

И. Б. Махмутова¹, А. Р. Мандыкаева¹

¹Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева
Казахстан, Нур-Султан
e-mail: domtam45@gmail.com

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОДИНАМИКИ ВНУТРЕННИХ ПРОЦЕССОВ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ COVID 19

COVID-19 оказала значительное влияние на жизнь всех людей планеты и может стать фактором риска психических заболеваний. Это исследование было направлено на изучение психологического воздействия пандемии COVID-19 путем выявления закономерностей, связанных с посттравматическими симптомами и с учетом личностных, а так же защитных стилей. В частности, была выдвинута гипотеза, что невротизм отрицательно связан с воздействием события, в отличие от черт экстраверсии, уступчивости, сознательности и открытости. Также исследовалась посредническая роль зрелой, невротической и незрелой защиты в отношениях в целом. В этом исследовании приняли участие 27 казахстанцев, жителей города Нур-Султан, из них 14 женщин и 13 мужчин, которые заполнили онлайн-опрос, включая пересмотренную шкалу воздействия событий, опросник по стилю защиты сорока пунктов (DSQ-40) и десять Инвентарь личности предмета. Результаты показали незначительное влияние экстраверсии и открытости на воздействие события. Негативное влияние невротизма было подтверждено частичным параллельным посредничеством, включающим значительные эффекты незрелых и невротических защит непрямого пути. Наконец, доброжелательность и добросовестность очертили два защитных пути в отношении воздействия события, определив две полные параллельные модели посредничества, в которых обе эти личностные черты отрицательно связаны с незрелыми защитными стилями, а сознательность также положительно связана со зрелыми защитами. Эти результаты позволяют изучить паттерны посттравматических симптомов во время пандемии COVID-19, включая пять основных черт личности и защитные механизмы. Эти результаты могут быть полезны для разработки вмешательств, лечения и профилактических мероприятий.

Ключевые слова: психодинамика, личность, COVID 19, последствия, симптомы.

И. Б. Махмутова¹, А. Р. Мандыкаева¹

¹Л.Н. Гумилев атындағы Еуразиялық Ұлттық университеті
Казахстан, Нур-Султан

COVID -19 пандемиясы жағдайындағы жеке тұлғалық процестердің психодинамикасының кейбір аспектілері

COVID-19 планетаның барлық адамдарының өміріне айтарлықтай әсер етті және психикалық аурулардың қауіпті факторы болуы мүмкін. Бұл зерттеу зақым алғаннан кейінгі белгілермен байланысты заңдылықтарды анықтау арқылы және жеке басын, сондай-ақ қорғаныс стильдерін ескере отырып, COVID-19 пандемиясының психологиялық әсерін зерттеуге бағытталған. Атап айтқанда, невротизм экстраверсия, сәйкестік, сана мен ашықтық қасиеттерінен айырмашылығы, ел ішіндегі жағдайдың әсерімен теріс байланысты деп жорамал жасалды. Жетілген, невротикалық және жетілмеген қорғаныстың қарым-қатынастағы ара байланыстың рөлі де зерттелді. Бұл зерттеуге Нұр-Сұлтан қаласының тұрғындары 27 қазақстандық қатысты, олардың ішінде 14 әйел мен 13 ер адам онлайн сауалнама жүргізді, оның ішінде жағдайдың әсер ету шкаласы, қорғаныс стилінің қырық пункті (DSQ-40) және он субъектілік тұлға Инвентарін толтыру арқылы. Нәтижелер экстраверсия мен ашықтықтың оқиғаның әсеріне аз әсерін көрсетті. Невротизмнің теріс әсерлері жанама жолдың жетілмеген және невротикалық қорғанысының елеулі әсерлерін қамтитын параллельді медиациямен расталды. Соңында, мейірімділік пен ұқыптылық оқиғаның әсеріне қатысты екі қорғаныс жолын көрсетті, медиацияның екі толық параллель моделін анықтады, онда жеке қасиеттердің екеуі де жетілмеген қорғаныс стильдерімен теріс байланысты, ал сана да жетілген қорғаныспен оң байланысты. Бұл нәтижелер COVID-19 пандемиясы кезіндегі

алынған зақымнан кейінгі симптомдардың заңдылықтары туралы түсінік береді, оның ішінде бес негізгі жеке қасиеттер мен қорғаныс механизмдері. Бұл нәтижелер араласуды, емдеуді және алдын алу шараларын жасау үшін пайдалы болуы мүмкін.

Түйінді сөздер: психодинамика, жеке тұлға, COVID 19, салдары, белгілері.

I.B. Makhmutova¹, A. R.Mandykayeva¹
¹L.N. Gumilyov Eurasian National University
Kazakhstan, Nur-Sultan

Some features of psychodynamics of internal personality processes in the context of the COVID 19 pandemic

COVID-19 has had a huge impact on the lives of everyone on the earth, and it could be a risk factor for mental illness. The goal of this study was to look at the psychological effects of the COVID-19 epidemic by identifying patterns connected with post-traumatic symptoms and taking personality and defense styles into account. In particular, it was expected that neuroticism, in contrast to extraversion, compliance, consciousness, and openness, is adversely associated with the event's impact. In general, the mediating role of mature, neurotic, and immature defenses in partnerships was looked at. This study enlisted the help of 27 Kazakhstanis from Nur-Sultan, 14 of whom were women and 13 of whom were males, to complete an online survey that included a revised event impact scale, a forty-item defense style questionnaire (DSQ-40), and ten Subject Personality Inventory. Extraversion and openness had no effect on the event's impact, according to the findings. Partially parallel mediation incorporating considerable effects of immature and neurotic defenses of the indirect path has proven the harmful consequences of neuroticism. Finally, benevolence and conscientiousness defined two defensive pathways in response to an event's impact, defining two completely parallel models of mediation in which both personality traits are negatively associated with immature defensive styles and conscientiousness is positively associated with mature defenses. These findings shed light on post-traumatic symptom patterns during the COVID-19 pandemic, including five critical personality traits and defense mechanisms. These findings could aid in the development of therapies, treatments, and preventative measures.

Key words: psychodynamics, personality, COVID 19, consequences, symptoms.

Введение

Пандемия COVID-19 оказала глубокое влияние на жизнь людей во всем мире. Он оказывает влияние не только на сферу физического здоровья, но его эффекты распространяются на индивидуальный и коллективный уровни в поведенческой и экономической областях. Защитные меры, принятые в странах для сдерживания распространения пандемии, требующие принятия новых защитных привычек, значительно повлияли на мировую экономику, в результате чего многие люди оказались в состоянии финансовой нестабильности и неуверенности в завтрашнем дне. В действительности же, все это могло иметь огромное влияние на психическое здоровье. Как ограничительные меры, принятые правительствами, так и распространение самого вируса были связаны с более низким уровнем удовлетворенности жизнью и благополучием, а также с более высоким уровнем тревожности, депрессии, гнева, страха и беспокойства, что создает благодатную почву для развития дистресса

и хронических психологических симптомов у некоторых людей. Фактически, данное исследование показало неизменное выявление симптомов посттравматического стрессового расстройства, которые могут продолжаться и после пандемии. Посттравматическое стрессовое расстройство, в свою очередь, было связано с ухудшением физического здоровья, попытками суицида и нарушениями в различных сферах жизни. В этой связи данное исследование направлено на содействие лучшему пониманию влияния COVID-19 на психическое здоровье, выявление закономерностей, связанных с посттравматическими симптомами, с учетом личностных и защитных стилей.

На психологические и поведенческие реакции на пандемию могут влиять несколько факторов, в том числе характеристики и ресурсы человека, о чем свидетельствуют исследования, которые выявили значительное влияние личностных качеств на реакцию и стресс.

В этой области модель Большой пятерки авторов Коста и Мак Крей являются одной из наиболее часто используемых, в которой пять измерений (экстраверсия, приятность, добросовестность, невротизм и открытость) представляют собой последовательный и в основном стабильный набор аспектов, влияющих на аффекты [1, 360-371]. Среди них невротизм является важным фактором риска развития посттравматического стрессового расстройства в проблемных условиях. Лица с меньшей эмоциональной стабильностью сообщали о более интенсивных и длительных эмоциональных реакциях, связанных с тенденцией более интенсивно воспринимать воздействие стрессовых событий [2, 46].

Напротив, экстраверсия, открытость, уступчивость и сознательность были связаны с функциональными и активными стратегиями решения проблем в сложных ситуациях, таких как поиск поддержки, позитивная реинтерпретация, рост и принятие. Эти параметры были неизменно положительно связаны с субъективным благополучием и удовлетворенностью жизнью. Таким образом, личностные черты могут формировать реакцию человека на жизненные ситуации, влияя на его когнитивные оценки, связанные с ними эмоции и стратегии, используемые для регулирования этих аффективных активаций. Другими важными факторами в управлении психологическим воздействием стрессовых событий являются защиты, которые можно определить как механизмы, которые «опосредуют реакцию человека на эмоциональные конфликты и внешние стрессоры» и могут быть более или менее адаптивными в зависимости от контекста, в котором они происходят [3]. Другими словами, психологическое здоровье связано не только с применением зрелых защитных стратегий, но и прежде всего, с правильным использованием различных защит в зависимости от обстоятельств. Чтобы подтвердить это, исследования показали обратную связь между

адаптивными уровнями защитного функционирования и воспринимаемыми дистрессовыми, депрессивными и посттравматическими симптомами во время пандемии COVID-19.

Исходя из этого, цель данного исследования является способствовать пониманию психологического воздействия пандемии COVID-19. Поэтому была реализована серия параллельных моделей медиации для анализа взаимосвязи между личностными чертами и посттравматическими симптомами. В частности, была выдвинута гипотеза, что невротизм отрицательно связан с воздействием события, в отличие от черт экстраверсии, уступчивости, добросовестности и открытости, для которых предполагается положительное отношение. Также была исследована посредническая роль зрелой, невротической и незрелой защиты в этих условиях.

Методы исследования

Участниками этого исследования были 27 казахстанцев, жителей города Нур-Султан, из них 14 женщин и 13 мужчин (возраст 18–88 лет; $M = 34,65$, $SD = 12,05$). Они были привлечены в период пандемии COVID-19 в Интернете путем распространения ссылки на опрос, проведенный через платформу Google Forms. Опрос был запущен 24 июля 2021 года и оставался открытым до 31 августа 2021 года. Перед началом участники были проинформированы об общей цели исследования и получили информированное согласие в электронном виде. Данные собирались анонимно и конфиденциальность респондентов была гарантирована. Участники не получали компенсации за участие в исследовании и могли отказаться от участия в любой момент. Протокол исследования был рассмотрен и одобрен руководителем исследовательской работы.

Статистическое программное обеспечение SPSS (версия 25.0 для Windows) использовалось для анализа собранных данных. Сначала были рассчитаны средние значения и

стандартные отклонения для всех шкал. Затем был проведен корреляционный анализ Пирсона для оценки связи между исследуемыми переменными [4]. Чтобы оценить влияние различных личностных черт на влияние события во время пандемии COVID-19, при изучении роли защитных механизмов в этой взаимосвязи, было проведено несколько параллелей. Модели посредничества тестировались с помощью макропрограммы PROCESS 3.4. Выходной переменной этих моделей был общий балл IES-R, хотя шкала также имеет подразмеры, поскольку включает частичные баллы и следовательно, гарантирует более широкое выявление масштабов события. Для каждого коэффициента регрессии, включенного в модели, был рассчитан 95% доверительный интервал. Наконец, статистическая релевантность косвенных эффектов была проверена с помощью метода начальной загрузки для каждого из 5000 образцов с начальной загрузкой в пределах 95% доверительного интервала.

Результаты исследования

Средние значения и стандартные

отклонения показателей и корреляционной матрицы Пирсона показаны в таблице 1.

Результаты подчеркнули значимые и положительные ассоциации воздействия события с невротическими защитами ($r = 0,394, p < 0,01$), незрелыми защитами ($r = 0,396, p < 0,01$) и невротизмом ($r = 0,457, p < 0,01$). 01), а также отрицательные значимые отношения с покладистостью ($r = -,118, p < 0,01$) и добросовестностью ($r = -0,090, p < 0,05$). Кроме того, незрелая защита отрицательно и значимо коррелировала с покладистостью ($r = -,302, p < 0,01$), добросовестностью ($r = -,211, p < 0,01$) и открытостью ($r = -,112, p < .01$), в то время как они были положительно и значимо связаны с невротизмом ($r = 0,332, p < 0,01$). Шкала зрелых защит была достоверно и положительно коррелирована с сознательностью ($r = 0,157, p < 0,01$) и открытостью ($r = 0,090, p < 0,05$) и показала значительную и отрицательную связь с невротизмом ($r = -0,220, p < 0,01$). Наконец, была обнаружена значимая и положительная связь между невротизмом и невротической защитой ($r = 0,219, p < 0,01$).

Таблица 1. Корреляции, средние и стандартные отклонения переменных.

	1	2	3	4	M	SD
Воздействие ситуации	1				33.0	16.7
Гипервозбуждение	.84 4**	1			11.5	6.06
Защитная реакция	.93 2**	.650 **	1		12.1	7.18
Экстраверсия	.39 4**	.347 **	.37 6**	1	9.35	5.46
Невротизм	.45 7**	.327 **	.42 4**	.481 **	7.84	3.12

** - Корреляция значима на уровне 0,01 (двусторонний).

С другой стороны, данные показали, что согласие оказало значительное и отрицательное влияние на воздействие события ($\beta = -,12, p < 0,01$; LLCI = -1,392 - ULCI = -244). Кроме того, черта согласия оказала незначительное влияние как на зрелую ($\beta = 0,06, p = 0,171$; LLCI = -099 - ULCI = 0,554), так и на невротические

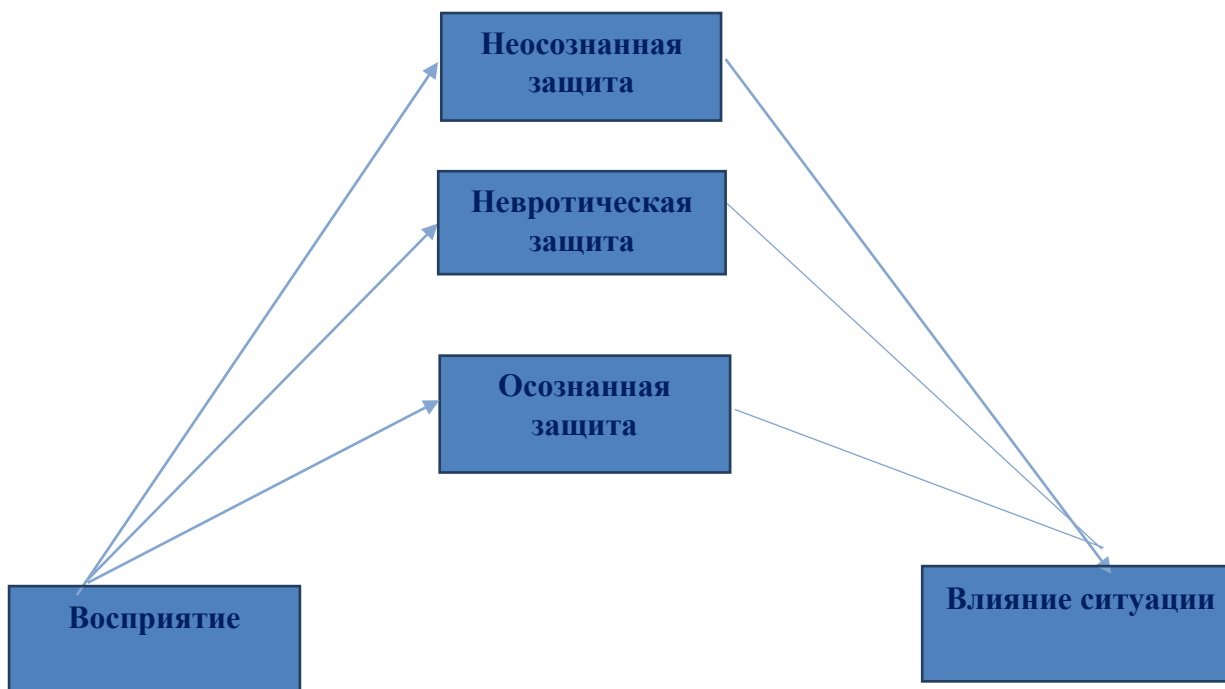
защиты ($\beta = 0,05, p = 0,226$; LLCI = -,133 - ULCI = 0,561) но это значительно и отрицательно повлияло на незрелую защиту ($\beta = -,30, p < 0,001$; LLCI = -4,086 - ULCI = -2,382) которые, в свою очередь, были положительно связаны с воздействием события (1; $\beta = 0,27, p < 0,001$; LLCI = 0,115 - ULCI = 0,238). При

параллельном введении в модель трех защитных стилей только незрелые защиты играли статистически значимую роль во взаимосвязи между согласием и воздействием события на уровне, прямое воздействие которого было незначительным после контроля медиаторов ($\beta = -.04$, $p = 0,315$; LLCI = $-.839$ - ULCI = $0,271$). Таким образом, произошло полное посредничество ($R^2 = 0,234$, $F(4, 552) = 42,158$, $p < 0,001$). Процедура начальной загрузки подтвердила статистическую значимость этого косвенного эффекта (Boot LLCI = $.112$ - Boot ULCI = $.240$).

Модель параллельного посредничества, предполагающая

сознательность, подчеркнула ее значительный и отрицательный общий эффект на воздействие ситуации в стране ($\beta = -.09$, $p < 0,05$; LLCI = $-1,122$ - ULCI = $-.45$). Добросовестность также значимо и положительно связана со зрелыми защитами ($\beta = 0,16$, $p < 0,001$; LLCI = $0,272$ - ULCI = $0,876$) и значимо и отрицательно связана с защитной реакцией ($\beta = -.21$, $p < 0,001$; LLCI = $-2,927$ - ULCI = $-1,293$) при этом демонстрируя незначительное влияние на невротические воздействия ($\beta = -.08$, $p = 0,05$; LLCI = $-.647$ — ULCI = $-.000$). С другой стороны, влияние защиты на воздействие событий было значительным ($\beta = -.18$, $p < 0,001$).

Рисунок 1. Взаимосвязь между восприятием и воздействием событий в Казахстане с разными уровнями защиты



Обсуждения и выводы

Пандемия COVID-19 - это глобальная чрезвычайная ситуация, которая представляет значительный риск не только для физического здоровья, экономических условий и организаций, но и для психологического здоровья людей. Это связано с его многочисленными прямыми и косвенными последствиями в

психологической и социальной сферах, которые могут сохраняться даже после окончания пандемии [5, 17-23]. Таким образом, это исследование было направлено на изучение путей, ведущих к посттравматическим симптомам, путем изучения большой пятерки личностных черт и их взаимодействия со зрелыми, невротическими и незрелыми защитными

механизмами в их связи с воздействием события.

Как и ожидалось, результаты показали, что невротизм - это черта личности, оказавшая наиболее сильное влияние на влияние событий, что показало значительную положительную связь как прямо, так и косвенно. Действительно, исследования во время пандемии обнаружили значительную связь между этой чертой личности и генерализованной тревогой, депрессивными симптомами, беспокойством и пессимизмом, связанными с COVID-19 [6, 21]. В соответствии с этим, другие исследования показали, что люди с высоким уровнем невротизма, как правило, реагируют интенсивными негативными эмоциональными реакциями на разочарование или потерю, сообщают об ухудшении психического состояния после стрессовых событий и более подвержены риску посттравматических симптомов [7, 132]. Кроме того, данные показали, что невротизм также косвенно влияет на влияние события через значительное влияние незрелых и невротических защитных механизмов. Это по-видимому, связаны с ограничительными мерами государства, которые показали более низкие навыки психологической адаптации у субъектов с этой чертой личности во время пандемии. Это выразилось в негативных реакциях на стресс, связанных с более низким уровнем сопротивляемости, что в свою очередь, в других травмотогенных контекстах показало отрицательную связь с посттравматическими симптомами [8].

Данные также показали два защитных пути, которые включают в себя согласие и сознательность, которые напрямую взаимодействуют с защитными механизмами и только косвенно - с воздействием ситуации в стране. В частности, обе эти черты личности были негативно связаны с незрелыми защитными стилями, которые представляли фактор риска для психического здоровья [9, 7-14]. Более того, сознательность была положительно

связана со зрелой защитой. Оба этих косвенных пути ограничивали уровень воздействия ситуации в стране в соответствии с доказательствами в исследованиях о положительной связи доброжелательности и добросовестности с субъективным благополучием [10, 23-24]. Действительно, исследования показали отрицательную взаимосвязь согласия с тревогой и депрессией во время пандемии, в то время как люди с сознательными чертами продемонстрировали большее соблюдение рекомендаций по профилактике, связанных с COVID-19 [11, 18]. В целом, эти результаты свидетельствуют о положительном влиянии этих предрасположенностей на склонность к использованию эффективных стратегий для преодоления трудностей [12, 121].

В итоге, вопреки ожиданиям, ни экстраверсия, ни открытость не показали значительной связи с воздействием ситуации в стране. Эти результаты могут быть отражением конкретной ситуации, связанной с COVID-19. Действительно, хотя исследования проведенные ранее показали связь экстраверсии и открытости с более высокими уровнями положительных эмоций и субъективного благополучия, ограничения и превентивные меры, принятые для сдерживания пандемии, могли ослабить использование функциональных стратегий, обычно связанных с этими чертами личности. Другими словами, уровень адаптации может варьироваться в зависимости от среды и ситуации в стране в целом [13, 6].

Данные результаты следует интерпретировать с осторожностью из-за ограничений, которые необходимо учитывать. Во-первых, участники этого исследования могли не быть репрезентативными для населения в целом (например, опрос производился онлайн и не исключение, что респонденты отвечали осознано). Во-вторых, для проведения этого исследования использовался секционный дизайн, который не позволяет сделать причинно-следственный вывод.

Кроме того, социально-экономический статус участников не изучался и это естественнокосвенно повлияло на результаты исследования. В связи с этим не собиралась подробная информация об условиях работы «удаленно» или «в присутствии» и о типе работы, это может существенно повлиять на развитие посттравматического стрессового расстройства (особенно в отношении медицинских работников, которые во время изоляции продолжали интенсивно работать в контакте с пациентами) или например, усиливать различное восприятие риска заражения между людьми с особенностями сознания или наоборот, с более высоким уровнем невротизма [14, 19].

Заключение

Результаты этого исследования подчеркнули связь между большой пятеркой личностных черт, защитными механизмами и влиянием события во время пандемии COVID-19. В частности, покладистость и добросовестность оказались факторами, которые могут способствовать более функциональному использованию защитных механизмов. Они также были негативно связаны с наличием посттравматических симптомов, в отличие от невротической черты. Понимание путей, связанных с психологическим стрессом во время пандемии, может иметь практическое значение для оказания эффективной помощи населению с точки зрения как отдельных лиц в личном контексте, так и работников в контексте организации. Это

исследование может внести свой вклад, предлагая дифференцированные вмешательства и методы лечения, начиная с лучшего понимания защитных стратегий, используемых в отношении диспозиционных аспектов. В этом отношении эти данные свидетельствуют о полезности вмешательства для увеличения и поддержки использования зрелых защитных стилей для борьбы со стрессовыми переживаниями, связанными с COVID-19 [15, 221-224]. Лечение может быть сосредоточено, например, на повышении уровня ментализации или понимания, которые были положительно связаны с функциональной защитой и наоборот, с дезадаптивными защитными механизмами, а также связаны с более высоким уровнем психического здоровья, осмысленности и удовлетворенности. В целом в данном исследовании была подчеркнута психологическая уязвимость субъектов с чертой невротизма, подчеркнувшая необходимость уделять больше внимания как интервенционным, так и профилактическим перспективам в различных жизненных контекстах. В связи с этим может оказаться целесообразным вмешательство для ограничения эмоциональной дисрегуляции, характеризующей эту черту, например, путем проведения лечения, направленного на уменьшение алекситимии, что отрицательно связано с использованием трезвой защиты и был связан с ухудшением психического здоровья как в клинических, так и в неклинических исследованиях.

Литература

1. Costa PT Jr, McCrae RR. Personality disorders and the five-factor model of personality. – J. Pers. Disord. – 1990; 4(4).
2. Армстронг М. Практика управления человеческими ресурсами. – СПб., 2012.
3. Аксарина И.Ю. Моделирование процесса адаптации первокурсников к обучению в вузе // Социально-гуманитарные знания. – 2007. – No 1, <https://elibrary.ru/item.asp?id=25745334> (дата обращения: 25.08.2021).
4. <https://planetcalc.ru/527/>(дата обращения: 26.08.2021).
5. Соломин В.П., Шатровой О.В., Михайлов Л.А., Маликова Т.В. Психологическая безопасность. – М., 2008.
6. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. Int. J. Soc. Psychiatry. 2020; 66(4).
7. Biggs A, Brough P, Drummond S. Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. In: Cooper CL, Quick JC editors. The handbook of stress and health: A guide to research and practice. Wiley-Blackwell; 2017.

8. Брушлинский А.В. Психология субъекта // Психологический журнал. – 2013. – Т. 24. – No 2.
9. Смирнов А.В. Графологическая психодиагностика личности с использованием методики ГАЛС-2005: науч. издание. – Екатеринбург, 2018.
10. Экзистенциальное измерение в консультировании и психотерапии / составитель Ю. Абакумова-Кочунене. – Бирштонас-Вильнюс, 2015.
11. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed., textrev.). Washington, DC: American Psychiatric Association; 2020.
12. Зимбардо Ф., Бойд Дж. и др. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. М., – 2010.
13. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. – М., 2004.
14. Нартова-Бочавер С.К. «CopingBehavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. – 2009. – No 5. .
15. Володин Н.Н. Перинатальная психология и психиатрия. – М., 2009.

Reference

1. Costa PT Jr, McCrae RR. Personality disorders and the five-factor model of personality. – J. Pers. Disord. – 1990; 4(4).
2. Armstrong M. Praktika uprevleniya chelovecheskimi resursami [Human Resource Management Practice]. – S-Petersburg, 2012.
3. Aksarina I.Yu. Modelirovaniye protsesa adaptatsii pervokursnikov k obucheniyu v VUZe [Modeling the process of adaptation of freshmen to university studies], Sotsialno-gumanitarniye znaniya – 2007. – No 1, <https://elibrary.ru/item.asp?id=25745334> (date of the application: 25.08.2021).
4. <https://planetcalc.ru/527/>(date of the application: 26.08.2021).
5. Solomin V.P., Shatrovov O.V., Mihaylov L.A., Malikova T.V. Psihologicheskaya bezopasnost [Psychological safety], M., 2008.
6. Torales J, O’Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. Int. J. Soc. Psychiatry. 2020; 66(4).
7. Biggs A, Brough P, Drummond S. Lazarus and Folkman’s psychological stress and coping theory. In:Cooper CL, Quick JC editors. The handbook of stress and health: A guide to research and practice.Wiley-Blackwell; 2017.
8. Brushlinski A.V. Psihologiya subyekta [Subject psychology], Psihologicheskij jurnal, 2013. T. 24, No 2.
9. Smirnov A.V. Grafologicheskaya Psihodiagnostika lichnosti s ispolzovaniyem metodiki GALS-2005 [Graphological psychodiagnostics of personality using the GALS-2005 technique], Ekaterinburg, 2018.
10. Ekzistentsionalnoye izmereniye v konsultirovanii I psihoterapii [The existential dimension in counseling and psychotherapy], Sostavitel Yu. Abakumova-Kochunene, Birshtonas-Vilnius, 2015.
11. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed., textrev.). Washington, DC: American Psychiatric Association; 2020.
12. Zimbardo F., Boyd D. Paradoks vremeni. Novaya Psihologiya vremeni, kotoraya uluchshit vashu zhizn [The paradox of time. A new psychology of timing that will improve your life], M., 2010.
13. Nyutten Zh. Motivatsia, deystviye I perspektiva budushego [Motivation, action and future perspective], M., 2004.
14. Nartova-Bochaver S.K. «CopingBehavior» v sisteme ponyatiy psihologii lichnosti [“CopingBehavior” in the system of concepts of psychology personallysti], Psihologicheskij zhurnal, 2009, No 5.
15. Volodin N.N. Perinatalnaya psihologiya I psihiatriya [Perinatal psychology and psychiatry], M., 2009.

Мандықаева Алмагүл Рамазанқызы

Қызметі: психология ғылымдарының кандидаты, Л. Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің психология кафедрасының доценті

Пошталық мекенжайы: Қазақстан, Нұр-Сұлтан қаласы, Адольф Янушкевич көшесі, 6.

Махмутова И. Б.

Лауазымы: М-066 психология факультетінің магистранты, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті.

Пошталық мекенжайы: Қазақстан, Нұр-Сұлтан Қ., Адольф Янушкевич к-сі, 6.

Мандықаева Алмагүл Рамазановна

Должность: кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Евразийского Национального университета имени Л.Н Гумилёва

Почтовый адрес: Казахстан г.Нұр-Сұлтан, ул.Адольф Янушкевича, 6.

Махмутова И. Б.

Должность: Магистрант факультета психологии м-066, Евразийского Национального университета имени Л.Н Гумилёва.

Почтовый адрес: Казахстан, г.Нұр-Сұлтан, ул.Адольф Янушкевича, 6.

Mandykayeva Almagul Ramazanovna

Position: Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology of the Eurasian National University named after L.N. Gumilev.

Mailing address: Kazakhstan, Nur-Sultan, Adolf Yanushkevich street, 6.

Makhmutova I.B.

Position: Master's student of the L.N. Gumilyov Eurasian National University, specialty «M-066 Psychology».

Mailing address: Kazakhstan, Nur-Sultan, Adolf Yanushkevich Street, 6.