

## ВПЛИВ БАЗИСНИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ НА ВІДЧУТТЯ БЕЗПЕКИ ТА КОПІНГ-ПОВЕДІНКУ

### THE IMPACT OF THE WORLD ASSUMPTIONS OF THE PERSONALITY ON THEIR PERCEPTION OF SAFETY AND COPING BEHAVIOR

У статті розглядаються базисні переконання особистості стосовно навколишнього світу й самої себе й вплив таких переконань та її суб'єктивне відчуття безпеки на вибір способів подолання стресової ситуації. Викладаються теоретичні основи дослідження базисних переконань, феномену психологічної безпеки й копінг-поведінки особистості. Також наведено результати емпіричного дослідження методом анкетування дорослих осіб обох статей із метою встановлення їхніх базисних переконань і впливу цих переконань на відчуття безпеки й копінг-поведінку. Для дослідження базисних переконань особистості використано опитувальник Янова-Бульмана. Для дослідження факторів, що впливають на психологічне відчуття безпеки, використовували опитувальник Н.А. Лизь зі співавторами. Копінг-поведінку особистості досліджували за допомогою опитувальника С. Фолкман і Р. Лазаруса. За результатами дослідження показано відмінності в базисних переконаннях для вибірки в порівнянні з нормативними значеннями. Так, встановлено, що переконання в доброзичливості навколишнього світу було достовірно нижчим, ніж стандартні значення, тоді як переконання про контроль, позитивний образ Я та віра у власну удачливість були достовірно вищими за стандартні. Основна увага приділяється впливу базисних переконань на відчуття безпеки особистості й вибір копінг-стратегій. Так, показано, що переконання про справедливість і власний контроль збільшують значущість свободи, відповідальності, контролю, здоров'я та підтримки для відчуття безпеки. Установлено, що базисні переконання впливають на вибір стратегій подолання стресу. Зокрема, переконання в справедливості, власній удачливості, контролі й позитивний образ Я приводять до частішого застосування копінг-стратегій аналізу й розв'язання проблеми, пошуку підтримки, поведінкової розрядки, самозвинувачення та фокусування на позитиві як стратегії подолання.

**Ключові слова:** стрес, базисні переконання, відчуття безпеки, фактори безпеки, копінг-стратегії.

The article examines the fundamental assumptions of the individual about the world and oneself and the impact of such assumptions and the subjective perception of safety and the choice of the ways of coping with the stress. The theoretical grounds of the research of the fundamental assumptions, phenomenon of psychological safety, and coping behavior of the person are stated. The results of an empirical study on adults of both genders performed with the use of the questionnaire in order to establish their fundamental assumptions and the impact of these assumptions on the perception of the safety and coping behavior are also presented. The Janoff-Bulman's World Assumption Scale was used to study the fundamental assumptions of an individual. To investigate the factors influencing the psychological feeling of the safety, the questionnaire by N. Lyz was applied. The coping behavior was studied using S. Folkman and R. Lazarus' questionnaire. The results of the study show the differences in the assumptions for the study participants in comparison with the normative values. Thus, it was found that the assumption about the benevolence of the world was significantly lower than the standard values, while the assumptions about control, worthiness of the Self, and luck were significantly higher than the standard values. The main attention is paid to the influence of the fundamental assumptions on the perception of personal safety and the choice of coping strategies. Yes, beliefs about justice and self-control have been shown to increase the importance of freedom, responsibility, control, health, and support for a sense of safety. It is established that basic beliefs influence the choice of coping strategies. In particular, assumptions about fairness, luck, control, and a positive self-image lead to the more frequent use of analysis and problem solving, seeking social support, behavioral relief, self-blame, and focusing on the positive as coping strategies.

**Key words:** stress, fundamental assumptions, perception of safety, factors of safety, coping strategies.

УДК 159.923  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.29.15>

#### Родіна Н.В.

д.психол.н., професорка,  
завідувачка кафедри диференціальної та спеціальної психології  
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

#### Фокін А.С.

магістр кафедри диференціальної та спеціальної психології  
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

У наш час особистість стикається із суспільними вимогами й навантаженням, що часто призводить до стресу. Проблема перманентного стресу є надзвичайно важливою в сучасній психологічній науці, оскільки стрес значно впливає на всі сфери життя [7, с. 279]. Для подолання стресу особистість застосовує різноманітні копінг-механізми. Однак на вибір та ефективність стратегій подолання значно впливають переконання особистості, зокрема суб'єктивні фактори психологічної безпеки й базисні переконання [9, с. 131]. Базисні переконання особистості відповідають на питання про те, які уявлення про навколишній

світ і власне Я властиві кожній особистості. Це глобальні й стійкі уявлення, які значною мірою впливають на мислення та поведінку особистості [4, с. 98]. Також певні базисні переконання значною мірою впливають на відчуття безпеки особистості. Зокрема, таке відчуття забезпечується переконанням про доброзичливість навколишнього світу (віра в можливість довіряти світу), справедливість світу (впевненість у тому, що кожен отримує те, на що заслуговує), контроль (віра в те, що особистість може контролювати події, що відбуваються з нею), цінність власного Я (віра у власну гідність) і вдачу (віра у власну

удачливість) [4, с. 99]. Такі базисні переконання значною мірою визначають відчуття безпеки. Феномен психологічної безпеки являє собою ментальний конструкт, який допомагає оцінювати середовище як безпечне або небезпечне для конкретної особистості. Також базисні переконання впливають на ефективність того, як особистість долає загрози й проблеми [11, с. 378]. Так, базисні переконання значною мірою визначають вибір копінг-стратегій особистості. Стратегії подолання являють собою усвідомлені дії, спрямовані на активну зміну проблемної ситуації або пристосування в разі неможливості покращення [6, с. 195]. Таким чином, базисні переконання особистості впливають на суб'єктивне відчуття безпеки й вибір способів подолання важких ситуацій. Однак у сучасній науковій психологічній літературі питання взаємозв'язку базисних переконань особистості та її уявлень про безпеку й вибір копінг-стратегій досліджено не досить. Отже, метою дослідження було встановлення зв'язку між базисними переконаннями особистості та її відчуттям безпеки й застосуванням стратегій подолання. Були поставлені такі питання:

1. Як були виражені базисні переконання про безпеку в досліджених особистостях?
2. Як базисні переконання впливали на відчуття безпеки особистості?
3. Як базисні переконання впливали на копінг-поведінку особистості?

Емпіричне дослідження проводили методом опитування. До опитування було залучено сто особистостей, серед яких було

58 жінок і 42 чоловіки. Віковий діапазон склав 18–60 років. Для відповіді на поставлені питання застосовували такі методики:

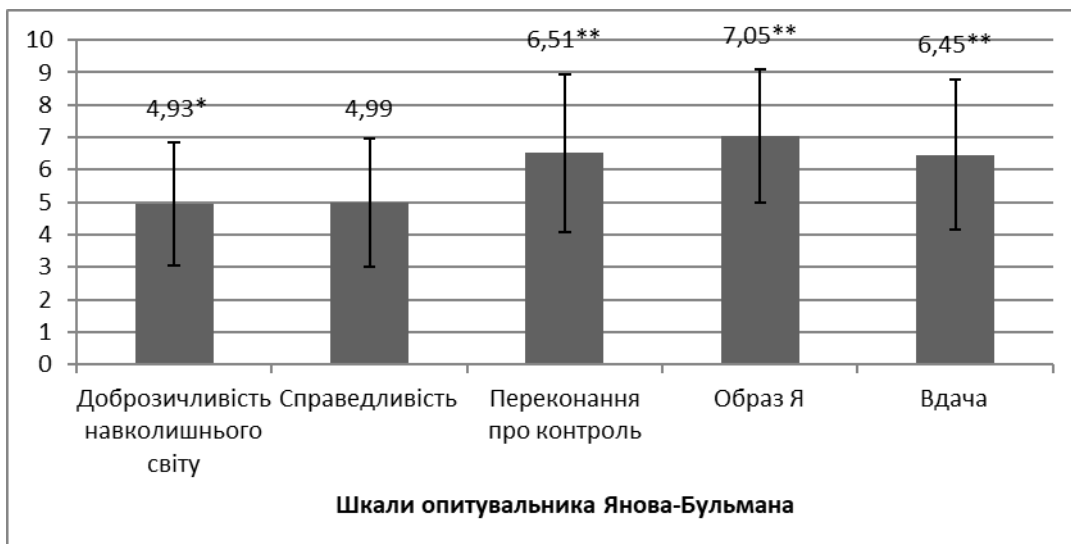
- 1) анкета для встановлення соціально-демографічних особистостей досліджених осіб;
- 2) опитувальник «Шкала базисних переконань» Ронні Янова-Бульмана [4, с. 98];
- 3) опитувальник суб'єктивних уявлень про безпеку Н.А. Лизь, Ж.Г. Купових, А.К. Прима й Т.А. Басанова [3];
- 4) опитувальник способів подолання С. Фолкман і Р.С. Лазаруса [10, с. 173] в адаптації С.І. Хаїрової (факторна модель Н.В. Родіної) [5, с. 340].

Для опису й аналізу даних застосовували методи описової статистики, непараметричний метод рангової кореляції Спірмена й непараметричний тест суми рангів Вілкоксона.

**Результати дослідження** такі:

1. Зв'язок між базисними переконаннями особистості й суб'єктивним відчуттям безпеки.

На першому етапі досліджень провели аналіз вираженості базисних переконань особистості досліджених осіб і порівняння з нормативним значенням для психічно здорових дорослих осіб. Для дослідження базисних уявлень про безпеку використовували опитувальник Янова-Бульмана. Для порівняння відмінності вираженості базисних переконань від нормативного значення 5,5 використовували критерій знакових рангів Вілкоксона [2, с. 91]. Результати наведено на рисунку 1.



**Рис. 1. Базисні переконання досліджених осіб**

Примітка. \* – за критерієм Вілкоксона, відхилення від стандартного значення є достовірним при  $p \leq 0.05$ ;

\*\* – за критерієм Вілкоксона, відхилення від стандартного значення є достовірним при  $p \leq 0.001$ .

## Зв'язок між базисними переконаннями й уявленнями про безпеку особистості

Суб'єктивні уявлення про безпеку	Базисні переконання Особистості				
	Доброзичливість навколишнього світу	Справедливість	Переконання про контроль	Образ Я	Вдача
Фізична безпека	-0,12	0,12	0,19	0,03	0,15
Свобода самовизначення та відповідальність	-0,07	0,31*	0,30*	0,07	0,33**
Соціальна безпека	-0,11	0,21*	0,12	0,11	0,41**
Самоконтроль	-0,15	0,31*	0,10	-0,03	0,31*
Здоров'я	-0,12	0,32**	0,28*	0,08	0,34**
Підтримка	0,01	0,26*	0,34**	0,08	0,22*

Примітка. \* – кореляція достовірна при  $p \leq 0.05$ ;

\*\* – кореляція достовірна при  $p \leq 0.001$ .

З рисунка 1 видно, що середнє значення за шкалою «Доброзичливість навколишнього світу» було  $4,93 \pm 1,90$  стенов, що є достовірно нижчим за нормативне значення. Середні бали за шкалою «Справедливість» становили  $4,99 \pm 1,97$  стенов, що не відрізняється від стандартного значення. За шкалою «Переконання про контроль» досліджувані в середньому отримали  $6,51 \pm 2,43$  стенов, що було достовірно вище стандартного значення. Результати за шкалою «Образ Я» в середньому становили  $7,05 \pm 2,05$  стенов, що також є більшим за нормативні показники. За шкалою «Вдача» в середньому показано  $6,45 \pm 2,31$  стенов, що також є достовірно вищим від стандартного значення. Так, показано, що опитані особи були менш впевнені в справедливості й доброзичливості навколишнього світу, ніж стандартна вибірка. Разом із тим досліджені продемонстрували більшу впевненість у власній гідності, удачливості й контролі.

На наступному етапі досліджували взаємозв'язок між базисними переконаннями особистості (за опитувальником Янова-Бульмана) [4, с. 98] і суб'єктивними уявленнями про безпеку (за опитувальником Н.А. Лизь зі співавторами) [3] за допомогою кореляційного аналізу Спірмена [1, с. 3]. Результати аналізу наведено в таблиці 1.

У таблиці 1 показано, що переконання в доброзичливості світу не пов'язано із суб'єктивними уявленнями про безпеку. Отже, довіра особистості до навколишнього світу не визначає її уявлення про безпеку. Для шкали «Справедливість» встановлено позитивну кореляцію зі шкалами «Свобода самовизначення та відповідальність», «Соціальна безпека», «Самоконтроль», «Здоров'я» та «Підтримка». Так, показано, що переконання особистості у справедливості світу позитивно пов'язано з важливістю особистісної свободи й відповідальності, права вибору, самореалізації та моральних

основ суспільства відчуття безпеки. Якщо особистість вірить, що кожен отримує те, на що заслуговує, для такої особистості значущою є спроможність заслуговувати на доброзичливість оточення своїми вчинками. Чим більше особистість впевнена у справедливості світу, тим більш важливими для неї стають права людини в суспільстві й низький рівень злочинності, фінансова захищеність і можливість розпізнати небезпеку. Також для такої особистості цінним є самоконтроль, можливість керувати своїми діями й відсутність зовнішнього маніпулювання, у тому числі за допомогою засобів масової інформації. Також шкала «Справедливість» позитивно пов'язана зі шкалою «Здоров'я». Отже, для особистостей, впевнених у справедливості світу, цінним для відчуття безпеки є фізичне здоров'я, оскільки здорова особистість більш спроможна на активні дії для забезпечення власної безпеки. Особистість, яка впевнена у справедливості світу, високо цінить підтримку оточення.

Результати за шкалою «Переконання про контроль», позитивно пов'язані зі значеннями за шкалами «Свобода самовизначення та відповідальність», «Здоров'я» та «Підтримка». Так, якщо особистість впевнена в тому, що вона спроможна контролювати своє життя та забезпечити власну безпеку, для неї важливішою є особистісна свобода, можливість здійснювати життєві вибори й відповідальність за своє життя. Свобода й відповідальність для таких особистостей підвищують кількість можливих виборів. Отже, вони мають більше шансів забезпечити свою безпеку. Також переконаність у контролі пов'язана з більшою значущістю здоров'я. Так, фізично здорова особистість більш спроможна контролювати власне життя та гарантувати безпеку, ніж хвора людина, що потребує лікування чи догляду. Упевненість у контролі пов'язана вищою

значущістю підтримки й визнання, оскільки соціальна підтримка збільшує шанси досягти успіху.

Також встановлено, що значення за шкалою «Образ Я» не пов'язано зі значеннями суб'єктивних уявлень про безпеку. Так, позитивне чи негативне оцінювання себе не визначає значущість зазначених факторів для відчуття безпеки. Результати за шкалою «Вдача» позитивно пов'язані зі шкалами «Свобода самовизначення та відповідальність», «Соціальна безпека», «Самоконтроль», «Здоров'я» та «Підтримка». Так, переконання особистості у власній удачливості визначає значущість для неї особистісної свободи, права вибору й реалізації. Удачливість особистості може проявитися тільки в ситуації, коли вона може обирати й нести відповідальність за свої дії. Також впевненість у власній удачливості корелює з важливістю прав особистості й низькою злочинністю. Для особистості, що переконана у власній удачливості, власний контроль і спроможність керувати своїм життям важливі для відчуття безпеки. Позитивну кореляцію також показано зі шкалою «Здоров'я». Для особистостей, що впевнені в удачливості, важливим є фізичне здоров'я, оскільки здорова особистість більше спроможна до активних вчинків, що приносять удачу. Більш удачлива особистість вище оцінює значущість підтримки й визнання оточенням. Отже, встановлено, що базисні уявлення особистості про світ пов'язані зі значущістю окремих факторів, що визначають її безпеку.

2. Зв'язок переконань про безпеку й стратегій подолання стресових ситуацій.

На наступному етапі досліджували, чи пов'язані базисні переконання особистості

з використанням копінг-стратегії для подолання стресу. Для аналізу стратегій подолання використовували опитувальник способів подолання С. Фолкман і Р.С. Лазаруса в адаптації С.І. Хаїрової [8, с. 9]. Альтернативна факторна модель опитувальника була запропонована Н.В. Родіною [5, с. 340]. Провели кореляційний аналіз Спірмена між шкалами опитувальників Янова-Бульмана й С. Фолкман і Р.С. Лазаруса [1, с. 3]. Результати аналізу наведені в таблиці 2.

Так, показано, що впевненість у доброзичливості навколишнього світу не впливає на використання стратегії подолання. Упевненість у справедливості світу позитивно пов'язана зі шкалою «Фокусування на позитиві». Переконаність особистості в справедливості світу приводить до того, що вона частіше розглядає стресову ситуацію як позитивний досвід для особистого зростання. Позитивні сторони стресової ситуації підкріплюють переконаність особистості в справедливості світу. Шкала «Справедливість» позитивно пов'язана зі шкалою «Прийняття бажаного за дійсне». Так, особистість, яка переконана, що вона достойна, може вважати, що стресові ситуації не повинні з нею траплятися. Такий індивід може мати тенденцію ігнорувати й недооцінювати проблему, використовуючи механізм прийняття бажаного за дійсне. Шкала «Справедливість» пов'язана зі шкалою «Пошук соціальної підтримки». Така особистість частіше звертається до інших по допомогу, оскільки вона вірить, що справедливе оточення готове прийти на допомогу. Шкала «Справедливість» корелює зі шкалою «Самозвинувачення». Переконання в справедливості світу приводить до того, що особистість частіше звинувачує

Таблиця 2

**Зв'язок між базисними переконаннями й способами подолання**

Способи подолання	Базисні переконання				
	Доброзичливість навколишнього світу	Справедливість	Переконання про контроль	Образ Я	Вдача
Фокусування на позитиві	0,17	0,34**	0,47**	0,35**	0,19
Прийняття бажаного за дійсне	0,08	0,20*	0,36**	-0,09	-0,26*
Пошук соціальної підтримки	0,18	0,20*	0,59**	0,23*	0,08
Самозвинувачення	-0,07	0,24*	0,45**	0,30*	0,20*
Розв'язання проблеми	0,04	0,16	0,45**	0,24*	0,36**
Поведінкова розрядка	-0,10	0,21*	0,42**	0,20*	0,27*
Відстороненість	-0,05	-0,17	0,19	-0,24*	-0,34**
Аналіз проблеми	-0,13	0,27*	0,35**	0,33**	0,44**

Примітка. \* – кореляція достовірна при  $p \leq 0,05$ ;

\*\* – кореляція достовірна при  $p \leq 0,001$ .

себе в разі виникнення проблемної ситуації. У справедливому світі особистість заслуговує на все погане, що з нею трапляється. Також віра в справедливість світу корелює з більшим використанням поведінкової розрядки. Це може бути пов'язано з тим, що особистість своїми вчинками намагається «заслужити» розв'язання проблеми. Віра в справедливість пов'язана з використанням аналізу проблеми як стратегії подолання. Можна стверджувати, що впевненість у справедливості світу приводить до того, що особистість значні сили й ресурси докладає на встановлення причин проблеми.

Переконання про контроль позитивно пов'язано з усіма способами подолання, окрім відстороненості. Отже, чим більше особистість переконана у власному контролі, тим частіше вона застосовує майже всі копінг-стратегії. Впевненість у контролі пов'язана з фокусуванням на позитиві, оскільки така особистість буде намагатися знайти в стресових ситуаціях хоча б щось позитивне. Переконання про контроль також пов'язані з прийняттям бажаного за дійсне. Зокрема, особистість може бути хибно переконана в тому, що вона контролює ситуацію, що зменшує рівень стресу. Також переконання про контроль позитивно пов'язане з пошуком підтримки. Так, особистість, що переконана в контролі, буде намагатися активно розв'язати проблему шляхом допомоги інших. Переконання про контроль корелює із самозвинуваченням. Якщо особистість впевнена, що вона контролює все, що з нею відбувається, виникнення проблеми також є її відповідальністю. Переконання про контроль пов'язане зі шкалою «Розв'язання проблем». Якщо особистість переконана у власному контролі, вона буде докладати більше зусиль для розв'язання проблеми. Також переконання про контроль пов'язане із застосуванням поведінкової розрядки. Особистість, що впевнена у власному контролі, буде виконувати активні дії, щоб мати ілюзію продуктивної активності. Переконання про контроль приводить до більшого використання аналізу проблеми. Особистість, яка контролює власне життя, часто аналізує проблему й шукає причини, які призвели до її появи.

Показано взаємозв'язок між шкалою «Образ Я» та способами подолання. Установлено, що переконання про цінність власного Я пов'язане із частішим використанням фокусування на позитиві. Також таке переконання корелює з пошуком соціальної підтримки. Якщо індивід переконаний у тому, що він гідний допомоги, такий індивід частіше шукає підтримки оточення. Також установлено, що позитивний образ Я пов'язаний із самозвинуваченням. Така особистість має тенденцію звинувачувати себе в разі виник-

нення проблем. Переконаність у цінності власного Я також пов'язана зі стратегією розв'язання проблем. Особистість, яка переконана у власній цінності, більш схильна до активних дій для розв'язання проблеми. Також шкала «Образ Я» пов'язана з використанням поведінкової розрядки. Так, позитивні уявлення про себе приводять до більш активного способу життя. Установлено негативну кореляцію між образом Я та відстороненістю. Чим більше особистість переконана у своїй цінності, тим рідше вона відсторонюється від проблем. Переконаність у цінності власного Я позитивно пов'язана зі шкалою «Аналіз проблеми». Особистість, яка переконана у власній цінності, більш схильна до аналізу причин проблеми й пошуку способів покращення ситуації. Так, у цілому, позитивний образ Я приводить до більшого використання всіх стратегій подолання, окрім відстороненості.

Також оцінено зв'язок шкали «Вдача» з використанням стратегій подолання. Установлено, що вдача негативно корелює зі шкалою «Прийняття бажаного за дійсне». Особистість, що переконана у власній удачливості, рідше застосовує заперечення та ігнорування проблеми. Також ця шкала корелює зі шкалою «Самозвинувачення». Чим більше особистість переконана у власній удачливості, тим частіше вона звинувачує себе у виникненні труднощів. Переконаність індивіда у власній удачливості позитивно пов'язана з розв'язанням проблеми. Ймовірно, така особистість чинить активні дії для покращення ситуації, сподіваючись, що їй пощастить. «Вдача» позитивно пов'язана з поведінковою розрядкою. Так, особистість, що впевнена у власній вдачі, більш схильна до активності, навіть якщо така активність не приводить до розв'язання проблеми. Віра індивіда у власну удачливість негативно пов'язана з відстороненістю. Особистість, що переконана в тому, що вона удачлива, рідше ігнорує проблеми, оскільки впевнена в щасливому вирішенні ситуації. Шкала «Вдача» позитивно корелює зі шкалою «Аналіз проблеми». Так, впевненість особистості у власній удачливості приводить до частішого аналізу ситуації та пошуку способів подолання проблеми. У цілому встановлено, що переконаність особистості у власній удачливості негативно впливає на використання прийняття бажаного за дійсне й відстороненості й позитивно пов'язане із самозвинуваченням, розв'язанням проблеми, поведінковою розрядкою та аналізом проблеми. Базисні переконання особистості впливали на рівень використання копінг-механізмів.

Таким чином, у роботі визначено базисні переконання стосовно навколишнього світу й власного Я особистостей за п'ятьма шкалами опитувальника Янова-Бульмана: «Добро-

зичливість навколишнього світу», «Справедливість», «Переконання про контроль», «Образ Я» та «Вдача». Показано, що переконання про доброзичливість навколишнього світу були достовірно нижчими за стандартне середнє, а переконання про контроль, позитивний образ Я та удачливість були достовірно вищими за стандартне середнє. Також встановлено вплив цих переконань на відчуття безпеки особистості. Так, показано, що переконання в доброзичливості світу й позитивний образ Я не впливають на значущість факторів безпеки. Разом із тим упевненість у справедливості світу збільшує важливість свободи, відповідальності, контролю, здоров'я та підтримки. Також впевненість у власному контролі пов'язана з більшою значущістю свободи, здоров'я та підтримки. Переконання про власну вдачу збільшує значущість свободи, соціальної безпеки, самоконтролю, здоров'я та підтримки для відчуття безпеки. Установлено, як базисні переконання впливають на вибір стратегій подолання стресу. Показано, що впевненість у справедливості світу, удачливості, контролі й позитивний образ Я приводять до частішого застосування різноманітних копінг-стратегій, а саме аналізу й розв'язання проблеми, пошуку підтримки, поведінкової розрядки, самозвинувачення та фокусування на позитиві. Разом із тим ці базисні переконання знижали застосування відстороненості й прийняття бажаного за дійсне.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Кошелева Н.Н. Корреляционный анализ и его применение для подсчета ранговой корреляции Спирмена. *Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук*. 2012. Т. 5. С. 23–26.
2. Леньков С.Л., Рубцова Н.Е. Статистические методы в психологии. Учебник и практикум для бакалавриата, специалитета и магистратуры. 3-е изд., испр. и доп. Москва : Litres, 2021. 311 с.
3. Разработка опросника субъективных представлений о безопасности / Н.А. Лызь и др. *Прикладная психология и психоанализ*. 2015. Т. 1. URL: <https://www.ppip.idnk.ru/index.php/2011-02-24-13-44-24/9-2011-02-24-12-27-14/-3-2011/625-2011-09-28-06-11-46#linkс> (дата звернення: 15.04.2021).
4. Падун М.А., Котельникова А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман. *Психологический журнал*. 2008. Т. 29. №. 4. С. 98–106.
5. Родіна Н.В. Опитувальник WOCQ в адаптації С.І. Хаїрової. Психометричний аналіз і альтернативна факторна модель. *Актуальні проблеми психології*. 2010. Т. 12. № 10. С. 340–350.
6. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : монографія. Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2011. 364 с.
7. Родіна Н.В. Розвиток копінгу на протязі життєвого шляху особистості. *Вісник Одеського національного університету*. 2014. Т. 19. № 31. С. 279–289.
8. Хаирова С. И. К созданию адаптированного варианта методики WOCQ (ways of coping questionnaire). *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. Т. 1. С. 9–16.
9. The handbook of stress and health: A guide to research and practice / Eds. C. Cooper, J.C. Quick. John Wiley & Sons, 2017. 728 p.
10. Lazarus R.S. Folkman S. Stress, appraisal and coping. New-York : Springer Publishing House, 1984. 456 p.
11. Trauma, world assumptions, and coping resources among youthful offenders: social work, mental health, and criminal justice implications / T. Maschi et al. *Child and Adolescent Social Work Journal*. 2010. Т. 27. №. 6. P. 377–393.