

Особенности академической адаптации студентов с различным уровнем толерантности к неопределенности

Н. Н. Королева¹, Ю. В. Дмитриева¹, О. О. Копырина²

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 191186, Россия, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, д. 48

² Филиал Федерального казенного учреждения «Налог-Сервис» Федеральной налоговой службы (г. Москва) в г. Санкт-Петербурге, 125373, Россия, г. Москва, пр. Походный, д. 3

Сведения об авторах:

Наталья Николаевна Королева

e-mail: korolevanatalya@mail.ru

SPIN: 7938-1082

Scopus AuthorID: 56661930800

ResearcherID: D-9910-2017

ORCID: 0000-0003-4399-6330

Юлия Витальевна Дмитриева

e-mail: dmitrievaju@rambler.ru

SPIN: 3866-4248

Ольга Олеговна Копырина

e-mail: olyakopyrina@mail.ru

© Авторы (2025).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования характеристик академической адаптации у студентов с различным уровнем толерантности-интолерантности к неопределенности. В условиях интенсивных социально-экономических преобразований, модернизации образовательной среды, возрастания требований к профессиональным компетенциям и личностным качествам работников в соответствии с динамично меняющимся рынком труда, устойчивость студентов к неопределенности становится важной составляющей адаптации к обучению в вузе и к дальнейшей профессиональной деятельности. В то же время малоисследованным остается вопрос о взаимосвязи характеристик адаптации к обучению и способности конструктивно действовать в ситуациях неопределенности у студенческой молодежи. В исследовании приняли участие 88 студентов бакалавриата и специалитета различных направлений подготовки в возрасте от 18 до 25 лет. Психодиагностический комплекс включал в себя

опросник толерантности к неопределенности Т. В. Корниловой, методику академической адаптации студентов Р. М. Шамянова и др., шкалу академической мотивации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина, многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина, методику диагностики доминирующего психического состояния Л. В. Куликова. Выявлено, что студенты с высоким уровнем толерантности к неопределенности отличаются меньшей выраженностью внешней мотивации учебной деятельности, лучше адаптированы к познавательной деятельности и коммуникации в обучении, но более склонны к депрессивному настроению. Студенты, обладающие интолерантностью к неопределенности, характеризуются пессимистичностью в сочетании с низким уровнем индивидуалистичности, социальной нормативностью, но более высоким уровнем академической адаптации. У обучающихся с высоким уровнем интолерантности к неопределенности в межличностных отношениях выявлена более выраженная учебная мотивация, при этом снижен общий уровень академической адаптации, проявляются трудности в общении, утомление, физическое и эмоциональное напряжение в процессе обучения. Полученные результаты показывают наличие различных способов адаптации к обучению в вузе у студентов в зависимости от способности к принятию ситуаций, связанных с неполнотой информации, неизвестностью, противоречивостью. Это обуславливает необходимость разработки программ академической адаптации студентов с учетом толерантности-интолерантности к неопределенности.

Ключевые слова: академическая адаптация, академическая мотивация, толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, студенты

Academic adaptation of students with different levels of tolerance to uncertainty

N. N. Koroleva¹, Y. V. Dmitrieva¹, O. O. Kopyrina²

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia, 48 Moika Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

² Saint Petersburg Branch Office, Tax-Service, Federal State-Owned Company of the Federal Tax Service (Moscow), 3 Pokhodny Ave., Moscow 125373, Russia

Authors:

Natalya N. Koroleva

e-mail: korolevanatalya@mail.ru

SPIN: 7938-1082

Scopus AuthorID: 56661930800

ResearcherID: D-9910-2017

ORCID: 0000-0003-4399-6330

Yuliya V. Dmitrieva

e-mail: dmitrievaju@rambler.ru

SPIN: 3866-4248

Olga O. Kopyrina

e-mail: olyakopyrina@mail.ru

Copyright:

© The Authors (2025).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. The article presents the results of an empirical study on the academic adaptation of students with different levels of tolerance to uncertainty. Tolerance to uncertainty is an important component of students' adaptation to university life and to their subsequent professional activity in the context of rapid socio-economic transformations, the modernization of the educational environment, and increasing demands on professional competencies and personal qualities in a dynamically changing labor market. The relationship between students' academic adaptation and their ability to act constructively in situations of uncertainty remains insufficiently understood. The study involved 88 undergraduate (four-year higher education) and specialist-degree (five-year higher education) students from various fields of study aged 18 to 25 years. Psychodiagnostic methods included the Tolerance to Uncertainty Questionnaire by T. V. Kornilova, the Student Academic Adaptation Questionnaire by R. M. Shamionov et al., the Scale of Academic Motivation by T. O. Gordeeva, O. A. Sychev, and E. N. Osin, the Adaptivity Multilevel Personality Questionnaire by A. G. Mak-

lakov and S. V. Chermyanin, and the Questionnaire for Assessing the Dominant Mental State by L. V. Kulikov. The study showed that students with a high level of tolerance to uncertainty exhibited less pronounced external academic motivation, were better adapted to cognitive activity and communication in the learning process, but were more prone to depressive moods. Students with intolerance to uncertainty demonstrated pessimism, social normality, and a low level of individualism, but had a higher level of academic adaptation. Students with a high level of intolerance to uncertainty in interpersonal relationships showed stronger academic motivation but reduced overall level of academic adaptation, reporting communication difficulties, fatigue, and physical and emotional stress during their studies. The findings indicate that students adapt to university education in different ways depending on their ability to accept situations involving incomplete information, uncertainty, or inconsistency. This highlights the need to develop academic adaptation programs that take into account students' tolerance or intolerance to uncertainty.

Keywords: academic adaptation, academic motivation, tolerance to uncertainty, intolerance to uncertainty, students

Введение

Современный мир характеризуется интенсивными социально-экономическими преобразованиями, постоянным возрастанием информационно-коммуникативных потоков, кардинальными изменениями

во всех ключевых сферах жизнедеятельности. Цифровизация общества влечет за собой необходимость постоянной адаптации к технологическим инновациям, к постоянно изменяющейся информационной среде. Существенно меняется рынок труда, появляются новые требования к профес-

сионалам, которые включают в себя способность к обучению, саморазвитию, стремление к познанию нового, рефлексивность, высокий уровень саморегуляции и самоорганизации. В соответствии с «вызовами времени» модернизируется система образования, активно внедряются новые образовательные модели и технологии, возрастают требования как к педагогам, так и к обучающимся.

Кардинальные трансформации общества в информационную эпоху порождают такие феномены, как амбивалентность, многомерность смысловых контекстов, нелинейность траекторий развития, размывание границ реального и виртуального мира. Современная реальность может быть охарактеризована как «текущая современность» (Бауман 2008), как динамичный мир, в котором постоянно происходят изменения, имеющие ненаправленный, спонтанный, непредсказуемый характер. Неопределенность, изменчивость сегодня становятся одними из существенных характеристик жизненного мира человека (Сапогова 2023). Это, с одной стороны, создает условия для свободы самореализации, творческого самовыражения личности, с другой стороны, может приводить к затруднениям социализации, сложностям в планировании будущего, построении жизненных и профессиональных планов.

Соответственно, в настоящее время происходит становление новых форм и способов адаптации к сложной, постоянно изменяющейся социальной среде. Одной из значимых характеристик, способствующих успешной деятельности, раскрытию личностного потенциала в современных условиях, становится толерантность к неопределенности. На сегодняшний день в психологической науке существуют различные определения данного понятия, Толерантность к неопределенности рассматривается как метакогниция, личностная черта, установка и др. Вслед за Т. В. Корниловой, М. С. Зиренко (Зиренко, Корнилова 2021), А. В. Митрофановой, Ю. Э. Макаревной (Митрофанова, Ма-

каревая 2024), Е. В. Чукановым (Чуканов 2025) и др. в данной работе мы понимаем толерантность к неопределенности как сложную, многокомпонентную личностную характеристику, которая представляет собой склонность к принятию противоречий, двусмысленности, неполноты информации; открытость новому опыту, способность сохранять устойчивость в условиях неизвестности, принимать решения и действовать в неоднозначных ситуациях, осознавать потенциал возможности в разнообразии, изменении обстоятельств жизни.

В ряде современных исследований раскрывается взаимосвязь толерантности к неопределенности с характеристиками адаптационного потенциала и психологического благополучия личности. Выявлено, что у лиц зрелого возраста устойчивость к неопределенности связана с более успешной социально-психологической адаптацией (Мухина, Князева 2021). При этом людям, испытывающим затруднения в адаптации к современной цифровой среде, свойственно противоречивое отношение к неопределенности (Карабанова и др. 2024). Показано, что низкий уровень толерантности к неопределенности предполагает использование неконструктивных копинг-стратегий, связан с фрустрацией, самообвинением, неудовлетворенностью собой, низким уровнем психологического благополучия (Кирилюк, Пенявская 2023).

Толерантность-интолерантность к неопределенности также опосредует социально-психологическую адаптацию у студенческой молодежи. Так, студенты с высоким уровнем устойчивости к условиям неопределенности более успешны в обучении, обладают индивидуальными познавательными стилями, конструктивно взаимодействуют с преподавателями (Лазюк, Белоглазова 2020). Такие обучающиеся ориентированы на ценности альтруизма, свободы и власти, направлены на процесс деятельности, инициативны, обладают инновационным потенциалом (Павлова, Чупряева 2020). В то же время малоизу-

ченным остается вопрос о взаимосвязи устойчивости к ситуациям неопределенности и различных характеристик адаптации к обучению в вузе у современной студенческой молодежи. Исходя из вышеизложенного, цель данного исследования состояла в определении специфики академической адаптации у студентов в зависимости от уровня толерантности к неопределенности.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 88 студентов первых и вторых курсов вузов Москвы и Санкт-Петербурга в возрасте от 18 до 25 лет, обучающихся по различным направлениям подготовки, из них 64 женщины и 24 мужчины, 40 студентов первого курса и 48 студентов второго курса. При этом каждый обучающийся получал высшее образование впервые. 72 респондента имели среднее общее образование, 16 человек – среднее профессиональное образование.

Психодиагностический комплекс включал в себя следующие методики: опросник толерантности к неопределенности Т. В. Корниловой, методика академической адаптации студентов (ШАМ) Р. М. Шамянова и др., шкала академической мотивации Т. О. Гордеевой, О. А. Сычева, Е. Н. Осина, многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО) А. Г. Макакова и С. В. Чермянина, методика диагностики доминирующего психического состояния (ДС) Л. В. Куликова. Статистическая обработка результатов осуществлялась посредством расчета описательных статистик, анализа различий в исследуе-

мых группах с помощью Т-критерия Стьюдента, выявления взаимосвязей исследуемых характеристик посредством корреляционного анализа.

Результаты и их обсуждение

На первом этапе исследования нами был проведен сравнительный анализ показателей академической адаптации в группах студентов с различным уровнем выраженности показателей толерантности к неопределенности, интолерантности к неопределенности, межличностной толерантности к неопределенности (по методике Т. В. Корниловой). Поскольку шкалы методики измеряют относительно независимые параметры, характеризующие исследуемый феномен, сравнение групп по каждому из них позволяет получить более детализированную картину специфики академической адаптации студентов в зависимости от разных аспектов их отношения к неопределенности. Необходимо отметить, что респондентов с низким уровнем выраженности данных свойств не было обнаружено, поэтому группы сравнения составили респонденты со средним (умеренным) и высоким уровнем значений.

В таблице 1 представлены статистически достоверные различия в группах студентов со средним и высоким уровнем выраженности толерантности к неопределенности. При этом большинство студентов исследуемой выборки (77 человек) имели средний уровень выраженности данного показателя, высокий уровень толерантности к неопределенности был выявлен только у 11 респондентов.

Таблица 1. Сравнение средних значений показателей академической адаптации в группах студентов с высоким и низким уровнем толерантности к неопределенности (ТН)

Показатели	Студенты со средним уровнем ТН, N=77		Студенты с высоким уровнем ТН, N=11		t	p
	M	SD	M	SD		
Академическая мотивация самоуважения	14,29	4,34	11,45	3,96	2,05	0,04
Интроецированная академическая мотивация	11,88	4,44	9,00	3,13	2,08	0,04
Экстернальная академическая мотивация	10,66	4,50	7,45	2,88	2,29	0,02
Шкала пессимистичности	9,68	2,58	11,36	2,84	-2,00	0,05

Как видно из таблицы 1, в данных группах выявлены различия по показателям шкала академической мотивации (ШАМ) и по базовой шкале методики «Адаптивность». Так, у студентов с высоким уровнем толерантности к неопределенности в меньшей степени выражены внешние мотивы обучения, связанные с чувством долга, стыдом, общественным давлением. Они не стремятся повышать свою самооценку за счет высоких академических оценок. В то же время такие студенты более склонны к пессимистичности. По всей

видимости, студенты, открытые к новизне, способные к нестандартным решениям, акцентируют свое внимание не только на успехах, но и на рисках, нередко сомневаются в себе, чувствительны к возможным неудачам.

Несколько иные результаты получены при сравнении групп студентов с умеренным и высоким уровнем интолерантности к неопределенности (таблица 2). Различия выявлены по показателям методики диагностики доминирующего состояния, методики академической адаптации и базовым шкалам методики «Адаптивность».

Таблица 2. Сравнение средних значений показателей академической адаптации в группах студентов с высоким и низким уровнем интолерантности к неопределенности (ИТН)

Показатели	Студенты со средним уровнем ИТН, N=49		Студенты с высоким уровнем ИТН, N=39		t	p
	M	SD	M	SD		
Бодрость	26,86	8,16	23,38	6,17	2,20	0,03
Шкала импульсивности	10,35	3,44	8,33	3,12	2,84	0,01
Шкала индивидуалистичности	14,82	5,95	12,10	6,21	2,09	0,04
Интегральный показатель академической адаптации	29,70	5,70	33,32	4,80	-2,29	0,02

Студенты с высоким уровнем интолерантности к неопределенности отличаются низким уровнем бодрости, склонностью к унынию и пессимизму, но при этом менее импульсивны и придерживаются социальных норм в поведении, ориентируются на общепринятые, устоявшиеся

представления, и в целом лучше адаптированы к обучению.

Обратимся к результатам сравнительного анализа в группах с различным уровнем интолерантности в межличностных отношениях (таблица 3).

Таблица 3. Сравнение средних значений показателей академической адаптации в группах студентов с высоким и низким уровнем межличностной интолерантности к неопределенности (МИТН)

Показатели	Студенты со средним уровнем МИТН, N=57		Студенты с высоким уровнем МИТН, N=31		t	p
	M	SD	M	SD		
Мотивация достижения	12,70	4,52	14,97	3,83	-2,37	0,02
Экстернальная мотивация	11,19	4,60	8,55	3,64	2,76	0,01
Мотивационный компонент академической адаптации	5,34	1,53	6,01	0,90	-2,23	0,03

В данных группах выявлены различия по показателям шкалы академической мотивации и методики академической адаптации. Студенты с умеренным принятием неопределенности в коммуникатив-

ных ситуациях характеризуются более выраженной мотивацией достижения и учебной мотивацией. У респондентов с высокой устойчивостью к межличностной неопределенности преобладает внешняя мо-

тивация обучения, для них большое значение имеет мнение других людей, общественное давление.

На втором этапе нами был проведен корреляционный анализ на всей выборке студентов для уточнения и дополнения результатов, полученных в ходе сравнения указанных групп. Были получены статистически значимые взаимосвязи показателей толерантности-интолерантности к неопределенности и академической адаптации. Показатель толерантности к неопределенности имеет положительные корреляции с познавательным компонентом ($r = 0,23$, $p < 0,05$) и коммуникативным компонентом академической адаптации ($r = 0,22$, $p < 0,05$). При этом интолерантность к неопределенности положительно взаимосвязана с личностным ($r = 0,35$, $p < 0,05$), познавательным ($r = 0,23$, $p < 0,05$), коммуникативным ($r = 0,29$, $p < 0,05$), эмоционально-оценочным ($r = 0,33$, $p < 0,05$) и мотивационным ($r = 0,31$, $p < 0,05$) компонентами академической адаптации. Шкала межличностной интолерантности к неопределенности имеет отрицательные корреляционные связи с психофизиологическим ($r = -0,43$, $p < 0,05$), коммуникативным компонентом адаптации ($r = -0,27$, $p < 0,05$) и интегральной оценкой академической адаптации ($r = -0,24$, $p < 0,05$).

Полученные результаты показывают сложный характер взаимосвязи отношения к неопределенности и академической адаптации у студентов. Так, студенты с высоким уровнем толерантности к неопределенности менее ориентированы на внешние мотивы обучения, проявляют более высокую адаптивность в познании нового и общении. В то же время им свойственны депрессивность, обидчивость, чувстви-

тельность к рискам и возможным неудачам. Студенты, стремящиеся к предсказуемости и определенности, более пессимистичны, социально нормативны, не склонны проявлять индивидуальность, при этом хорошо адаптируются к условиям обучения. У студентов с негативным отношением к неопределенности в общении прослеживается высокая учебная мотивация. Однако они испытывают больше сложностей в адаптации, связанных с коммуникативными проблемами, физическими и эмоциональными перегрузками в учебной деятельности.

Выводы

1. Студенты с различным отношением к неопределенности характеризуются разными способами адаптации к учебной деятельности в вузе: обучающиеся с выраженной толерантностью к неопределенности не руководствуются внешними мотивами, более адаптированы к познавательным и коммуникативным аспектам обучения, но глубоко переживают неудачи; студенты, ориентированные на предсказуемость и стабильность, лучше адаптируются к организованным условиям учебной среды, при этом предпочитают нормативные, шаблонные решения и способы поведения; студенты, менее устойчивые к неопределенности в общении, мотивированы на академические достижения, однако испытывают затруднения в адаптации, связанные с физическим и психическим напряжением, проблемами в коммуникации.

2. Полученные результаты могут выступать основаниями для разработки дифференцированных программ помощи студентам в академической адаптации студентов с учетом толерантности-интолерантности к неопределенности.

Литература

- Бауман, З. (2008) *Текущая современность*. СПб.: Питер, 238 с.
- Зиренко, М. С., Корнилова, Т. В. (2021) Толерантность к неопределенности, интеллект и личностные черты: кросс-культурное исследование российских и американских студентов. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки*, № 1, с. 20–31. DOI: 10.18384/2310-7235-2021-1-20-31

- Карабанова, О. А., Тихомандрицкая, О. А., Молчанов, С. В. (2024) Связь базовых ценностей личности с характером психологической адаптации к глобальным цифровым рискам. *Психологическая наука и образование*, т. 29, №4, с. 104–125. DOI: 10.17759/pse.2024290409
- Кирилюк, М. И., Пенявская, А. В. (2023) Coping Behavior in Young People with Different Levels of Ambiguity Tolerance. *СибСкрипт*, т. 25, № 5 (99), с. 665–676. DOI: 10.21603/sibscript-2023-25-5-665-676
- Лазюк, И. В., Белоглазова, Ю. А. (2020) Когнитивные стили и толерантность к неопределенности как факторы адаптации студентов к обучению в ВУЗе. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*, т. 9, № 4 (33), с. 343–348. DOI: 10.26140/anip-2020-0904-0078
- Митрофанова, А. В., Макаревская, Ю. Э. (2024) Влияние уровня толерантности к неопределенности на способность к прогнозированию. *Гуманизация образования*, № 3, с. 4–17. DOI: 10.24412/2541-8734-2024-3-4-17
- Мухина, С. Е., Князева, Ю. С. (2021) Толерантность к ситуации неопределенности как условие социально-психологической адаптации взрослых. *Развитие человека в современном мире*, № 1, с. 55–68.
- Павлова, Е. В., Чупряева, Н. П. (2020) Толерантность к неопределенности как предиктор готовности студентов к цифровизации образования. *Мир науки. Педагогика и психология*, т. 8, № 3, с. 66.
- Сапогова, Е. Е. (2023) «Текущий субъект» в «текущей современности»: проблемы социализации в условиях неопределенности. *Проблемы современного образования*, № 1, с. 54–66. DOI: 10.31862/2218-8711-2023-1-54-66
- Чуканов, Е. В. (2025) Психология неопределенности: истоки и современность. *Вестник Донецкого национального университета. Серия Д: Филология и психология*, № 4, с. 239–249. DOI: 10.5281/zenodo.15814649

References

- Bauman, Z. (2008) *Tekuchaya sovremennost' [Liquid Modernity]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 238 p. (In Russian)
- Chukanov, E. V. (2025) Psikhologiya neopredelennosti: istoki i sovremennost' [Psychology of uncertainty: origins and modernity]. *Vestnik Donetskogo natsional'nogo universiteta. Seriya D: Filologiya i psikhologiya — Bulletin of Donetsk National University. Series D: Philology and Psychology*, no. 4, 239–249. DOI: 10.5281/zenodo.15814649 (In Russian)
- Karabanova, O. A., Tikhomandritskaya, O. A., Molchanov, S. V. (2024) Svyaz' bazovykh tsennostej lichnosti s kharakterom psikhologicheskoy adaptatsii k global'nym tsifrovym riskam [Relationship of basic personal values with the nature of psychological adaptation to global digital risks]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie — Psychological Science and Education*, vol. 29 (4), pp. 104–125. DOI:10.17759/pse.2024290409 (In Russian)
- Kirilyuk, M. I., Penyavskaya, A. V. (2023) Coping Behavior in Young People with Different Levels of Ambiguity Tolerance. *SibScript*, vol. 25, no. 5 99, pp. 665–676. DOI: 10.21603/sibscript-2023-25-5-665-676 (In English)
- Lazyuk, I. V., Beloglazova, Yu. A. (2020) Kognitivnye stili i tolerantnost' k neopredelennosti kak faktory adaptatsii studentov k obucheniyu v VUZe [Cognitive styles and tolerance for ambiguity as factors of students' adaptation to university learning]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya — Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, vol. 9, no. 4 33, pp. 343–348. DOI:10.26140/anip-2020-0904-0078 (In Russian)
- Mitrofanova, A. V., Makarevskaya, Yu. E. (2024) Vliyanie urovnya tolerantnosti k neopredelennosti na sposobnost' k prognozirovaniyu [Influence of ambiguity tolerance on forecasting

- ability]. *Gumanizatsiya obrazovaniya — Humanization of Education*, no. 3, pp. 4–17. DOI:10.24412/2541-8734-2024-3-4-17 (In Russian)
- Mukhina, S. E., Knyazeva, Yu. S. (2021) Tolerantnost' k situatsii neopredelennosti kak uslovie sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii vzroslykh [Tolerance for uncertainty as a condition of socio-psychological adaptation in adults]. *Razvitie cheloveka v sovremennom mire — Human Development in the Modern World*, no. 1, pp. 55–68. (In Russian)
- Pavlova, E. V., Chupryaeva, N. P. (2020) Tolerantnost' k neopredelennosti kak prediktor gotovnosti studentov k tsifrovizatsii obrazovaniya [Tolerance for ambiguity as a predictor of students' readiness for digitalization of education]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya — World of Science. Pedagogy and Psychology*, no. 8 (3), p. 66. (In Russian)
- Sapogova, E. E. (2023) "Tekuchij sub"ekt" v "tekuchej sovremennosti": problemy sotsializatsii v usloviyakh neopredelennosti ["Fluid subject" in "liquid modernity": problems of socialization under uncertainty]. *Problemy sovremennogo obrazovaniya — Problems of Modern Education*, no. 1, pp. 54–66. DOI:10.31862/2218-8711-2023-1-54-66 (In Russian)
- Zirenko, M. S., Kornilova, T. V. (2021) Tolerantnost' k neopredelyonnosti, intellekt i lichnostnye cherty: kross-kul'turnoe issledovanie rossiyskikh i amerikanskikh studentov [Tolerance for ambiguity, intelligence, and personality traits: a cross-cultural study of Russian and American students]. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Psikhologicheskie nauki — Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychological Sciences*, no. 1, pp. 20–31. DOI:10.18384/2310-7235-2021-1-20-31 (In Russian)