



Научно-исследовательский журнал «*International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии*»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 5 / 2025, Vol. 8, Iss. 5 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

УДК 159.9

<sup>1</sup> Соболевская Т.В.,

<sup>1</sup> Тихоокеанский государственный университет

## Салютогенный подход в образовательной среде университета: теоретические основы и практическое применение

**Аннотация:** современная образовательная система сталкивается с вызовами, связанными с ростом стресса, снижением мотивации и ухудшением психического здоровья студентов, обусловленными цифровизацией, социально-экономической неопределенностью и последствиями пандемии COVID-19. В этом контексте актуален салютогенный подход А. Антоновского, фокусирующийся на укреплении здоровья через развитие чувства когерентности (понятность, управляемость, осмыслинность) и генерализованных ресурсов сопротивления. Статья рассматривает применение данного подхода в образовательной среде университета, подчеркивая его эффективность в создании здоровьесберегающей образовательной среды. Примером служит научно-образовательный психологический клуб ТОГУ, где через интеграцию теории и практики, коллaborативное обучение и рефлексию студенты развивают профессиональные и личностные ресурсы, повышающие психологическую устойчивость. Салютогенез предполагает смещение акцента с устранения проблем на развитие сильных сторон студентов, что способствует снижению тревожности и повышению благополучия.

**Ключевые слова:** образовательная среда, салютогенный подход, студенты, генерализованные ресурсы сопротивления, чувство когерентности, здоровьесберегающая среда

**Для цитирования:** Соболевская Т.В. Салютогенный подход в образовательной среде университета: теоретические основы и практическое применение // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 5. С. 184 – 190.

Поступила в редакцию: 19 марта 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 15 мая 2025 г.; Принята к публикации: 4 июля 2025 г.

<sup>1</sup> Sobolevskaya T.V.,

<sup>1</sup> Pacific National University

## The salutogenic approach in the university educational environment: theoretical foundations and practical application

**Abstract:** the modern educational system faces challenges related to increasing stress, declining motivation, and deteriorating mental health among students, driven by digitalization, socioeconomic uncertainty, and the aftermath of the COVID-19 pandemic. In this context, Aaron Antonovsky's salutogenic approach, which focuses on promoting health through the development of a sense of coherence (comprehensibility, manageability, meaningfulness) and generalized resistance resources, is highly relevant. The article examines the application of this approach in the university educational environment, highlighting its effectiveness in creating a health-promoting setting. An example is the Scientific and Educational Psychological Club at PNU, where, through the integration of theory and practice, collaborative learning, and reflection, students develop professional and personal resources that enhance psychological resilience. Salutogenesis advocates shifting the focus from problem elimination to strengthening students' assets, thereby reducing anxiety and improving well-being.

**Keywords:** educational environment, salutogenic approach, students, generalized resistance resources, sense of coherence, health-promoting environment

**For citation:** Sobolevskaya T.V. The salutogenic approach in the university educational environment: theoretical foundations and practical application. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (5). P. 184 – 190.

The article was submitted: March 19, 2025; Approved after reviewing: May 15, 2025; Accepted for publication: July 4, 2025.

## Введение

Современная образовательная система сталкивается с множественными вызовами, связанными с возрастающим уровнем стресса среди студентов, снижением мотивации к обучению и ухудшением показателей психического здоровья молодёжи. Принципиальное отличие современной ситуации от предыдущих поколений заключается в нескольких ключевых факторах. Во-первых, цифровизация образования и повсеместное использование технологий создали новые формы стресса: информационную перегрузку, страх упустить важное, постоянную связь с онлайн-средой. Во-вторых, изменились социально-экономические условия: усилилась конкуренция на рынке труда, возросла неопределенность будущего, что приводит к хроническому стрессу и тревожности. В-третьих, пандемия COVID-19 2020–2022 годов кардинально изменила образовательную среду, усилив социальную изоляцию и психологическое напряжение среди учащихся.

В этом контексте особую актуальность приобретает салютогенный подход, предложенный социологом Аароном Антоновским в 1970-х годах. Салютогенез – концепция, изучающая факторы, способствующие сохранению и укреплению здоровья и психологического благополучия человека в условиях стресса [1]. В основе этой концепции – представление о здоровье не как дихотомии «здоров/болен», а как континууме (непрерывной шкале).

Цель данной работы – рассмотреть теоретические основы салютогенного подхода и его практическое применение в образовательной среде университета на примере научно-образовательного психологического клуба.

## Материалы и методы исследований

Теоретической основой исследования послужили работы А. Антоновского по салютогенному подходу, современные исследования его применения в образовательной среде. Проведён анализ литературы по следующим направлениям: основы салютогенного подхода и концепция чувства когерентности; генерализованные ресурсы сопротивления в образовательном контексте; современные исследования салютогенного подхода в образова-

нии; практические аспекты внедрения салютогенных принципов.

В качестве эмпирического материала использован опыт работы научно-образовательного психологического клуба при высшей школе психологии Тихоокеанского государственного университета. Анализировались структура деятельности клуба, применяемые методы и подходы, наблюдаемые результаты работы с участниками.

Методы исследования включали: теоретический анализ литературы; описательный анализ практического опыта; наблюдение за деятельностью научно-образовательного клуба; анализ обратной связи от участников.

## Результаты и обсуждения

А. Антоновский предложил искать источники здоровья, а не только причины болезней. Он отмечал, что даже в экстремальных условиях некоторые люди способны сохранить здоровье и добиться успеха [1]. Вывод А. Антоновского был в том, что ключевую роль здесь играет чувство когерентности – убеждённость человека в том, что происходящее с ним внешнее и внутреннее понятно, управляемо и значимо. Выделяются три взаимосвязанных компонента:

1. Понятность – когнитивный компонент, отражающий степень восприятия внутренних и внешних стимулов как упорядоченных, последовательных и структурированных информационных потоков, а не как хаотичных, случайных и необъяснимых явлений.

2. Управляемость – поведенческий компонент, характеризующий убеждённость индивида в наличии достаточных ресурсов для успешного преодоления жизненных трудностей и решения возникающих проблем.

3. Осмысленность – мотивационный компонент, отражающий степень восприятия жизненных вызовов как заслуживающих эмоциональных инвестиций и усилий для их преодоления. Это степень внутренней мотивации вовлекаться в происходящее.

Важно подчеркнуть, что салютогенная модель рассматривает стресс и трудности как неизбежную часть жизни, но подчёркивает, что при высоком чувстве когерентности они могут стать развитием

ресурсов личности.

Ключевым понятием салютогенеза являются генерализованные ресурсы сопротивления. А. Антоновский определил генерализованные ресурсы сопротивления как любые ресурсы человека, группы или сообщества, которые облегчают эффективное противостояние стрессам и усиливают чувство когерентности [2]. Это могут быть материальные, социальные, психические и культурные ресурсы, – всё, что даёт устойчивость к нагрузкам. Классический перечень генерализованных ресурсов сопротивления у А. Антоновского включает: материальные блага (деньги, жильё), знания и интеллект (понимание реального мира, профессиональные умения), самоидентификацию (устойчивое, гибкое чувство «Я»), стратегии преодоления (способы совладания), социальную поддержку, культурную сплочённость, стабильные ритуалы и философию, ориентацию на профилактику здоровья [2].

Таким образом, генерализованные ресурсы сопротивления – это не единичные объекты, а совокупность жизненного опыта, характеризующегося последовательностью, участием в формировании результатов и балансом нагрузки. Чем более выражены эти ресурсы, тем сильнее чувство когерентности у личности. В салютогенной модели считается, что за годы взросления формируются три типа жизненного опыта, способствующего развитию чувства когерентности: последовательность и структура (обеспечивающие понятность), баланс нагрузок (связанные с управляемостью) и участие в принятии решений (усиливающие осмыслинность) [2]. Позднее к ним добавлено эмоциональное отношение («эмоциональная близость»), то есть то в какой степени человек ощущает устойчивые эмоциональные связи и чувство принадлежности к социальным группам, членом которых он является. Как и в случае с участием в формировании результатов, ресурс эмоциональной близости считается важным для компонента осмыслинности [2].

Салютогенный подход в образовательной среде университета становится особенно релевантным именно сейчас по нескольким причинам. Во-первых, традиционные модели образования показали свою ограниченность в условиях снижения психологического благополучия студентов [3, 4]. Во-вторых, современные исследования подтверждают эффективность салютогенных принципов для развития резилиентности и адаптационных способностей [5, 6]. В-третьих, цифровая трансформация образования требует новых подходов к созданию здоровьесберегающей образовательной

среды, что делает салютогенную парадигму крайне актуальной.

Как было указано, существенным фактором, усиливающим психологическую нагрузку студентов, стала стремительная цифровизация образования. С одной стороны, она открыла доступ к онлайн-курсам, интерактивным платформам и другим образовательным возможностям. С другой – привнесла новые формы так называемого «техностресса»: информационную перегрузку, размытые границы между учёбой и отдыхом, постоянное сравнение себя с другими в социальных сетях. Эти явления усиливают тревожность и эмоциональное напряжение. Также пандемия COVID-19 лишь обострила эти процессы: дистанционное обучение, ограничение живого общения и высокая неопределенность будущего значительно повысили уровень тревоги среди студентов. Так, по данным ВШЭ, у значительной части студентов во время изоляции уровень тревожности удвоился по сравнению с довирусным периодом [7]. Именно в таких условиях актуализируется необходимость поиска подходов, поддерживающих психологическое благополучие обучающихся – таких как салютогенный подход.

Современные исследования подтверждают значимость салютогенной парадигмы в образовательной среде, особенно в условиях цифровизации и постпандемийного восстановления. Исследование D. Klein, T. Vogt акцентирует внимание на применении салютогенного подхода в физическом воспитании, подчеркивая его роль в развитии физических, социальных и психологических ресурсов студентов [8]. В работе Е.В. Удовиченко и соавторов рассматривается применение салютогенного подхода к физическому воспитанию студентов в условиях пандемии COVID-19. Авторы подчеркивают, что данный подход способствует формированию чувства когерентности, что помогает студентам справляться с психоэмоциональным стрессом и дефицитом двигательной активности, вызванными дистанционным обучением [9]. Исследование, опубликованное на сайте Университета Саскачевана, подчеркивает, что салютогенный подход способствует эффективной командной работе через развитие позитивной культуры, резилиентности и сотрудничества [10]. Таким образом, подчеркивается актуальность салютогенной модели для создания здоровьесберегающей образовательной среды, способствующей целостному развитию студентов.

В образовательной среде, где учащиеся сталкиваются с бесконечным потоком информации, неопределенностью задач и социальной нагрузкой, салютогенный подход помогает сместить акцент с

борьбы с проблемами на развитие внутренних ресурсов личности и среды. Концепция салютогенеза предполагает создавать образовательные условия, в которых студенты получают доступ к ресурсам и опыту, повышающим их чувство когерентности и способность адаптироваться [8]. Например, в условиях образовательной среды университета это означает внедрение практик, делающих обучение прозрачным и предсказуемым (компонент: понятность), контролируемым и доступным (компонент: управляемость), а также значимым для личных целей студентов (компонент: осмыслинность). Отмечается, что сильное чувство когерентности связано с лучшим психологическим благополучием и здоровьем: оно противоположно тревожности и депрессии и положительно коррелирует с уровнем субъективного здоровья [1, 8].

Если адаптировать три компонента чувства когерентности к образовательной среде, их можно описать следующим образом:

– Понятность: студент ясно осознаёт цели и структуру учебного процесса, понимает, что от него ожидается и почему это важно.

– Управляемость: студент ощущает наличие ресурсов (знаний, поддержки, инструментов), которые позволяют ему справляться с учебными задачами.

– Осмыслинность: студент воспринимает учебную деятельность как значимую и соответствующую его личным и профессиональным целям, готов прилагать усилия ради её достижения.

Также для студентов особенно важны генерализованные ресурсы сопротивления такие, как социальная поддержка (друзья, коллеги, наставники), профессиональные знания и умения (предметные и метапредметные компетенции), внутренняя мотивация и идентификация (профессиональная самоидентификация, идентичность студента). Имея эти ресурсы, учащийся более уверен в себе и воспринимает вызовы учёбы как посильные и значимые, что усиливает его психологическую устойчивость.

В образовательном контексте салютогенный подход интерпретируется как ориентация не на устранение патологий (плохих оценок, выгорания), а на создание среды и практик, способствующих здоровью и развитию студентов. Это близко к идеи «университета, способствующего здоровью» (Health Promoting University) [8]. Переход к салютогенезу означает активный поиск способов сделать образовательную среду поддерживающей: «салютогенный подход обеспечивает студентам доступ к конкретным ресурсам, укрепляющим их чувство когерентности» [8]. То есть учебное про-

странство наполняется факторами, повышающими понятность (например, прозрачность учебных целей и обратной связи), управляемость (вовлечённость студентов в учебный процесс, развитие навыков саморегуляции) и значимость (актуальность тем, осмыслинность задач для личных профессиональных целей). Такая среда способствует накоплению генерализованных ресурсов сопротивления – знаний, социальных связей, навыков преодоления, что повышает общий уровень здоровья и устойчивости студентов. Цель – не только снизить стресс, но и усилить способность студентов воспринимать вызовы как посильные и осмысленные. Для учебного заведения это означает разработку программ и сообществ, которые обеспечивают студентов знаниями, навыками и поддержкой.

Как примером внедрения салютогенного подхода в образовательную среду является научно-образовательный психологический клуб (НОК) при высшей школе психологии Тихоокеанского государственного университета [11]. Деятельность НОК организована таким образом, чтобы интегрировать основные принципы салютогенеза в повседневную работу с участниками.

Во-первых, НОК сочетает теорию и практику. Участники получают систематические знания (лекции, чтение и обсуждение профильной литературы), затем сразу применяют их в практических упражнениях, тренингах и играх. Такой подход повышает понятность: студенты ясно видят, как теоретические конструкции соотносятся с реальными задачами. Кроме того, освоение практических навыков даёт ощущение контроля и управляемости учебного процесса – они чувствуют, что способны влиять на ситуацию, используя новые умения (поскольку генерализованные ресурсы сопротивления включают «знания и навыки» как источник ресурса).

Во-вторых, НОК поддерживает активное и проблемно-ориентированное обучение. Участникам предлагаются кейсы и задачи из реальной психологической практики, которые нужно решать в группе. Это развивает не только профессиональные компетенции, но и навыки совместного поиска решений, взаимопомощи и рефлексии. Для участников это важно: решение актуальных проблем повышает значимость учебного опыта, а работа в группе – даёт дополнительные генерализованные ресурсы сопротивления в виде социальной поддержки и участия в «сплочённости коллектива». Например, на встречах НОК проводятся групповые тренинги и деловые игры, где студенты учатся конструктивно взаимодействовать и поддерживать друг друга. Это укрепляет социальные

связи – один из ключевых ресурсов в модели А. Антоновского.

В-третьих, НОК делает упор на обратную связь и рефлексию. После каждого мероприятия проводится обсуждение проделанной работы, ведущие помогают студентам осознать, что именно они узнали и чему научились. Рефлексия усиливает осмысленность опыта: участники связывают результаты занятия со своими личными и профессиональными целями, тем самым укрепляя мотивацию («зачем мне это нужно?»). Также здесь проявляется персонализация – опыт каждого учитывается индивидуально, что соответствует принципу индивидуализации обучения. Такое внимание к личному опыту студентов даёт им дополнительное чувство причастности и значимости, это по А. Антоновскому, прямо влияет на уровень мотивации и готовности преодолевать трудности.

Кроме того, НОК активно использует современные технологии и форматы: мини-лекции, дискуссии на основе книг и фильмов, интерактивные онлайн-платформы. Это отвечает вызовам цифровой эпохи – например, просмотр научно-популярного фильма с последующим обсуждением помогает видеть обучение в привычном мультимедийном формате и осознавать его практическую ценность. Различные форматы мероприятий подчёркивают интерактивный, практико-ориентированный характер НОК. Участие в таких разноформатных встречах способствует развитию множества генерализованных ресурсов сопротивления: профессиональных знаний (через лекции и чтение), саморегуляции и стрессоустойчивости (через тренинги), коммуникационных навыков и уверенности в себе (через публичные выступления и групповые активности). Иными словами, НОК создает благоприятную среду, в которой студенты получают «набор» ресурсов – социальных, когнитивных, личностных – необходимых для укрепления их чувства когерентности.

Наблюдения показывают, что участие в работе НОК способствует развитию ранних профессиональных навыков и личностных компетенций, а также укреплению психологической устойчивости студентов. Регулярные занятия в неформальной атмосфере повышают уверенность участников в собственных силах и снижают страх перед новыми задачами. Так, по итогам деятельности НОК фиксируется рост чувства уверенности при применении теории на практике и улучшение навыков самоорганизации – то, что А. Антоновский относил бы к развитию стратегий преодоления и самоидентификации (компонентов генерализованных ресурсов сопротивления). Участники отмечают, что благодаря НОК они чувствуют себя более подго-

товленными к профессиональной деятельности, а учеба и общение приобрели для них новый смысл.

Эти наблюдения согласуются с общей теорией: среда, богатая генерализованными ресурсами сопротивления, повышает чувство когерентности и тем самым улучшает адаптацию и благополучие. Как показывают исследования, сильное чувство когерентности обратно коррелирует с тревожностью и депрессией, и положительно связано с субъективным здоровьем и психологическим благополучием [1]. Иными словами, создание образовательной среды, обогащённой ресурсами (знаниями, поддержкой, практикой) действительно должно приводить к снижению стрессорных реакций у студентов. К примеру, опыт работы описанного научно-образовательного психологического клуба свидетельствует о значительном потенциале подобных инициатив в обогащении образовательной среды и поддержке профессиональной подготовки студентов.

## Выводы

Таким образом, научно-образовательный психологический клуб иллюстрирует применение салютогенного подхода на практике. Через интеграцию теории и практики, активные коллaborативные форматы и рефлексию он повышает понятность и управляемость обучения, усиливает значимость познавательных задач и развивает ключевые ресурсы сопротивления студентов (социальную поддержку, профессиональные умения, навыки саморегуляции и другое). Это помогает обучающимся не только приобрести новые знания, но и повысить свою психологическую устойчивость в условиях современных образовательных вызовов.

Салютогенный подход в образовании предполагает переориентировать внимание с преодоления «слабостей» на развитие «сил» обучающихся. В условиях цифровизации и последствий пандемии такая концепция особенно актуальна: укрепление чувства когерентности и ресурсов студентов помогает им эффективнее справляться с неопределенностью и стрессами учёбы. На примере научно-образовательного психологического клуба ТОГУ показано, как интеграция салютогенных принципов – доступность знаний, активное вовлечение, социальная поддержка и рефлексия – формирует благоприятную образовательную среду. В результате у студентов развивается совокупность генерализованных ресурсов сопротивления, что усиливает их психологическую устойчивость и мотивацию. Перенос этих практик в широкую образовательную практику может способствовать снижению тревожности и выгорания среди студентов, повышению их благополучия и успешности обучения.

### Список источников

1. Варенов М.А. Чувство согласованности [Электронный ресурс] // Большая российская энциклопедия: научно-образоват. портал [сайт]. URL: <https://bigenc.ru/c/chuvstvo-soglasovannosti-1cf682/?v=7385866> (дата обращения: 12.02.2025)
2. Idan, O. Generalized Resistance Resources in the Salutogenic Model of Health [Электронный ресурс] // National Library of Medicine [сайт]. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK584114/> (дата обращения: 12.02.2025)
3. Кабахидзе Е.Л. Системный кризис высшего образования в мире: причины, последствия и решения для университетов // Primo Aspectu. 2020. № 4 (44). С. 19 – 28.
4. Костенко В.Ю. Чем дальше – тем тревожнее: как меняется чувство благополучия студентов за время учебы [Электронный ресурс] // Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики» [сайт]. URL: <https://ioe.hse.ru/news/799743986.html> (дата обращения: 12.02.2025)
5. Гараджаев М.А., Нияздурдыева О.Д. Нейробиологические корреляты резилентности: понимание механизмов мозга, лежащих в основе адаптивных стратегий совладания // Молодой ученый. 2024. № 14 (513). С. 309 – 311.
6. Твилле П.С., Севанян Л.Г., Трункова К.С. От теории к практике: историческое развитие понятия «салютогенез» и внедрение салютогенного дизайна в медицинские организации в контексте повышения пациентоориентированности // Здоровье мегаполиса. 2025. № 1. С. 108 – 118.
7. Буркова В.Н. Студенты после пандемии: больше тревоги, меньше агрессии [Электронный ресурс] // Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики» [сайт]. URL: <https://www.hse.ru/news/expertise/450426035.html> (дата обращения: 12.02.2025)
8. Klein D.A., Vogt T. Salutogenic Approach to Physical Education in Schools // Advances in Physical Education. 2019. № 9. С. 188 – 196.
9. Удовиченко Е.В., Малютина М.В., Горбань И.Г., Гребенникова В.А. Салютогенный подход к физическому воспитанию как перспективная модель двигательной активности студентов и их здоровья // Вестник Оренб. гос. ун-та. 2022. № 1. С. 59 – 66.
10. Mantesso J. Salutogenics Series Post 2: Taking a Salutogenic Approach for Effective Teamwork [Электронный ресурс] // University of Saskatchewan [сайт]. URL: <https://healthsciences.usask.ca/education-and-research/collaborative-practices-blog/2023-blog-posts/taking-a-salutogenic-approach-for-effective-teamwork.php> (дата обращения: 12.02.2025)
11. Соболевская Т.В. Научно-образовательный психологический клуб как пространство профессиональной подготовки обучающихся университета // Тихookeанский вестн. психологии. 2025. № 1 (1). С. 71 – 76.

### References

1. Varenov M.A. Sense of Coherence [Electronic resource]. Great Russian Encyclopedia: scientific and educational portal [website]. URL: <https://bigenc.ru/c/chuvstvo-soglasovannosti-1cf682/?v=7385866> (accessed: 12.02.2025)
2. Idan, O. Generalized Resistance Resources in the Salutogenic Model of Health [Electronic resource]. National Library of Medicine [website]. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK584114/> (accessed: 12.04.2025)
3. Kabahidze E.L. Systemic crisis of higher education in the world: causes, consequences and solutions for universities. Primo Aspectu. 2020. No. 4 (44). P. 19 – 28.
4. Kostenko V.Yu. The further – the more alarming: how students' sense of well-being changes during their studies [Electronic resource]. National Research University "Higher School of Economics" [website]. URL: <https://ioe.hse.ru/news/799743986.html> (accessed: 12.02.2025)
5. Garajaev M.A., Niyazdurdyeva O.D. Neurobiological correlates of resilience: understanding the brain mechanisms underlying adaptive coping strategies. Young scientist. 2024. No. 14 (513). P. 309 – 311.
6. Tville P.S., Sevanyan L.G., Trunkova K.S. From Theory to Practice: Historical Development of the Concept of "Salutogenesis" and the Introduction of Salutogenic Design in Medical Organizations in the Context of Improving Patient-Centeredness. Health of the Metropolis. 2025. No. 1. P. 108 – 118.
7. Burkova V.N. Students after the Pandemic: More Anxiety, Less Aggression [Electronic Resource]. National Research University "Higher School of Economics" [website]. URL: <https://www.hse.ru/news/expertise/450426035.html> (accessed: 12.02.2025)
8. Klein D.A., Vogt T. Salutogenic Approach to Physical Education in Schools. Advances in Physical Education. 2019. No. 9. P. 188 – 196.

9. Udovichenko E.V., Malyutina M.V., Gorban I.G., Grebennikova V.A. Salutogenic approach to physical education as a promising model of students' motor activity and their health. Bulletin of the Orenburg state University. 2022. No. 1. P. 59 – 66.

10. Mantesso J. Salutogenics Series Post 2: Taking a Salutogenic Approach for Effective Teamwork [Electronic resource]. University of Saskatchewan [website]. URL: <https://healthsciences.usask.ca/education-and-research/collaborative-practices-blog/2023-blog-posts/taking-a-salutogenic-approach-for-effective-teamwork.php> (accessed: 12.02.2025)

11. Sobolevskaya T.V. Scientific and educational psychological club as a space for professional training of university students. Pacific Bulletin of Psychology. 2025. No. 1 (1). P. 71 – 76.

### **Информация об авторе**

**Соболевская Т.В.**, ассистент, SPIN-код 3275-3920, Высшая школа психологии, Тихоокеанский государственный университет, 012748@togu.edu.ru

© Соболевская Т.В., 2025