

Научная статья

УДК 159.9

doi: 10.20323/1813-145X-2022-1-124-175-183

Оксана Евгеньевна Береснева^{1✉}, Ольга Алексеевна Корнилова²¹Старший преподаватель кафедры реабилитологии и сестринского дела ЧУООВО «Медицинский университет «Реавиз»». 443001, г. Самара, ул. Чапаевская, д. 227²Доктор психологических наук, профессор кафедры педагогической и прикладной психологии, первый заместитель директора Самарского филиала ГАОУ ВО г. Москвы «Московский городской педагогический университет». 443084, г. Самара, ул. Ново-Вокзальная, д. 213¹Beresnevae@mail.ru[✉], <https://orcid.org/0000-0002-5901-8585>²kornilovaoa@mgpu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8647-9985>**Взаимосвязь эмоционального интеллекта и копинг-стратегий
у студентов различных форм обучения в период пандемии COVID-19**

Аннотация. После объявления глобальной пандемии COVID-19 во всем мире были приняты строгие меры по профилактике распространения заболевания с целью сохранить жизнь и здоровье населения. Одной из важных мер стал переход учреждений высшего образования на обучение с применением дистанционных форм обучения. Главной проблемой, ставшей актуальной в изменившихся условиях обучения, стало негативное влияние изоляции на психическое здоровье студентов. В многочисленных исследованиях во всем мире авторы указывают на высокий риск развития тревожных состояний, связанных с периодом дистанционного обучения, что связывается с высокой нагрузкой, стрессом и проблемами с адаптацией.

Целью нашей работы явилось определение взаимосвязи развитости эмоционального интеллекта, преобладающих копинг-стратегий и уровня тревожности у студентов медицинского вуза очной и дистанционной форм обучения в период пандемии COVID-19. Задачи: сравнить выраженность ситуативной тревожности у студентов различных форм обучения; определить наличие преобладающих копинг-стратегий по совладанию со стрессом; установить характер взаимосвязей развитости эмоционального интеллекта и выраженности тревожности у студентов различных форм обучения. Для проведения исследования нами были использованы психометрический, социологический и статистический методы.

По результатам исследования мы сформировали следующие выводы: ситуативная тревожность оказалась больше выражена у обучающихся очной формы обучения. Среди копинг-стратегий совладания со стрессом у данных студентов в большей степени представлены самоконтроль, принятие ответственности, планирование решения проблемы, для обучающихся с применением дистанционных технологий — дистанцирование и бегство-избегание. Интегральный средний уровень эмоционального интеллекта ассоциирован с использованием копинг-стратегии «бегство-избегание», что само по себе, на наш взгляд, не ведет к конструктивному решению сложностей по адаптации студентов и позволяет рекомендовать развитие эмоционального интеллекта в качестве профилактики тревожности у студентов и выработки оптимальных стратегий жизнедеятельности, в том числе в период затянувшейся пандемии.

Ключевые слова: пандемия, COVID-19, тревога, копинг, эмоциональный интеллект, обучение, дистанционное обучение

Для цитирования: Береснева О. Е., Корнилова О. А. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и копинг-стратегий у студентов различных форм обучения в период пандемии COVID-19 // Ярославский педагогический вестник. 2022. № 1 (124). С. 175-183. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2022-1-124-175-183>.

Original article

Oksana E. Beresneva^{1✉}, Olga A. Kornilova²¹Senior lecturer in the department of rehabilitation and nursing of the PIEI HE «Medical University «Reaviz». 443001, Samara, Chapayevskaya st., 227²Doctor of psychological sciences, professor of the department of pedagogical and applied psychology, first deputy director of Samara branch of SAEI HE in Moscow «Moscow city pedagogical university». 443084, Samara, Novo-Vokzalnaya st., 213

¹Beresneva oe@mail.ru✉, <https://orcid.org/0000-0002-5901-8585>²kornilovaoa@mgpu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8647-9985>

The relationship of emotional intelligence and coping strategies among students of various forms of education during COVID-19

Abstract. After the announcement of the global pandemic COVID-19, strict measures were taken around the world to prevent the spread of the disease in order to preserve the life and health of the population. One of the important measures was the transition of higher education institutions to learning using distance learning. The main problem that has become relevant in the changed learning environment is the negative impact of isolation on the mental health of students. In numerous studies around the world, the authors indicate a high risk of developing anxiety conditions associated with the period of distance learning, which is associated with high workload, stress and problems with adaptation.

The purpose of our work was to determine the relationship between the development of emotional intelligence, prevailing coping strategies and the level of anxiety among full-time and distance learning students of a medical university during the COVID-19 pandemic. Objectives are to compare the severity of situational anxiety among students of various forms of education; identify their prevailing coping strategies for coping with stress; to establish the nature of the relationship between the development of emotional intelligence and the severity of anxiety in students studying in various forms of education. To conduct the study, we used psychometric, sociological and statistical methods.

Based on the results of the study, we formed the following conclusions: situational anxiety was more pronounced in full-time students. Among coping strategies for coping with stress, these students are more represented: self-control, taking responsibility, planning a solution to the problem, for students using distance technologies — distancing and escape-avoidance. The integral average level of emotional intelligence is associated with the use of the escape-avoidance coping strategy, which in itself does not lead to a constructive solution to the difficulties of adaptation of the student and allows us to recommend methods for the development of emotional intelligence as prevention of anxiety in students and the development of optimal strategies for life, including number during a protracted pandemic.

Keywords: pandemic, COVID-19, anxiety, coping, emotional intelligence, learning, distance learning

For citation: Beresneva O. E., Kornilova O. A. The relationship of emotional intelligence and coping strategies among students of various forms of education during COVID-19. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2022;(1):175-183. (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2022-1-124-175-183>.

Введение

После объявления новой коронавирусной инфекции (COVID-19) 11 марта 2020 г. глобальной пандемией во всем мире были приняты строгие меры по профилактике распространения заболевания с целью сохранить жизнь и здоровье населения. Одной из важных мер сдерживания инфекции стал переход учреждений высшего образования на дистанционное обучение. По данным Всемирной организации здравоохранения, в период пика заболеваемости более 80 % обучающихся во всем мире не посещали университеты и колледжи [Cucinotta, 2020; World Health Organization ... , 2020]. Дистанционное обучение было принято на международном уровне в качестве альтернативной стратегии преподавания и обучения в период вынужденной изоляции [Fawaz, 2021].

Одной из проблем, актуальной в изменившихся условиях обучения, стало негативное влияние изоляции на психическое здоровье студентов. В многочисленных исследованиях во всем мире авторы указывают на высокий риск развития тревожных, депрессивных состояний, связанных

с периодом дистанционного обучения. Mirna Fawaz et al. определили, что внезапный переход к дистанционным методам обучения вызвал симптомы тревоги и депрессии у значительной части студентов, что связано с высокой нагрузкой, стрессом и проблемами адаптации [Fawaz, 2021]. О высоких показателях тревоги у студентов также сообщают Islam с соавторами. Ученые провели в интернете кросс-секционное исследование тревоги и депрессии у обучающихся Бангладеша и выявили, что студенты испытывали повышенную тревогу и выраженность депрессивных симптомов. Авторы связывают это с академическими трудностями и финансовыми проблемами [Depression and anxiety ... , 2020]. По данным Mathilde, две трети обследованных ими французских студентов сообщили об усилении тревожности и негативного действия стресса. Авторы пришли к выводу, что изоляция может иметь серьезные последствия для их психического здоровья [Husky, 2020]. Ученые из Китая в результате крупного кросс-секционного исследования 44 447 студентов пришли к выводу, что с симптомами депрессии и тревоги связано наличие

подтвержденных и подозреваемых случаев заболевания у членов семьи и родственников обучающихся, а также состояние здоровья респондентов [Prevalence of anxiety ... , 2020]. Baloran в кросс-секционном исследовании также указывает, что более половины студентов, обучающихся в условиях изоляции, испытывают тревогу. Автор также указывает, что большинство студентов негативно высказывались относительно дистанционного обучения [Baloran, 2020]. Cao W. et al. отмечают, что в период изоляции с симптомами тревоги связаны задолженности в академической деятельности, а также отсутствие социальной поддержки [The psychological impact... , 2020]. A. Debowska с коллегами обнаружили значительное повышение уровня депрессии по мере прогрессирования пандемии. К группе риска высоких показателей тревоги, депрессии и негативного влияния стресса авторы отнесли, в первую очередь, студентов женского пола в возрасте до 25 лет [A repeated cross-sectional survey ... , 2020].

Высокому риску негативного влияния на психику подвержены студенты медицинских специальностей, являющиеся уязвимой группой для развития тревожных нарушений [Increased levels of anxiety ... , 2020]. Bella Savitsky et al. на выборке, включившей 244 студента медицинского факультета из Израиля, показали, что высоким показателям тревожности способствует страх перед инфекцией, отсутствие средств индивидуальной защиты, проблемы дистанционного обучения. Также высокому показателю тревоги способствовало преобладание в поведении копинг-стратегии «Отвлечение» (употребление алкоголя, седативных средств, а также переедание) [Anxiety and coping strategies... , 2020]. К похожим результатам пришли Basema Saddik et al., обнаружившие повышение уровня тревожности, связанного с дистанционным обучением, у студентов медицинских специальностей. Авторы также указывают, что в группе риска находятся студенты, вынужденные посещать больницы в период пандемии [Increased levels of anxiety... , 2020].

Учитывая описанное выше, мы считаем крайне актуальным изучение психологических факторов, ассоциированных с тревогой у студентов очной формы обучения, а также у обучающихся с применением дистанционных технологий. В качестве такого фактора рассматривают уровень развития эмоционального интеллекта [The influence of emotional intelligence ... , 2020]. Javier Cejudo с коллегами на выборке испанских подростков убедительно показывает наличие от-

рицательной связи между уровнями эмоционального интеллекта и выраженностью тревоги [Emotional intelligence ... , 2018]. В нашей работе мы рассматриваем эмоциональный интеллект в рамках модели Дж. Майера, П. Саловей (1989-1990), где эмоциональный интеллект описывается как навык осознания, регуляции и управления чужими и своими эмоциями и чувствами [Salovey, 1990]. Также в качестве факторов, способствующих преодолению негативного влияния стресса, который также ассоциирован с развитием тревожности, рассматривают применение студентами адекватных копинг-стратегий [Coping strategies ... , 2015]. К сожалению, мы не обнаружили опубликованных работ, в которых представлены результаты исследования ассоциации эмоционального интеллекта, копинг-стратегий и тревоги у студентов различных форм обучения в период пандемии.

Цель: определить взаимосвязь развитости эмоционального интеллекта, преобладающих копинг-стратегий и уровня тревожности у студентов медицинского вуза очной и дистанционной форм обучения в период пандемии новой коронавирусной инфекции.

Мы поставили перед собой следующие задачи:

1. Сравнить выраженность ситуативной тревожности у студентов, обучающихся на дистанционной и очной формах обучения.
2. Определить преобладающие копинг-стратегии у студентов в условиях дистанционной и очной формы обучения.
3. Выявить наличие и характер взаимосвязей преобладающих копинг-стратегий, развитости эмоционального интеллекта и выраженности тревожности у студентов, обучающихся на дистанционной и очной формах обучения в период пандемии новой коронавирусной инфекции.
4. Выявить степень влияния формы обучения, преобладания используемых копинг-стратегий, а также развитости эмоционального интеллекта на уровень ситуативной тревожности.

Методы исследования

Нами были использованы психометрический, социологический и статистический методы. Исследование проводилось на базе «Медицинского университета «РЕАВИЗ» г. Самары в период с сентября 2020 по апрель 2021 г. Все респонденты дали добровольное согласие на участие в исследовании. Выборка была сформирована сплошным методом путем индивидуальной рассылки анкет и диагностических материалов студентам

медицинского университета.

Выделены следующие критерии включения:

1. Возраст респондента старше 18 лет.
2. Наличие ответов на все вопросы представленных анкет.

Критерии не включения: 1. Отказ от участия в исследовании. 2. Наличие пропущенных вопросов при заполнении анкет. 3. Обучение респондента на первом курсе университета, что связано с адаптацией обучающихся к условиям университета. 4. Совмещение обучения с трудоустройством в медицинских организациях.

Изначально в исследование были включены 526 студентов, которые с применением метода блочной рандомизации были поделены на две группы. В дальнейшем из исследования были исключены 46 человек: 16 совмещали обучение с трудоустройством в медицинских организациях; 30 не дали ответов на все предложенные вопросы. В итоговую выборку попали 480 студентов, среди которых 312 (65 %) женского пола, 168 (35 %) мужского пола. Средний возраст респондентов составил $19,45 \pm 0,49$. В исследуемую группу попали 250 студентов, обучающихся в очном режиме, сбор данных у них осуществлялся в апреле — мае 2021 г. Группой контроля стали 230 обучающихся, проходивших обучение с применением дистанционных технологий, сбор данных проходил в октябре — декабре 2020 г.

Анкета содержала ряд открытых и закрытых вопросов, позволяющих определить пол, возраст,

курс обучения, трудоустройство. В качестве психометрических методов были использованы следующие шкалы и опросники. Для определения тревожности была применена шкала тревоги Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина), содержащая 40 вопросов и позволяющая определить выраженность личностной и ситуативной тревожности. Под ситуативной тревожностью понимается текущее состояние, тогда как под личностной имеется в виду устойчивая черта характера [Батаршев, 2005; Диагностики эмоционально-нравственного ... , 2002; Практикум по психологии... , 2004]. В качестве метода определения используемых копинг-стратегий был использован опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (адаптация Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтык, 2004 г.) [Крюкова, 2007; Методика для психологической диагностики ... , 2009; Методики психологической диагностики ... , 2007]. В качестве метода оценки эмоционального интеллекта мы использовали методику диагностики эмоционального интеллекта М. А. Манойловой (МЭИ, 2004 г.). Методика содержит 4 шкалы и позволяет оценить степень умения понимать свои и чужие чувства и эмоциями и управлять ими [Манойлова, 2006].

Результаты исследования

Структура и выраженность ситуативной тревожности у студентов в изучаемой выборке представлена в Таблице 1.

Таблица 1

Структура и выраженность ситуативной тревожности

№	Выраженность	Обучающиеся очной формы обучения (%)	Обучающиеся дистанционной формы обучения	Хи-квадрат; p-value
1.	Высокая	48 (19 %)	59 (26 %)	Хи-квадрат = 4,369; p = 0,112
2.	Средняя	120 (48 %)	91 (40 %)	
3.	Низкая	82 (33 %)	80 (44 %)	

Анализируя представленные данные, можно сделать заключение, что ситуативная тревожность в период пандемии встречается у студентов дистанционной и очной форм обучения, частота ее встречаемости не разотличается. При сравнении показателей тревожности у студентов, обучающихся на очной и дистанционной формах обучения с применением U-критерия Манна — Уитни, было выявлено, что у студентов, обучавшихся очно, выраженность ситуативной тревожности статистически значимо выше ($p = 0,00685$; $Z = -2,703$; $U = 24650,00$).

При сравнении преобладающих копинг-стратегий было определено, что у студентов, обучающихся очно, в большей степени преобла-

дают следующие стратегии: самоконтроль ($p = 0,000$; $Z = -4,086$; $U = 22550,00$), принятие ответственности ($p = 0,000$; $Z = -4,97$; $U = 21200,00$), планирование решения проблемы ($p = 0,000$; $Z = -13,9969$; $U = 7500,00$). В группе студентов, обучающихся с применением дистанционных технологий, преобладали стратегии дистанцирования ($p = 0,000$; $Z = 10,6705$; $U = 12550,00$) и бегства-избегания ($p = 0,000$; $Z = 10,0118$; $U = 13550,00$).

Для поиска ассоциаций эмоционального интеллекта, преобладающих копингов, а также ситуативной и личностной тревожности был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Полученные результаты отражены в таблицах 2-4.

Таблица 2

Взаимосвязь эмоционального интеллекта, копингов и ситуативной тревожности у студентов

№	Показатели	Spearman R	p-value
1.	Конфронтационный копинг	0,095908	0,035676*
2.	Дистанцирование	0,230667	0,000000*
3.	Самоконтроль	-0,042593	0,351774
4.	Поиск социальной поддержки	-0,353143	0,000000*
5.	Принятие ответственности	0,030372	0,506799
6.	Бегство-избегание	-0,026616	0,560763
7.	Планирование решения проблемы	-0,104118	0,022526*
8.	Положительная переоценка	-0,311701	0,000000*
9.	Осознание своих чувств и эмоций	0,091551	0,044988*
10.	Управление своими чувствами и эмоциями	-0,022765	0,618828
11.	Осознание чужих чувств и эмоций	0,115647	0,011225*
12.	Управление чужими чувствами и эмоциями	0,064419	0,158792
13.	Внутриличностный аспект эмоционального интеллекта	0,032027	0,483910
14.	Межличностный аспект эмоционального интеллекта	0,123863	0,006586*
15.	Интегральный показатель эмоционального интеллекта	0,066719	0,144410

Таким образом, можно сделать вывод, что ситуативная тревожность взаимосвязана прямой корреляционной связью с такими шкалами, как конфронтационный копинг, дистанцирование, осознание своих чувств и эмоций, межличност-

ный аспект эмоционального интеллекта, а также обратной корреляционной связью со следующими копингами: поиск социальной поддержки, планирование решения проблемы, положительная переоценка.

Таблица 3

Взаимосвязь эмоционального интеллекта, копингов и личностной тревожности у студентов

№	Показатели	Spearman R	p-value
1.	Конфронтационный копинг	0,125180	0,006029*
2.	Дистанцирование	0,068960	0,131378
3.	Самоконтроль	0,028644	0,531284
4.	Поиск социальной поддержки	-0,239329	0,000000*
5.	Принятие ответственности	0,230640	0,000000*
6.	Бегство-избегание	-0,074771	0,101803
7.	Планирование решения проблемы	0,129919	0,004357*
8.	Положительная переоценка	-0,283412	0,000000*
9.	Осознание своих чувств и эмоций	0,019405	0,671513
10.	Управление своими чувствами и эмоциями	-0,003521	0,938663
11.	Осознание чужих чувств и эмоций	0,045760	0,317085
12.	Управление чужими чувствами и эмоциями	-0,069144	0,130348
13.	Внутриличностный аспект эмоционального интеллекта	0,001089	0,981007
14.	Межличностный аспект эмоционального интеллекта	0,017010	0,710093
15.	Интегральный показатель эмоционального интеллекта	0,028569	0,532356

Таким образом, можно сделать вывод, что личностная тревожность взаимосвязана прямой корреляционной связью со следующими шкалами: конфронтационный копинг, принятие ответственности, планирование решения проблем, а также отрицательной связью с поиском социальной поддержки, положительной переоценкой.

С целью определить наличие и характер взаимосвязей выраженности эмоционального интеллекта (интегральный показатель эмоционального интеллекта) и преобладания копинг-стратегий был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Результаты представлены в Таблице 4.

Таблица 4

Взаимосвязь эмоционального интеллекта и преобладающих копинг-стратегий у студентов

№	Интегральный показатель эмоционального интеллекта и копинг-стратегий	Spearman R	p-value
1.	Конфронтационный копинг	-0,16	0,0004*
2.	Дистанцирование	0,08	0,0765
3.	Самоконтроль	-0,3	0,000*
4.	Поиск социальной поддержки	-0,22	0,000*

№	Интегральный показатель эмоционального интеллекта и копинг-стратегий	Spearman R	p-value
5.	Принятие ответственности	-0,36	0,000*
6.	Бегство-избегание	0,26	0,000*
7.	Планирование решения проблемы	-0,35	0,000*
8.	Положительная переоценка	-0,16	0,0005*

*— $p < 0,05$

Анализируя данные, приведенные в Таблице 4, можно сделать заключение, что для лиц с развитым (средний уровень) эмоциональным интеллектом наиболее характерно использование стратегии бегства-избегания, которая подразумевает возможность быстрого снижения эмоциональной напряженности в условиях стресса за счет гибкого эмоционального реагирования. Анализ результатов коэффициента ранговой корреляции Спирмена между различными аспектами эмоционального интеллекта и преобладающими копинг-стратегиями выявил аналогичные результаты.

Для определения влияния эмоционального интеллекта, преобладающих копингов, а также формы обучения на показатели ситуативной тревожности был применен метод множественной линейной регрессии. Характеристики предикторов модели представлены в Таблице 5. Анализируя представленные данные, можно сделать вывод об отсутствии мультиколлинеарности, что позволяет говорить об адекватности применения регрессионного анализа.

Таблица 5

Влияние ассоциированных факторов на ситуативную тревожность

№	Предполагаемые предикторы	Коэффициент регрессии B*	Стандартная ошибка B*	p-value	VIF
1	Пол (мужской = 1)	-0,271443	0,036829	0,000000*	1,047
2	Форма обучения (дистанционно = 1)	-0,453971	0,058142	0,000000*	2,61
3	Дистанцирование	0,380876	0,047297	0,000000*	1,754
4	Поиск социальной поддержки	-0,219030	0,042322	0,000000*	1,389
5	Принятие ответственности	0,166547	0,043546	0,000149*	1,727
6	Бегство-избегание	-0,101653	0,046954	0,030896*	1,383
7	Планирование решения проблемы	-0,242385	0,050516	0,000002*	1,464
8	Положительная переоценка	-0,252534	0,041765	0,000000*	1,702
9	Осознание своих чувств и эмоций	0,313453	0,047655	0,000000*	1,971
10	Управление чувствами и эмоциями других людей	-0,210214	0,042405	0,000001*	1,347

Прогностическая модель, характеризующая зависимость уровня ситуативной тревожности от факторов, также представленных количественными и качественными показателями, разрабатывалась с помощью метода множественной линейной регрессии. В результате было построено уравнение:

$$\begin{aligned} \text{Выраженность ситуативной тревожности} = & a_0 (\text{константа}) - 0,45 \times (\text{Дистанционная форма обучения} = 1) \\ & - 0,27 \times (\text{Мужской пол} = 1) + 0,38 \times (\text{балл по шкале «Дистанцирование»}) - 0,22 \times (\text{балл по шкале «Поиск} \\ & \text{социальной поддержки»}) + 0,16 \times (\text{балл по шкале «Принятие ответственности»}) - 0,1 \times \\ & (\text{балл по шкале «Бегство-избегание»}) - 0,24 \times (\text{балл по шкале «Планирование решения проблемы»}) - 0,25 \times \\ & (\text{балл по шкале «Положительная переоценка»}) + 0,31 \times (\text{балл по шкале «Осознание своих чувств и эмоций»}) \\ & - 0,21 \times (\text{балл по шкале «Управление чувствами и эмоциями других людей»}) \end{aligned}$$

Полученная регрессионная модель позволяет по заданным значениям указанных факторов находить теоретические значения выраженности ситуативной тревожности. Коэффициент детерминации (R^2) модели составил 0,38 (модель объясняет 38 % дисперсии). Для всех приведенных факторов $p\text{-value} < 0,001$, за исключением баллов по шкале «бегство-избегание» ($p\text{-value} = 0,03$).

валась с помощью метода множественной линейной регрессии. В результате было построено уравнение:

Заключение

В ходе исследования были выявлены следующие закономерности. У студентов, обучающихся очно, в условиях пандемии в большей степени оказалась выражена реактивная тревожность, чем у респондентов, обучающихся дистанционно, и в большей степени преобладают копинг-стратегии: самоконтроль, принятие ответственности, планирование решения проблемы. В группе студентов, обучающихся с применением

дистанционных технологий, преобладали стратегии: дистанцирование и бегство-избегание, балл по шкале «Осознание своих чувств и эмоций». Способствуют высоким баллам по шкале тревоги балл по шкале «Дистанцирование», балл по шкале «Принятие ответственности», балл по шкале «Осознание своих чувств и эмоций», «Положительная переоценка». Факторами, способствующими низким баллам по шкале тревоги: поиск социальной поддержки, балл по шкале «Бегство-избегание», балл по шкале «Планирование решения проблемы». Средний интегральный уровень эмоционального интеллекта ассоциирован с использованием копинг-стратегии «бегство-избегание». Низкие показатели ситуативной тревожности зависят от преобладания копинг-стратегий: поиск социальной поддержки, планирование решения проблемы, что позволяют рекомендовать методы развития эмоционального интеллекта в качестве профилактики тревожности у студентов, в том числе в период затянувшейся пандемии.

Библиографический список

- Батаршев А. В. Базовые психологические свойства и самоопределение личности: практическое руководство по психологической диагностике. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 208 с.
- Диагностики эмоционально-нравственного развития / ред. и сост. И. Б. Дерманова. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 171 с.
- Крюкова Т. Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т. Л. Крюкова, Е. В. Куфтяк // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93-112.
- Манойлова М. А. Методика диагностики эмоционального интеллекта // Акмеология. Методологические и методические проблемы. 2006. Вып. 11. С. 99-104.
- Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями : пособие для врачей и медицинских психологов / Л. И. Вассерман [и др.]. Санкт-Петербург : СПб НИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2009. 38 с.
- Методики психологической диагностики больных с эндогенными расстройствами: усовершенствованная медицинская технология / авт.-сост. А. П. Коцюбинский и др. Санкт-Петербург : СПб НИПНИ им. Бехтерева, 2007. 47 с.
- Практикум по психологии состояний : учебное пособие / под ред. проф. О. А. Прохорова. Санкт-Петербург : Речь, 2004. 480 с.
- A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland / A. Debowska et al. // Psychological Medicine. 2020. № 1-4. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers.aspx?referenceid=3023460> (дата обращения: 13.01.2022).
- Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic / B. Savitsky et al. // Nurse Education in Practice. 2020. Vol. 46. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471595320303371?via%3Dihub> (дата обращения: 13.01.2022).
- Baloran E. T. Knowledge, attitudes, anxiety, and coping strategies of students during COVID-19 pandemic // Journal of Loss and Trauma. 2020. Vol. 25, № 8. P. 635-642.
- Coping strategies in a sample of anxiety patients: factorial analysis and associations with psychopathology / G. Pozzi et al. // Brain and Behavior. 2015. Vol. 5, № 8. URL: https://www.researchgate.net/publication/279521055_Coping_strategies_in_a_sample_of_anxiety_patients_Factorial_analysis_and_associations_with_psychopathology (дата обращения: 13.01.2022).
- Cucinotta D. WHO declares COVID-19 a pandemic / D. Cucinotta, M. Vanelli // Acta Bio Medica: Atenei Parmensis. 2020. Vol. 91, № 1. P. 157-160.
- Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey / M. A. Islam et al. // PloS ONE. 2020. Vol. 15, № 8. URL: https://www.researchgate.net/publication/343893137_Depression_and_anxiety_among_university_students_during_the_COVID-19_pandemic_in_Bangladesh_A_web-based_cross-sectional_survey (дата обращения: 12.01.2022).
- Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents / J. Cejudo et al. // International journal of environmental research and public health. 2018. Vol. 15, № 6. URL: https://www.researchgate.net/publication/325398887_Emotional_Intelligence_and_Its_Relationship_with_Levels_of_Social_Anxiety_and_Stress_in_Adolescents (дата обращения: 13.01.2022).
- Fawaz M. E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine / M. Fawaz, A. Samaha // Nursing Forum. 2021. Vol. 56. № 1. P. 52-57.
- Husky M. M. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement / M. M. Husky, V. Kovess-Masfety, J. D. Swendsen // Comprehensive Psychiatry. 2020. Vol. 102. URL: https://www.researchgate.net/publication/342884668_Stress_and_anxiety_among_university_students_in_France_during_Covid-19_mandatory_confinement (дата обращения: 13.01.2022).

Increased levels of anxiety among medical and non-medical university students during the COVID-19 pandemic in the United Arab Emirates / B. Saddik et al. // Risk Management and Healthcare Policy. 2020. Vol. 13. P. 2395-2406.

Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study / Z. H. Wang et al. // Journal of affective disorders. 2020. Vol. 275. P. 188-193.

Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // Imagination, cognition and personality. 1990. Vol. 9. № 3. P. 185-211.

The influence of emotional intelligence on resilience, test anxiety, academic stress and the mediterranean diet. A Study with university students / R. Trigueros et al. // International journal of environmental research and public health. 2020. Vol. 17, № 6. URL: https://www.researchgate.net/publication/340074962_The_Influence_of_Emotional_Intelligence_on_Resilience_Test_Anxiety_Academic_Stress_and_the_Mediterranean_Diet_A_Study_with_University_Students (дата обращения: 13.01.2022).

The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China / W. Cao et al. // Psychiatry research. 2020. Vol. 33, Issue 3. URL: <https://gpsych.bmj.com/content/33/3/e100259> (дата обращения: 13.01.2022).

World Health Organization. Novel Coronavirus (2019-nCoV): situation report — 3. 23 January 2020. URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200123-sitrep-3-2019-ncov.pdf> (дата обращения: 12.01.2022).

Reference list

Batarshv A. V. Bazovye psihologicheskie svojstva i samoopredelenie lichnosti: prakticheskoe rukovodstvo po psihologicheskoy diagnostike = Basic psychological properties and personality self-determination: a practical guide to psychological diagnosis. Sankt-Peterburg : Rech', 2005. 208 s.

Diagnostiki jemocional'no-nravstvennogo razvitiya = Diagnostics of emotional and moral development / red. i sost. I. B. Dermanova. Sankt-Peterburg : Rech', 2002. 171 s.

Krjukova T. L. Oprosnik sposobov sovladanija (adaptacija metodiki WCQ) = Coping methods questionnaire (WCQ Adaptation) / T. L. Krjukova, E. V. Kuftjak // Zhurnal prakticheskogo psihologa. 2007. № 3. S. 93-112.

Manojlova M. A. Metodika diagnostiki jemocional'nogo intellekta = Emotional Intelligence Diagnostic Technique // Akmeologija. Metodologicheskie i metodicheskie problemy. 2006. Vyp. 11. S. 99-104.

Metodika dlja psihologicheskoy diagnostiki sposobov sovladanija so stressovymi i problemnymi dlja lichnosti situacijami = Methodology for psychological diagnosis of coping with stressful and personality-problematic situations : posobie dlja vrachej i medicinskih psihologov / L.

I. Vasserman [i dr.]. Sankt-Peterburg : SPb NIPNI im. V. M. Behtereva, 2009. 38 s.

Metodiki psihologicheskoy diagnostiki bol'nyh s jendogennymi rasstrojstvami: usovershenstvovannaja medicinskaja tehnologija = Methods of psychological diagnosis of patients with endogenous disorders: advanced medical technology / avt.-sost. A. P. Kocjubinskij i dr. Sankt-Peterburg : SPb NIPNI im. Behtereva, 2007. 47 s.

Praktikum po psihologii sostojanij = State psychology workshop : uchebnoe posobie / pod redakciej prof. O. A. Prohorova. Sankt-Peterburg : Rech', 2004. 480 s.

A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland / A. Debowska et al. // Psychological Medicine. 2020. № 1-4. URL: <https://www.scrip.org/reference/referencespapers.aspx?referenceid=3023460> (data obrashhenija: 13.01.2022).

Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic / B. Savitsky et al. // Nurse Education in Practice. 2020. Vol. 46. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471595320303371?via%3Dihub> (data obrashhenija: 13.01.2022).

Baloran E. T. Knowledge, attitudes, anxiety, and coping strategies of students during COVID-19 pandemic // Journal of Loss and Trauma. 2020. Vol. 25, № 8. P. 635-642.

Coping strategies in a sample of anxiety patients: factorial analysis and associations with psychopathology / G. Pozzi et al. // Brain and Behavior. 2015. Vol. 5, № 8. URL: https://www.researchgate.net/publication/279521055_Coping_strategies_in_a_sample_of_anxiety_patients_Factorial_analysis_and_associations_with_psychopathology (data obrashhenija: 13.01.2022).

Cucinotta D. WHO declares COVID-19 a pandemic / D. Cucinotta, M. Vanelli // Acta Bio Medica: Atenei Parmensis. 2020. Vol. 91, № 1. P. 157-160.

Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemic in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey / M. A. Islam et al. // PloS ONE. 2020. Vol. 15, № 8. URL: https://www.researchgate.net/publication/343893137_Depression_and_anxiety_among_university_students_during_the_COVID-19_pandemic_in_Bangladesh_A_web-based_cross-sectional_survey (data obrashhenija: 12.01.2022).

Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents / J. Cejudo et al. // International journal of environmental research and public health. 2018. Vol. 15, № 6. URL: https://www.researchgate.net/publication/325398887_Emotional_Intelligence_and_Its_Relationship_with_Levels_of_So

cial_Anxiety_and_Stress_in_Adolescents (data obrashhenija: 13.01.2022).

Fawaz M. E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine / M. Fawaz, A. Samaha // Nursing Forum. 2021. Vol. 56. № 1. P. 52-57.

Husky M. M. Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement / M. M. Husky, V. Kovess-Masfety, J. D. Swendsen // Comprehensive Psychiatry. 2020. Vol. 102. URL: https://www.researchgate.net/publication/342884668_Stress_and_anxiety_among_university_students_in_France_during_Covid-19_mandatory_confinement (data obrashhenija: 13.01.2022).

Increased levels of anxiety among medical and non-medical university students during the COVID-19 pandemic in the United Arab Emirates / B. Saddik et al. // Risk Management and Healthcare Policy. 2020. Vol. 13. P. 2395-2406.

Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study / Z. H. Wang et al. // Journal of affective disorders. 2020. Vol. 275. P. 188-193.

Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, J. D. Mayer // Imagination, cognition and personality. 1990. Vol. 9. № 3. P. 185-211.

The influence of emotional intelligence on resilience, test anxiety, academic stress and the mediterranean diet. A Study with university students / R. Trigueros et al. // International journal of environmental research and public health. 2020. Vol. 17, № 6. URL: https://www.researchgate.net/publication/340074962_The_Influence_of_Emotional_Intelligence_on_Resilience_Test_Anxiety_Academic_Stress_and_the_Mediterranean_Diet_A_Study_with_University_Students (data obrashhenija: 13.01.2022).

The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China / W. Cao et al. // Psychiatry research. 2020. Vol. 33, Issue 3. URL: <https://gpsych.bmj.com/content/33/3/e100259> (data obrashhenija: 13.01.2022).

World Health Organization. Novel Coronavirus (2019-nCoV): situation report — 3. 23 January 2020. URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200123-sitrep-3-2019-ncov.pdf> (data obrashhenija: 12.01.2022).

Статья поступила в редакцию 08.11.2021; одобрена после рецензирования 02.12.2021; принята к публикации 13.01.2022.

The article was submitted on 08.11.2021; approved after reviewing 02.12.2021; accepted for publication on 13.01.2022.