К ВОПРОСУ О ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ

Анастасия С. Дрыгина
Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Россия
E-mail: akroks@mail.ru

В статье кратко освещена проблематика изучения двух феноменов – эмоционального интеллекта и копинг-стратегий, а также рассмотрены результаты проведенного исследования эмоционального интеллекта и стратегий совладания, используемых магистрантами-психологами. Приведены данные о наличии взаимосвязей между этими двумя феноменами у исследуемой группы респондентов, указаны возможные причины, повлиявшие на итоги исследования. Сделана попытка анализа психологических возможностей будущих специалистов в свете ожидания общества к их подготовке в вузе, а также описание основных стратегий преодоления негативных ситуаций у студентов, с учетом восприимчивости данного возраста к развитию большого набора проактивных копинг-стратегий.

В качестве диагностических методик были использованы опросник «ЭмИн» Д. В. Люсина на определение уровня эмоционального интеллекта и методика «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса (в адаптации Т. Л. Крюковой).

В результате исследования эмоционального интеллекта было установлено, что у 33 % магистрантов значения внутриличностного интеллекта ниже среднего; 42 % имеют высокий уровень психологической экспрессивности, неконтролируемо реагируют на свое эмоциональное состояние; при этом только 47 % магистрантов имеют высокие или очень высокие значения по шкале «межличностный интеллект», и только 31 % демонстрируют высокий и очень высокий уровень общего эмоционального интеллекта. В ходе изучения копинг-стратегий магистрантов было обнаружено, что чаще всего они используют копинг-стратегии «планирование решения проблемы» (65 %) и «принятие ответственности» (64,17 %).

В заключение делается вывод об обнаружении тенденций взаимосвязи высокого уровня эмоционального интеллекта у магистрантов с их предпочтением конструктивных способов преодоления стресса, автором приводятся предположения об ограничении полученных данных, а также утверждается необходимость дальнейших исследований в данной области.

Ключевые слова
стресс, совладающее поведение, копинг-стратегии, эмоциональный интеллект, эмпирическое исследование, магистранты-психологи

Для цитирования: Дрыгина А. С. К вопросу о взаимосвязи эмоционального интеллекта и копинг-поведения // Северо-Кавказский психологический вестник. 2018. № 16/2. С. 5–12.

ON THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND COPING BEHAVIOR

Anastasiya S. Drygina
Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russia
E-mail: akroks@mail.ru

The article deals with the problems of studying two phenomena – emotional intelligence and coping strategies, considers the results of a study of emotional intelligence and coping strategies used by psychologists. It is shown that there are relationships between these two phenomena in the studied group of respondents, the possible reasons, that influenced the results of the study, are indicated. An attempt was made to study the intellectual resource of future specialists-psychologists in connection with the requirements for their training at the university, as well as the need to describe strategies to overcome stress in young people, given that this age period is sensitive to the development of a wide range of constructive coping strategies.

As a diagnostic method, the questionnaire "EmIn" by D. V. Lyusin was used to determine the level of emotional intelligence, and the method "Copying strategies" by R. Lazarus (adapted by T. L. Kryukova).

As a result of the study of emotional intelligence, it was found that in 33 % of undergraduates, the values of intrapersonal intelligence are below average, 42 % have a high level of psychological expressiveness, do not control their emotional state uncontrollably, while only 47 % of undergraduates have high or very high values on a scale interpersonal intelligence, with only 31 % showing a high and very high level of overall emotional intelligence. In the course of studying the coping strategies of undergraduates, it was found that most often they use the coping strategies "Planning a solution to a problem" (65 %) and "Acceptance of responsibility" (64.17 %).

In conclusion, it is concluded that there are trends in the relationship between a high level of emotional intelligence in undergraduates and their preference for constructive ways to overcome stress, the author provides assumptions about the limitation of the data obtained, and also claims the need for further research in this area.

Keywords
stress, coping behavior, coping strategies, emotional intelligence, empirical research, undergraduates-psychologists

For citation: Drygina A. S. On the relationship of emotional intelligence and coping behavior. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik – North-Caucasian Psychological Bulletin*, 2018, no. 16/2, pp. 5–12 (in Russian).

ВВЕДЕНИЕ

Выделенный психологами как самостоятельный феномен человеческого развития немногим более 20 лет назад, эмоциональный интеллект в настоящее время вызывает все больший интерес не только у профессиональных ученых, но у широкого круга лиц, казалось бы, не имеющих к психологии никакого отношения. Далеко не всегда на вершину успеха в бизнесе и жизни в целом попадают люди с «красными дипломами», зачастую ими становятся классические троечники. Оказывается, что умным нужно быть не только в голове, но и в «душе». И даже если чей-то IQ превышает все возможные показатели, но человек эмоционально некомпетентен, закрыт к людям и окружающему миру, вряд ли удача будет на его стороне. Решению проблемы помогает развитие EQ – эмоционального интеллекта.

Этому понятию посвящены работы целого ряда зарубежных психологов: П. Сэловей, Дж. Майер, которые ввели термин «эмоциональный интеллект»; Д. Гоулмен, который создал теорию эмоциональной компетентности; Р. Бар-Он, предложивший некогнитивную теорию эмоционального интеллекта; Х. Вайсбах и У. Дакс, рассматривавшие эмоциональный интеллект как способность «интеллектуально» регулировать эмоциональную жизнь, и др. [1, 2, 3], исследования эмоционального интеллекта представлены в большом количестве в современных зарубежных работах [4, 5, 6 и др.]. Среди отечественных ученых прежде всего назовем Л. С. Выготского, обосновавшего единство аффективных и интеллектуальных процессов; развивших эту идею С. Л. Рубинштейна, утверждавшего, что интеллектуальный процесс невозможен без участия эмоций, и А. Н. Леонтьева, предположившего, что мышление имеет эмоциональную регуляцию; Д. В. Люсина с его двухкомпонентной теорией эмоционального интеллекта, и ряд других ученых (С. С. Степанов, И. Н. Андреева, М. А. Манойлова, Т. П. Березовская, А. А. Панкратова, С. П. Деревянко, Е. О. Смирнова, Ю. В. Обухова, В. М. Холмогорова, А. А. Романов и др.) [7, 8, 9 и др.].

Современному человеку, чтобы стать успешным в жизни, недостаточно уметь разбираться в своих и чужих эмоциях, необходимо уметь конструктивно преодолевать сложные житейские ситуации, владеть набором так называемых «копинг-стратегий».

Понятие «копинг» ввел в психологическую науку А. Маслоу, затем изучение данного феномена продолжили ряд западных ученых – Р. Лазарус и С. Фолкмен, П. Коста и Р. МакКре, У. Лер и др., а также наши соотечественники Л. И. Анцыферова, Т. Л. Крюкова, Е. Н. Сидорова, Н. А. Сирота и др. [10, 11, 12, 13 и др.].

Проблема взаимосвязи показателей эмоционального интеллекта и стилей совладающего поведения, интересующая нас в рамках представленного ниже исследования, описана практически только несколькими психологами: А. А. Алексапольским, З. Х. Сиерральта, С. А. Хазовой, М. А. Холодной и некоторыми другими [14, 15]. Причина кроется в многообразии подходов и методических инструментариев для изучения этих двух феноменов, которые приводят зачастую к противоречивым результатам исследований, затрудняя данный процесс, но и делая его привлекательным для изучения. Нами предпринята попытка установить наличие взаимосвязи используемых механизмов совладания со стрессовыми ситуациями и уровня развития эмоционального интеллекта.

ДИЗАЙН ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе Южного федерального университета, в нем приняли участие 70 магистрантов-психологов.

В качестве гипотезы нами предположено, что применение продуктивных стратегий копинг-реагирования и снижение частоты применения стратегий избегающего характера обуславливается высоким уровнем развития эмоционального интеллекта.

Психодиагностика проводилась во внеурочное время, анонимно, с применением опросника ЭмИн Д. В. Люсина на определение уровня эмоционального интеллекта и методики «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса (в адаптации Т. Л. Крюковой). Достоверность полученных результатов обеспечивалась применением адекватных к задачам исследования методик, достаточным объемом выборки и применением статистических программ для обработки данных.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА МАГИСТРАНТОВ

Тест ЭмИн по своей структуре измеряет такие составляющие эмоционального интеллекта (далее возможно сокращение – ЭИ), как способность опознать свою или чужую эмоцию, понять, чем она вызвана, контролировать интенсивность ее проявления и пр. Так как наши испытуемые являются студентами магистратуры психологической направленности, эти качества являются наиболее востребованными в их будущей практике, и изучение именно их в процессе исследования обуславливает применение данной методики.

Сводные результаты тестирования магистрантов по шкалам внутриличностного, межличностного и общего эмоционального интеллекта приведены ниже на рисунках 1, 2, 3.

Рисунок 1. Шкала внутриличностного интеллекта (ВЭИ)

В ходе проведенного эмпирического исследования по шкале «внутриличностный интеллект», которая отвечает за понимание и управление собственными эмоциями, студенты показали такие результаты: очень высокое значение имеется у 1 человека, высокое значение – у 8 человек, среднее значение – у 38 человек, низкое значение – у 14 человек, очень низкое значение – у 9 человек. Эти результаты говорят о том, что у третьей части испытуемых показатели внутриличностного интеллекта ниже среднего. Данные по субшкале ВЭ (контроль экспрессии) свидетельствуют о том, что только 58 % участников исследования (41 человек) имеют показатели средние и выше, а 42 %, имеющие высокий уровень психологической экспрессивности, неконтролируемо реагируют на свое эмоциональное состояние, тем самым, соответственно, ухудшая и качество межличностных отношений. Это может создавать определенные проблемы в будущей психологической практике.

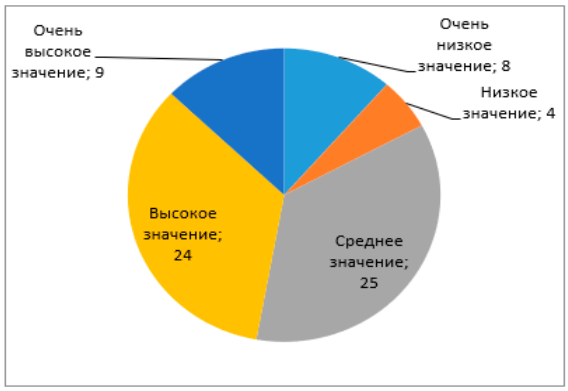

Рисунок 2. Шкала межличностного интеллекта (МЭИ)

Способность к пониманию и управлению эмоциями других людей отражает шкала межличностного ЭИ. Из представленной диаграммы (рисунок 2) видно, что очень высокое значение по данному показателю имеют 9 человек, высокое – 24, среднее значение – 25 человек, низкое значение – 4 человека, очень низкое значение – 8 человек. Это значит, что только 17 % магистрантов имеют межличностный интеллект ниже среднего. Показатель, на наш взгляд, неплохой, учитывая, что именно в студенческом возрасте происходит процесс формирования и углубленной социализации личности. Для большей части испытуемых межличностное общение будет легким и конструктивным, что, безусловно, является залогом успешной будущей практики.

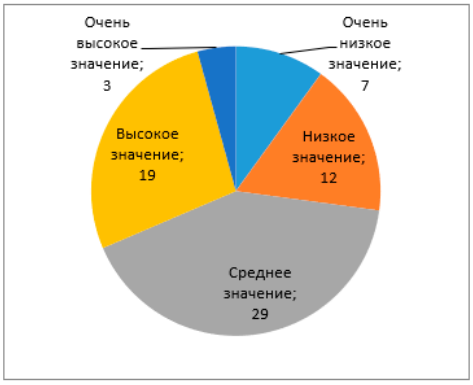

Рисунок 3. Шкала общего эмоционального интеллекта (ОЭИ)

Уровень общего эмоционального интеллекта будущих психологов отражен на представленной диаграмме. Из нее видно, что 42 % (29 человек) опрошенных имеют средний уровень по данному показателю. Это люди оптимистичные, с высоким уровнем эмпатии, в целом довольные жизнью, они адекватно переживают неприятности и хорошо понимают себя и окружающих.

У 31 % (22 человека) высокий и очень высокий уровень эмоционального интеллекта. Это люди самодостаточные, имеющие свою выверенную жизнью и опытом систему нравственных ценностей, которая позволяет им гармонично проживать жизнь, и не позволяющие собой манипулировать. Они обладают хорошими манерами и умеют устанавливать и тактично отстаивать свои границы, не наживая врагов.

Почти третья часть (27 %, или 19 человек) показали низкий и очень низкий уровень эмоционального интеллекта. Им свойственны импульсивность, неспособность отвечать за свои чувства и их проявление, с одной стороны – склонность к нападкам и критике Других, с другой – зависимость от внешних оценок и влияний. Хочется верить, что в процессе обучения и развития эмоциональной сферы студентов уровень данного показателя возрастет.

Полученные в ходе эмпирического исследования данные позволяют сделать вывод о присутствии возможностей для роста общего эмоционального интеллекта и его составляющих у будущих психологов. При этом необходимо отметить, что наиболее выраженный компонент ЭИ – «понимание чужих эмоций»: 56 из 70 человек, что составляет 80 % от общего числа респондентов, имеют показатели средние и выше. Это свидетельствует в пользу осознанного подхода к выбору профессии и станет хорошим бонусом в практической деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МАГИСТРАНТОВ

Необходимым качеством практикующего психолога является не только понимание эмоциональной сферы человека, но и знания о способах преодоления сложных жизненных ситуаций. Совладающее поведение и владение определенным спектром копинг-стратегий позволяют человеку адекватно выйти из стрессовых ситуаций, которые периодически встречаются ему в жизни.

В результате обработки данных теста «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса были получены следующие среднегрупповые показатели выбора копинг-стратегий у магистрантов-психологов (%) (таблица 1).

Таблица 1

Среднегрупповые показатели выбора копинг-стратегий у магистрантов-психологов (%)

Копинг-стратегии	Средние показатели
Конфронтационный копинг (КК)	43,89
Дистанцирование (Д)	42,78
Самоконтроль (С)	60,95
Поиск социальной поддержки (ПСП)	62,78
Принятие ответственности (ПО)	64,17
Бегство – избегание (Б – И)	38,33
Планирование решения (ПР)	65,0
Положительная переоценка (ПП)	59,52

Магистранты продемонстрировали умеренную степень выбора предпочтений копинг-стратегий, т. к. значения среднегрупповых показателей практически все вписываются в границы выраженности характеристик (45–64 %). Из таблицы видно, что участники опроса чаще всего используют копинг-стратегии «планирование решения проблемы» и «принятие ответственности» (65 % и 64,17 % соответственно). Чуть меньшим предпочтением пользуются стратегии «поиск социальной поддержки» – 62,78 %, «самоконтроль» – 60,95 % и «положительная переоценка» – 59,52 %. Наименее выбираемыми оказались: «конфронтационный копинг» – 43,89 %, «дистанцирование» – 42,78 %, «бегство – избегание» – 38,33 %.

Отдавая предпочтение продуктивным копинг-стратегиям, магистранты показали себя людьми, ответственными за возникновение и разре-

шение проблемных ситуаций; они не закрываются от сложностей, а в большинстве своем стремятся их активно преодолеть, принимая поддержку окружающих. Стиль их совладания зависит от стрессора; умело применяя широкий круг стратегий, они достаточно эффективно разрешают возникающие конфликты.

Вопрос о взаимосвязи двух феноменов – эмоционального интеллекта и стилей совладающего поведения – всё больше интересует современное сообщество. Однозначного ответа на этот вопрос психологи не дают. Проводимые исследования в этой сфере дают противоречивые результаты.

В рамках нашего исследования предпринята попытка выявить взаимосвязь между составляющими эмоционального интеллекта и выбором копинг-стратегий магистрантами, принявшими участие в тестировании.

С помощью расчетов коэффициента ранговой корреляции Спирмена получены значимые связи между шкалой «положительная переоценка» и субшкалами «понимание чужих эмоций» ($r = 0{,}247492$ при $p < 0{,}0500$), «понимание своих эмоций» ($r = 0{,}258548$ при $p < 0{,}0500$) и «понимание эмоций» ($r = 0{,}305144$ при $p < 0{,}0500$). На основании этого нами сделан вывод об умении магистрантами рассматривать возникшую проблему всесторонне, принимая во внимание не только свое, но и мнение окружающих, и извлекая из нее урок на будущее для личностного роста.

Кроме того, коррелируют между собой «планирование решения проблемы» и «понимание чужих эмоций» ($r = 0{,}251954$ при $p < 0{,}0500$), «межличностный интеллект» ($r = 0{,}254018$ при $p < 0{,}0500$). Здесь мы предполагаем, что осуществляя поиск наилучшего выхода из проблемной ситуации, наши респонденты стремятся не нарушать интересы других людей, что позволяет им достойно преодолевать стресс.

Обе стратегии, «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка», считаются продуктивными, способствующими благополучному исходу разрешения трудностей. Положительные статистически значимые связи говорят о большей частоте использования данного вида копинга лицами, имеющими высокий уровень названных выше компонентов эмоционального интеллекта.

Других статистически значимых связей между компонентами эмоционального интеллекта и выбором копинг-стратегий установить не удалось.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Малое количество установленных корреляций и их характер позволяют говорить скорее о возможной тенденции, а не о наличии взаимосвязи, у испытуемых с высоким уровнем эмоционального интеллекта к предпочтению конструктивных способов преодоления стресса. Поэтому гипотеза нашего исследования в ходе эксперимента не получила безусловного подтверждения.

Мы предполагаем, что на результаты исследования могли повлиять однородность, профессионализм и уровень образования участников опроса (только магистранты-психологи, в том числе и заочного отделения, т. е. люди, уже имеющие базовое высшее образование и достаточно профессионально сведущие в способах реагирования). При проведении данного исследования даже в рамках одного учебного заведения, но с распространением его на лиц, обучающихся на других факультетах, и магистров и бакалавров, результаты могут быть более определенными.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Неволина В. В.* Исследование структурных компонентов эмоционального интеллекта студентов медицинского вуза // Дискуссия. 2015. № 5 (57). С. 139–143.
2. *Фурсова Д. В.* Учебная успешность и эмоциональный интеллект будущего психолога // Акмеология. 2014. S1–2. С. 229–230.
3. *Ghosh R., Shuck B., Petrosko J.* Emotional intelligence and organizational learning in work teams // Journal of Management Development. 2012. Vol. 31, № 6. P. 603–619. DOI: 10.1108/02621711211230894
4. *Abdullah I., Omar R. B., Abdul Rahman S. A. B. P.* Famous theories surrounding emotional intelligence: A historical review // International Business Management. 2015. 9 (3). P. 319–324.
5. *Schutte N. S., Malouff J. M.* Comment on developments in trait emotional intelligence research: A broad perspective on trait emotional intelligence // Emotion Review. 2016. 8 (4). P. 343–344.

6. *Killgore W. D. S., Weber M., Schwab Z. J., DelDonno S. R., Kipman M., Weiner M. R., Rauch S. L.* Gray matter correlates of Trait and Ability models of emotional intelligence // NeuroReport. 2012. Vol. 23, Issue 9. P. 551–555. DOI: 10.1097/WNR.0b013e32835446f7
7. *Андреева И. Н.* Эмоциональный интеллект: исследования феномена // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 78–86.
8. *Обухова Ю. В.* Особенности совладающего поведения студентов несоциономических специальностей в связи с особенностями их Я-концепции // Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики: коллективная монография / под ред. И. В. Андулян. Уфа: Аэтерна, 2015. С. 138–155.
9. *Гарнов А. П., Хлевная Е. А.* Эмоциональный интеллект как основа формирования профессиональных компетенций студента // Вестник российской экономической академии им. Г. В. Плеханова. 2011. № 4 (40). С. 74–79.
10. *Корнилова Т. В.* Интеллектуально-личностный потенциал человека в стратегиях совладания // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. № 1. С. 46–57.
11. *Крюкова Т. Л.* Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Вопросы психологии. 2005. № 1. С. 18–28.
12. *Трущенко М. Н.* Проблема совладающего поведения в психологической литературе // Психологические науки: теория и практика: Материалы Междунар. науч. конф. (г. Москва, февраль 2012 г.). М.: Буки-Веди, 2012. С. 13–16.
13. *Kryukova T. L., Kovaleva O. A., Ekimchik O. A.* Coping with occupational stress in private entrepreneurs and top-managers in Russia // ECP 2015 Abstract Book. The 14th European Congress of Psychology. Milan, Italy, 2015. P. 549.
14. *Ковалёва О. А.* Связь эмоционального интеллекта со стратегиями совладающего поведения предпринимателей и топ-менеджеров // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2015. Т. 21, № 4. С. 125–129.
15. *Обухова Ю. В.* Содержание эмоционально-оценочного компонента Я-концепции девушек – «гуманитариев» и «техников» в связи с особенностями их интеллекта // Северо-Кавказский психологический вестник. 2014. № 12/1. С. 14–17.

REFERENCES

1. Nevolina V. V. Investigation of structural components of medical students' emotional intelligence. *Diskussiya – Discussion*, 2015, no. 5 (57), pp. 139–143 (in Russian).
2. Fursova D. V. Academic success and emotional intelligence of future psychologists. *Akmeologiya – Acmeology*, 2014, S1–2, pp. 229–230 (in Russian).
3. Ghosh R., Shuck B., Petrosko J. Emotional intelligence and organizational learning in work teams. *Journal of Management Development*, 2012, V. 31, no. 6, pp. 603–619. DOI: 10.1108/02621711211230894
4. Abdullah I., Omar R. B., Abdul Rahman S. A. B. P. Famous theories surrounding emotional intelligence: A historical review. *International Business Management*, 2015, 9 (3), pp. 319–324.
5. Schutte N. S., Malouff J. M. Comment on developments in trait emotional intelligence research: A broad perspective on trait emotional intelligence. *Emotion Review*, 2016, 8 (4), pp. 343–344.
6. Killgore W. D. S., Weber M., Schwab Z. J., DelDonno S. R., Kipman M., Weiner M. R., Rauch S. L. Gray matter correlates of Trait and Ability models of emotional intelligence. *NeuroReport*, 2012, V. 23, Issue 9, pp. 551–555. DOI: 10.1097/WNR.0b013e32835446f7
7. Andreeva I. N. Emotional intelligence: phenomenon research. *Voprosy psikhologii*, 2006, no. 3, pp. 78–86 (in Russian).
8. Obukhova Yu. V. Coping behaviour among students of non-socionomic profile and their self-concept. In: I. V. Andulyan (ed.) *Teoreticheskie i prakticheskie aspekty psikhologii i pedagogiki: kollektivnaya monografiya* [Theoretical and practical aspects of psychology and pedagogy]. Ufa: Aeterna Publ., 2015, pp. 138–155.
9. Garnov A. P., Khlevnaya E. A. Emotional intelligence as the basis for professional competences of students. *Vestnik rossiiskoi*

ekonomicheskoi akademii im. G. V. Plekhanova – Vestnik of the Plekhanov Russian University of Economics, 2011, no. 4 (40), pp. 74–79 (in Russian).

10. Kornilova T. V. Intellectual and personal potential in coping strategies. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya – Moscow University Psychology Bulletin. Series 14. Psychology*, 2010, no. 1, pp. 46–57 (in Russian).
11. Kryukova T. L. Age-related and cross-cultural differences in coping behavior strategies. *Voprosy psikhologii*, 2005, no. 1, pp. 18–28 (in Russian).
12. Trushchenko M. N. Problema sovladayushchego povedeniya v psikhologicheskoi literature [Issues of coping behavior in psychological literature]. *Psikhologicheskie nauki: teoriya i praktika: Materialy mezhdunar. nauch. konf.* [Psychological sciences: Theory and practice: Proc. the International Theoretical Conference]. Moscow, Buki-Vedi Publ., February 2012, pp. 13–16.
13. Kryukova T. L., Kovaleva O. A., Ekimchik O. A. Coping with occupational stress in private entrepreneurs and top-managers in Russia. *ECP 2015 Abstract Book. The 14th European Congress of Psychology*. Milan, Italy, 2015. 549 p.
14. Kovaleva O. A. Associations between emotional intelligence and strategies of coping behavior among entrepreneurs and top managers. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsial'naya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika – Vestnik of Nekrasov Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Social work. Juvenology. Sociokinetics*, 2015, V. 21, no. 4, pp. 125–129 (in Russian).
15. Obukhova Yu. V. The emotional and evaluative component of self-concept in girls, humanitarians and technicians, in relation to characteristics of their intelligence. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik – North Caucasian Psychological Bulletin*, 2014, no. 12/1, pp. 14–17 (in Russian).