39796 EDN: DIXHSG URL: https://nbppublish.com/library_read_article.php?id=39796

Влияние тревоги на саморегуляцию клиентов психологического консультирования в ситуации неопределенности

Мартынова Галина Юрьевна

кандидат психологических наук

доцент, кафедра психологии, Московский городской педагогический университет

129226, Россия, г. Москва, 2-й Сельскохозяйственный проезд, 4

 martyanova94@yandex.ru



[Статья из рубрики "Спектр эмоциональных переживаний"](#)

DOI:

10.25136/2409-8701.2023.1.39796

EDN:

DIXHSG

Дата направления статьи в редакцию:

11-02-2023

Дата публикации:

18-02-2023

Аннотация: Переживание тревоги в неопределенной событийности становится тем способом реагирования, который вносит изменения в процессы совладания, нарушая прежде всего осознанную регуляторную активность. Статья представляет результаты анализа влияния тревоги на параметры стиля осознанной саморегуляции в ситуации пандемии. Исследование базируется на положениях теории осознанной саморегуляции О. А. Конопкина. В исследовании принимали участие клиенты психологического консультирования, добровольно обращающиеся за помощью. Тревога исследовалась по ее видам, диагностика стилевых параметров саморегуляции осуществлялась с помощью методики «Стиль саморегуляции поведения – ССП» В. И. Моросановой. Влияние тревоги на саморегуляцию определялась регрессионным анализом. Результаты обозначили равнозначную выраженность видов тревоги: личностной, ситуативной, субклинической. Значимым результатом исследования стал факт тревоги испытуемых по поводу регресса психотерапевтических навыков в ситуации неопределенности. Анализ стилевых параметров саморегуляции показал нарушения в структуре планирования активности,

моделирования условий, построения программ действий и оценивания полученных результатов. Регрессионные модели обозначили дифференцированную детерминацию видами тревоги регуляторных блоков. Данные исследования позволяют расширить представления о нарушенных способах реагирования клиентов психологического консультирования в напряженных ситуациях. Результаты могут быть использованы при разработке психотехнической составляющей процесса оказания помощи субъектам ситуации неопределенности.

Ключевые слова:

тревога, саморегуляция, ситуация неопределенности, психологическое консультирование, стиль саморегуляции, личностная тревожность, реактивная тревожность, постановка цели, модель поведения, толерантность к неопределенности

Введение

Современные кризисы политической, социально-экономической и культурной жизни человека неизбежно приводят к повышению неопределенности, когда не только сужается понимание ситуационного потенциала, но и увеличивается ожидание негативного развития происходящих событий.

Структура ситуации представляет собой систему связей внешних и внутренних по отношению к субъекту условий, при нарушении баланса которых возникает напряжение, требующее дополнительной целенаправленной активности. Снижение напряжения уменьшает степень трудности ситуации и характеризует ее параметрами адаптивной активности, в обратном случае, при невозможности снижения напряжения неадаптивное совладание вызывают симптомокомплекс негативных переживаний, что в свою очередь определяет нарушения уже в целостной системе субъектной саморегуляции [6]. Ситуация неопределенности изначально имеет недифференцированное причинно-следственное регулирование и внешней, и внутренней активности, поэтому состояние тревоги как ответной реакции в ней естественно. На это в частности указывают результаты большинства исследований тревоги во время пандемии коронавируса, проведенных в России и за рубежом [1, 3, 5, 10, 12].

Любой контекст исследования тревоги должен обосновывать возможность применения полученного знания в конкретной практической сфере. Наш интерес к заявленной проблеме связан с разработкой субъектно-регуляторного подхода к психологическому консультированию, где генезис проблемы рассматривается как сложный процесс установления субъективно-оценочных причинно-следственных связей событий и фактов, который отражается посредством когнитивного, эмоционального и поведенческого отношения к реальности [7].

Субъект ситуации направляет свою активность на регуляцию неопределенности не только во внешней, объективно действующей реальности, сколько во внутренней. Тревожное переживание неопределенности представляет собой последовательный набор неприятных физиологических симптомов, вызванных собственными когнициями и подтвержденные соответствующей внешней информацией [11]. Считается, что подобная тревога объясняется тенденцией неправильно истолковывать нормальные физиологические симптомы в отсутствие каких-либо фактических заболеваний и повышать их при оценке ситуации как напряженной [3]. Поэтому для нас важно выяснить,

как переживание тревоги регулирует субъектную ситуативную активность, на основании чего станет возможным формирование программ помощи и самопомощи.

В настоящем исследовании мы опираемся на положения теории саморегуляции произвольной активности О. А. Конопкина [4], где осознанная саморегуляция рассматривается как условие координации различных психических подсистем и как механизм рефлексии собственной активности для адаптации к средовым условиям [2].

Цель исследования – определение влияния тревоги на осознанную саморегуляцию клиентов психологического консультирования в современной ситуации неопределенности.

Методы

Исследование проводилось в период с апреля по декабрь 2022 года. Испытуемыми выступали клиенты психологического консультирования, предъявляющие проблему повышения тревоги в ситуации неопределенности, возникающей под действием социально-экономических и политических событий в России. Основное содержание запросов испытуемых на получение помощи было связано с регрессом навыков совладания с тревогой, а обращение за помощью оценивалось как возможность и желание снизить тревогу за счет собственных ресурсов. Признаком репрезентативности выборки выступало условие отсутствия у них пограничных и патологических аффективных расстройств. Всего в исследовании принимало участие 94 человека, из них 54 женщины и 40 мужчин. Возраст испытуемых – 29–46 лет. Испытуемые русскоязычные, проживают в Москве и Московской области, Санкт-Петербурге, Воронеже, Екатеринбурге, Казани, Нижнем Новгороде, Самаре, Туле. Все испытуемые получали консультативную помощь и заполняли опросники онлайн.

Критериями оценки состояния испытуемых были: 1 – уровень толерантности к неопределенности как результат оценивания напряженной жизненной ситуации, 2 – уровень личностной тревожности как основание негативной динамики тревоги, 3 – уровень ситуативной тревожности как фактор ситуативного реагирования, 4 – соматический уровень проявления тревоги. Опрос испытуемых проводился психологами-консультантами на начальном этапе консультирования.

Для исследования толерантности и интолерантности к неопределенности применялся опросник С. Баднера в модификации Т. В. Корниловой, для анализа уровня и выраженности тревоги – шкала Спилбергера-Ханина (STAII) и госпитальная шкала тревоги (HADS). Осознанная саморегуляция изучалась методикой «Стиль саморегуляции поведения – ССП» В. И. Моросановой. Данная методика позволяет изучить общий уровень саморегуляции и ее основные стилевые компоненты: планирование, моделирование, программирование и оценку результата.

Обработка данных проводилась в программе SPSS Statistics 23.0.

Результаты исследования

Сравнение видов тревоги и параметров саморегуляции у испытуемых проводилось по средним значениям. Первичные эмпирические данные представлены в таблице 1.

Таблица 1. Средние значения выраженности тревоги, толерантности к неопределенности и саморегуляции у испытуемых

	Спелнее	Станлартное
--	---------	-------------

Параметр	Среднее значение	Стандартное отклонение	F
Вид тревоги			
Реактивная тревожность (STAI)	48,09	2,51	12,64
Личностная тревожность (STAI)	45,99	2,61	6,99
Субклиническая тревога (HADS)	8,73	1,57	8,63
Толерантность к неопределенности	21,25	3,45	8,70
Компоненты стиля осознанной саморегуляции			
Планирование	4,38	0,91	18,93
Программирование	5,49	0,91	17,48
Моделирование	5,55	0,91	14,25
Оценка результата	4,93	0,90	8,70

Примечание: при $p = 0,00$

Средние значения шкал опросников тревоги показывают наличие высоких значений реактивной и личностной тревожности по STAI, субклинического уровня тревоги по HADS и низких показателей толерантности к неопределенности. При этом каждый параметр тревоги имеет тесные связи с толерантностью к неопределенности, показывающие, что чем ниже толерантность к неопределенности, тем выше значение тревоги. Корреляция реактивной тревожности с толерантностью $-0,472$ при $p = 0,000$, личностной с толерантностью $-0,337$ при $p = 0,001$ и субклинической тревоги $-0,387$ при $p = 0,000$. Корреляции доказывают, что когнитивная оценка ситуации как неопределенной зависит от выраженности тревоги субъекта.

Среднее значение общего уровня стиля осознанной саморегуляции $- 20,35$, что соответствует низким показателям по методике «Стиль саморегуляции поведения – ССП» В. И. Моросановой. Сниженные значения демонстрируют испытуемые и по основным блокам осознанной саморегуляции: планирование (4,38), программирование (5,49), моделирование (5,55) и оценка результатов (4,93). Низкие значения планирования свидетельствуют о неустойчивости выдвигаемых целей и их зависимости от настроения и общего состояния человека. Показатели моделирования говорят о том, что представления о способах достижения поставленной цели у испытуемых развиты, но в совокупности с низкими значениями планирования они постоянно меняются, вызывают внутреннее сомнение. Недостаточная степень осознанности наблюдается и при построении программ своих действий. Оценивание результатов при этом адекватное, но не способствующее коррекции выбранных программ и условий деятельности. В целом, можно говорить о том, что потребность самостоятельного осознанного управления собой сформирована, но реализация ее зависит от содержания и силы ситуации, в которой оказывается человек. При этом снижена и возможность регуляторной компенсации негативных внешних и внутренних воздействий, что и не позволяет оптимально приспособиться к ситуации.

Для проверки гипотезы о влиянии тревоги на параметры осознанной саморегуляции строились регрессионные модели по каждому блоку саморегуляции. Данные корреляционно-регрессионного анализа представлены в таблице 2.

Таблица 2. Предикторы осознанной саморегуляции (данные корреляционно-регрессионного анализа)

	Планирование	Программирование	Моделирование	Оценивание

	Планирование		Программирование		Моделирование		результаты	
	r	β	r	β	r	β	r	β
Личностная тревожность	-0,452	-0,164	-0,549	-0,372	-0,521	-0,315	-0,384	0,259
Реактивная тревожность	-0,546	-0,411	-0,492	-0,308	-0,408	-0,178	-0,396	0,319
Субклиническая тревога	-0,438	-0,228	-0,441	-0,227	-0,410	-0,185	-0,304	0,151
Статистика модели	R=0,631		R=0,655		R=0,605		R=0,519	
	R ² = 0,399		R ² = 0,429		R ² = 0,366		R ² = 0,269	
	F = 8,143		F = 9,223		F = 7,081		F = 4,521	

Все модели статистически значимые. В модели «Планирование» коэффициенты корреляции отрицательные (от -0,438 до -0,546). Чем больше, таким образом, тревожится человек, тем слабее его процессы постановки и принятия собственных целей. Детерминирующими активность по регуляции осознанных целей являются реактивная тревожность в ситуации неопределенности ($\beta = -0,411$) и субклиническая тревога ($\beta = -0,228$). Отрицательная связь между переменными отмечается и в модели «Программирование». На построение программ действий в ситуации неопределенности оказывают влияние все три параметра: личностная тревожность ($\beta = -0,372$), реактивная тревожность ($\beta = -0,308$) и субклиническая тревога ($\beta = -0,227$). С «Моделированием» также уверенную отрицательную связь демонстрируют личностная тревожность (-0,521), субклиническая тревога (-0,410) и реактивная тревожность (-0,408). Основным предиктором нарушения регуляторной активности в данной модели выступает личностная тревожность ($\beta = -0,315$). Модель «Оценивание результатов» характеризуется самыми низкими корреляционными показателями (от -0,304 до -0,384). Реактивная тревожность ($\beta = -0,319$) и личностная ($\beta = -0,259$) более всего определяют нарушения в оценках своих действий.

Рассматривая отдельно предикторы регуляторной активности испытуемых, можно отметить их неравнозначное влияние на блоки осознанной саморегуляции. Так, личностный уровень тревожного реагирования на ситуацию неопределенности не оказывает существенного влияния на процессы постановки цели, но определяет условия и программы действий в ситуации неопределенности и их оценку. В то время как ситуативная тревожность является предиктором планирования, программирования и оценивания результата. Уровень субклинической тревоги обусловливает прежде всего планирование и программирование.

Обсуждение результатов

Распределение средних значений по видам тревоги позволяет представить ее как единый симптомокомплекс переживания в ситуации неопределенности, внутри которого разные компоненты тревоги по-разному определяют регуляторную активность. Личностный уровень тревожного реагирования можно рассматривать как относительно устойчивое образование, основание для оценки ситуации как неопределенной. Именно это тревожное основание не позволяет адаптировать собственные регуляторные модели к жизненной ситуации. Реактивный уровень отвечает за оценку и отношение субъекта к конкретным событийным условиям и влияет на постановку целей в актуальных ситуациях. Субклиническая тревога выступает индикатором психофизиологического самочувствия, которое в свою очередь фиксирует нарушения регуляторной активности, и прежде всего

в процессах планирования и программирования.

Тревога, обусловленная невозможностью получения объективного знания, отражает основную модальность ситуации – неопределенность. Ее значение для саморегуляции напрямую зависит от количества и содержания информации. Контроль, в свою очередь, определяет внутреннюю устойчивость ситуации, к которой становится возможным адаптироваться. Испытуемые, являясь клиентами психологического консультирования, имеют изначально повышенный уровень личностной тревожности. Превышение тревожного ситуативного реагирования в конкретной событийности можно рассматривать как регресс навыков, ранее выработанных в психотерапии, коррекции и консультирование. Полагаем, что это является признаком нарушения регуляторной активности в трудной жизненной ситуации. Возвращение к нарушенному реагированию мы можем объяснить отсутствием или ограничением возможности применять полученные навыки в ситуативном контексте из-за высокой степени неопределенности события. Кроме того, подобный регресс подкрепляется системой представлений о себе как о субъекте, в опыте которого есть проблемное регулирование активности. При повышении напряжения ситуации именно этот рефлексивный опыт оказывается сильнее нового навыка.

Низкие значения общего стиля саморегуляции и сниженные показатели планирования, моделирования, программирования и оценивания результатов свидетельствуют о нарушение адаптации. Неопределенность ситуации не позволяет удерживать принятые цели, выделять оптимальные условия активности, строить программы действий, оценивать результат и вносить корректизы. Внешняя регуляции ситуации оказывается сильнее внутренней, информация важнее собственных суждений и выводов, психологические защиты ярче, чем произвольное совладание.

Основной процесс в целостной системе саморегуляции – планирование. Именно вокруг постановки и принятия осознанной цели организуется вся система саморегуляции. Зависимость планирования от тревоги обусловливает иерархию последующих регуляторных нарушений: от неконструктивного целеполагания до искаженной оценки произвольной активности. По данным регрессионного анализа наиболее уязвимым оказывается программирование: повышенный тревожный фон искажает поведенческую активность. Когда внешняя событийность находится в постоянной неконтролируемой динамике становится непонятным, какие действия окажутся эффективными и какой результат удовлетворит саму ситуацию. Тревога, таким образом, выступает индикатором нетерпимости к неопределенности ситуации. Нетерпимость к неопределенности – это тенденция переживать неконтролируемые элементы ситуации при отсутствии уверенности, что результат этих элементов будет однозначно отрицательный [13]. Подтверждением нашего результата о связи переживания неопределенности с программированием могут быть данные Freeston, Tiplady, Mawn, Bottesi, & Thwaites о типах поведения людей в ситуации пандемии. Авторы выделяют среди других следующие неконструктивные поведенческие стратегии, применяемые для снижения тревоги: попытки разными способами достичь определенности в неопределенных ситуациях и тем уменьшить собственное состояние неопределенности; мотивированное избегание неопределенности; импульсивное поведение, направленное на немедленное устранение неопределенности результата; колебания и сомнения в выборе стратегий поведения и постоянное переключение между ними [12]. По нашему мнению, эти и другие поведенческие стратегии позволяют эпизодически снижать тревожное напряжение, но не способствуют компенсации всего регуляторного стиля.

Параметры саморегуляции могут изменяться у одного и того же человека в зависимости от того, как он воспринимает ситуацию: сложной или простой, приятной или неприятной, ресурсной или бескомпромиссной. Субъект соотносит оценку и объективные требования ситуации, определяя для себя условия достижения цели, формы и методы контроля результата. Поскольку неопределенность нарушает объективность восприятие ситуации, моделирование как осознанный регуляторный механизм становится узким: активность направляется только на принятие решения о совладании с неопределенностью. Функционал тревоги при этом амбивалентен. С одной стороны, она усиливает восприятие необходимости справиться с неопределенностью ситуации, а с другой, вызывает сомнение и неуверенность в самостоятельности выработанных моделей. Чаще всего данное противоречие и обуславливает повод обращения за психологической помощью.

Заключение

Обобщая данные исследования, определим тревогу в ситуации неопределенности предиктором регуляторной активности клиентов психологического консультирования. Ее влияние объясняет нарушения в системе планирования, моделирования, программирования своей деятельности и при оценивании полученных результатов. Эмоционально-тревожное отражение ситуации как неопределенной и когнитивная оценка себя в ней обуславливает необходимость организации помощи, направленной на коррекцию системы осознанной саморегуляции.

Полученные результаты представляются нам достаточными для последующей разработки техник переструктурирования когнитивного реагирования на стимулы ситуации, а именно, повышения компетентности за счет самостоятельного ограничения структурных элементов ситуации и придания им конкретного смысла. Считаем также, что повышение толерантности к неопределенности станет условием снижения тревожного состояния, на фоне чего собственные модели совладания будут восприниматься как уместные по достижению цели, а программы поведения включать элементы творческой переработки информации.

Библиография

1. Алёхин А. Н., Дубинина Е. А. Пандемия: клинико-психологический аспект // Артериальная гипертензия. 2020. № 26 (3). С. 312–316. doi:10.18705/1607-419X-2020-26-3-312-316
2. Банщикова Т. Н., Моросанова В. И. Медиаторная роль аккультурационных установок во взаимосвязи компонентов осознанной саморегуляции и социокультурной адаптации // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. № 7 (6). С. 50–57.
3. Гребняк О. В., Новоженина О. П. Структура социальной тревожности Российского общества: гендерный аспект // Наука. Культура. Общество. 2022. Т. 28. № 52. С. 24–35. doi: 10.19181/nko.2022.28.2S.2
4. Конопкин О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности // Вопросы психологии. 2008. № 3. С. 22–34.
5. Крюкова Т. Л., Екимчук О. А., Опекина Т. П., Шипова Н. С. Стресс и совладание в семье в период самоизоляции во время пандемии COVID-19 // Социальная психология и общество. 2020. № 11 (4). С. 120–134. doi: 10.17759/sps.2020110409
6. Мартынова Г. Ю. Динамика регуляторной активности субъекта в трудной жизненной ситуации // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. 2014. № 3 (34). С. 122–132. doi:10.15382/sturIV201434.122-132

7. Мартьянова Г. Ю. Самодетерминация субъекта напряженной ситуации: антропопсихологический подход // Психология и психотехника. 2016. № 10 (97). С. 829–833. doi: 10.7256/2454-0722.2016.10.22070
8. Павлова Е. М., Корнилова Т. В. Триада «толерантность к неопределенности — эмоциональный интеллект — интуитивный стиль» и самооценка креативности у лиц творческих профессий // Психолого-педагогические исследования. 2019. Том 11. № 1. С. 107–117. doi: 10.17759/psyedu.2019110109
9. Салихова А. Б. Ценностные основания толерантности личности к неопределенности // Вестник Вятского государственного университета. 2020. № 2 (136). С. 132–141. doi: 10.25730/VSU.7606.20.032
10. Сорокин М. Ю., Касьянов Е. Д., Рукавишников Г. В., Макаревич О. В., Незнанов Н. Г., Лутова Н. Б., Мазо Г. Э. Структура тревожных переживаний, ассоциированных с распространением COVID-19: данные онлайн-опроса // Вестник РГМУ. 2020. № 3. С. 77–85. doi: 10.24075/vrgmu.2020.030
11. Asmundson G., Paluszak M. M., Landry C. A., Rachor G. S., McKay D., Taylor S. Do pre-existing anxiety-related and mood disorders differentially impact COVID-19 stress responses and coping? // Journal of Anxiety Disorders. 2020. № 74. Р. 102271. doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102271
12. Freeston M., Tiplady A., Mawn L., Bottesi G., Thwaites S. Towards a model of uncertainty distress in the context of Coronavirus (COVID-19) // The Cognitive Behaviour Therapist. 2020. № 13 (31). Р. 1–15. doi:10.1017/S1754470X2000029X
13. Sankar R., Robinson L., Honey E., Freeston M. 'We know intolerance of uncertainty is a transdiagnostic factor but we don't know what it looks like in everyday life': a systematic review of intolerance of uncertainty behaviours // Clinical Psychology Forum. 2017. № 296. Р. 10–15.

Результаты процедуры рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Рецензия на статью «Влияние тревоги на саморегуляцию клиентов психологического консультирования в ситуации неопределенности»

Предмет исследования автором не заявлен. Но он отражен в цели исследования - определение влияния тревоги на осознанную саморегуляцию клиентов психологического консультирования в современной ситуации неопределенности.

Название статьи четко отражает суть работы.

Методология исследования построена на традиционных методах психологического исследования. В первой части применены методы анализа, систематизации и обобщения литературных данных, используется обзор 13 литературных источников. Автор опирается в основном на положения теории саморегуляции произвольной активности О. А. Конопкина

Эмпирическая часть исследования представлена исследованием выборки из 94 человек, из них 54 женщины и 40 мужчин. Возраст испытуемых – 29–46 лет. Объединяющий фактор для испытуемых – они все клиенты психологического консультирования, предъявляющие проблему повышения тревоги в ситуации неопределенности, возникающей под действием социально-экономических и политических событий в России. Описание группы по критериям отбора детально представлено в статье.

В исследовании используются различные методы:

- опросник С. Баднера в модификации Т. В. Корниловой,
- шкала Спилбергера-Ханина (STAII)
- госпитальная шкала тревоги (HADS)
- «Стиль саморегуляции поведения – ССП» В. И. Моросановой.

В исследовании применены количественные методы, что позволяет оценить научность и достоверность полученных данных. Так, автор использует анализ средних значений, стандартное отклонение, корреляционно-регрессионный анализ. Обработка данных проводилась в программе SPSS Statistics 23.0.

Актуальность представленной статьи не вызывает сомнения. Интерес к изучению индивидуальных особенностей переживания стресса традиционно является высоким в психологической науке. В последние годы в связи с разнообразными кризисами (политическим, экономическим, социальным и пр.) факторы неопределенности формируют соответствующую среду для увеличения стрессов. Применительно к новым условиям турбулентности внешней среды широко применяемые в психологии методы борьбы со стрессом перестали быть эффективными. В связи с выше обозначенными моментами исследования в данной области представляют сегодня высокий теоретический и прикладной интерес.

Научная новизна – автором не заявлены параметры научной новизны. В самой статье она косвенно прослеживается в связи с применением традиционных психологических методов в новых условиях и в связи с новыми задачами (оценка стресса испытуемых, переживающих ситуацию в мире и России). Но в силу заявленной темы статья имеет более прикладной характер, чем научный характер.

Стиль, структура, содержание

Статья имеет традиционную структуру – вводная, основная и заключительная части.

Вводная часть обосновывает выбор темы. Она отличается средним уровнем проработки. В основной части статьи представлена работа над целью - определение влияния тревоги на осознанную саморегуляцию клиентов психологического консультирования в современной ситуации неопределенности. Автор анализирует средние значения выраженной тревоги, толерантности к неопределенности и саморегуляции у испытуемых, а также сравнивает предикторы осознанной саморегуляции. На основании данных количественного анализа сделаны грамотные выводы. Например, автором определено, что тревога - единый симптомокомплекс переживания в ситуации неопределенности, внутри которого разные компоненты тревоги по-разному определяют регуляторную активность. Также обнаружено, что основной процесс в целостной системе саморегуляции – планирование.

В заключении автор делает выводы о полученных результатах. Можно было бы повысить результативность проведенного исследования рекомендациями о том, как встроить полученные результаты в практическую работу психологов по консультированию клиентов с аналогичными запросами. Но данная рекомендация не умаляет ценности представленного исследования.

Стиль изложения доступен для восприятия. Статья содержит таблицы, которые иллюстрируют полученные результаты исследования, в том числе по группирующим переменным.

Стиль статьи соответствует требованиям научности. Оформлен грамотно, без существенных нарушений.

Библиография

Насчитывает 13 литературных источника, в том числе издания на английском языке. Среди литературных источников представлены монографии, статьи, классические издания, сборники материалов конференций. Они датированы разными периодами, в том

числе 2019-22 годом. Важно, что в списке литературы большое количество самых актуальных источников, в том числе освещающих вопросы стресса в период пандемии. Список оформлен в соответствии с требованиями к публикациям.

Данный список литературы можно рассматривать как подборку источников по заявленной теме.

Апелляция к оппонентам – статья может быть рекомендована к публикации. Было бы интересно увидеть продолжение исследования.

Выводы, интерес читательской аудитории – статья вызовет интерес читательской аудитории – педагогов, клинических психологов, исследователей, преподавателей психологии.