

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕЛЯТЫ РИСКА ТРУДОГОЛИЗМА У ВЗРОСЛЫХ РАБОТАЮЩИХ РОССИЯН

Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ (проект № 13-06-18012е).

Статья написана по результатам экспедиционного психологического исследования риска трудоголизма, проведенного в различных регионах России в 2013 г. В процессе исследования собирались данные о субъективных представлениях взрослых россиян из различных регионов об их жизни посредством наблюдения, интервью и с помощью батареи личностных опросников. Представлены результаты статистического анализа полученных данных. Результаты корреляционного анализа позволяют предположить, что риск трудоголизма в современной России связан не только и не столько с «уходом» человека в работу, сколько с редукцией представлений о полноте и сложности образа жизни, извращением представлений человека о роли и месте труда в его жизни. Результаты исследования позволяют усовершенствовать подход как к изучению феномена риска трудоголизма, так и к разработке практических мероприятий по коррекции и профилактике трудоголизма и вообще в отношении человеческого потенциала.

Ключевые слова: трудозависимость; представления; человеческий потенциал; риск трудоголизма.

Описание выборки исследования. Данные собирались в течение 2013 г. Респондентам предлагалось заполнить анкету на бумажном бланке, содержащую этические вопросы о согласии на участие в исследовании, место для указания личных данных и бланки опросников. В исследовании приняли участие 323 человека (66 мужчин и 257 женщин) в возрасте от 17 до 67 лет ($M = 33$; $\sigma = 11,078$) из различных городов России (Томск, Северск, Каргасок, Бакчар, Тюмень, Нижний Новгород, Самара, Новокуйбышевск, Дзержинск, Кемерово, Ленинск-Кузнецкий, Новокузнецк, Междуреченск, Прокопьевск, Тисуль, Красноярск, Петропавловск-Камчатский, Елизово, Якутск, Риддер, Рубцовск). Половина респондентов (49,5%) состоят в браке и имеют одного или нескольких детей. Практически все респонденты имеют постоянное место работы, сферы их профессиональной деятельности представлены достаточно широко: сфера услуг, помогающие профессии, предпринимательство, менеджмент, строительство, административный аппарат, медицина, IT-технологии, инженерные профессии и пр.

Методики исследования. Изучение риска развития трудоголизма проводилось с помощью *шкалы трудозависимости* [1. С. 265–272]. Методика состоит из семи утверждений, на каждое из которых испытуемому нужно выбрать один из пяти предложенных вариантов ответов («никогда», «редко», «иногда», «часто», «всегда»).

Для изучения транстемпоральной структуры экзистенции использовалась *авторская анкета* (автор О.В. Лукьянов), состоящая из пяти вопросов, четыре из которых предполагают выбор испытуемым ответа из предложенных вариантов и один вопрос открытый.

Выраженность признаков тревожно-депрессивного расстройства у респондентов изучалась с помощью *гоститальной шкалы тревоги и депрессии, HAD* [2], включающей две подшкалы: тревогу и депрессию.

Уровень самоуважения / самооценки респондентов измерялся с помощью *шкалы самоуважения* (автор М. Розенберг) [3].

Когнитивная оценка соответствия жизненных обстоятельств ожиданиям респондентов, общая мера их внутренней гармонии и психологической удовлетворенности проводилась с помощью *шкалы удовлетво-*

рённости жизнью (автор Э. Динер, адаптация Д.А. Леонтьева) [4].

Особенности установок и навыков респондентов, позволяющих превратить жизненные ситуации в новые возможности, изучались с помощью *теста жизнестойкости* (автор С. Мадди, в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой) [5]. Русскоязычный вариант теста «Жизнестойкости» содержит 45 вопросов и позволяет измерить три шкалы: вовлеченность, контроль и принятие риска.

Оценка сформированности параметров самоорганизации, навыков тактического планирования и стратегического целеполагания осуществлялась с помощью *опросника «Самоорганизация деятельности» (ОСД)* (Е.Ю. Мандрикова) [6]. Опросник ОСД содержит 25 вопросов, с помощью которых согласно ключу диагностируются 6 шкал: планомерность, целеустремленность, настойчивость, фиксация, самоорганизация, ориентация на настоящее.

Отношение респондентов к новым или сложным, неоднозначным ситуациям изучалось с помощью *шкалы толерантности к неопределенности (MSTAT-I)* Д. Маклейна в адаптации Е.Г. Луковицкой) [7].

Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы IBM SPSS Statistics.

Результаты исследования распределения риска психологической трудозависимости по социально-демографическим факторам. В результате применения «Шкалы трудозависимости» были получены следующие суммарные показатели: $\min = 7$; $\max = 35$; $M = 15,99$; $\sigma = 4,24$; $Me = 16$. Частотное распределение показателя трудозависимости представлено на рис. 1.

Анализ гистограммы, представленной на рис. 1, свидетельствует о нормальном распределении показателя психологической трудозависимости на исследуемой выборке респондентов.

В соответствии с нормативными показателями методики из общей выборки респондентов была выделена группа испытуемых с высоким риском развития психологической трудозависимости. В данную группу вошли 23 респондента из таких городов, как Петропавловск-Камчатский (6 чел.), Томск (5 чел.), Красноярск (5 чел.), Новокузнецк (4 чел.), Самара (2 чел.) и Кеме-

рово (1 чел.). Среди них большинство (73,9%) имеют высшее образование, не состоят в браке (65,2%) и не имеют детей (61%). При этом в результате статистического анализа было установлено, что показатель трудоголизма обратно коррелирует с количеством детей ($r = -0,115$; $p = 0,039$). Влияние возраста и пола на развитие риска психологической трудовозависимости в данном исследовании установлено не было. Самые распространенные профессии в группе трудоголиков (65%) – это педагоги и психологи.

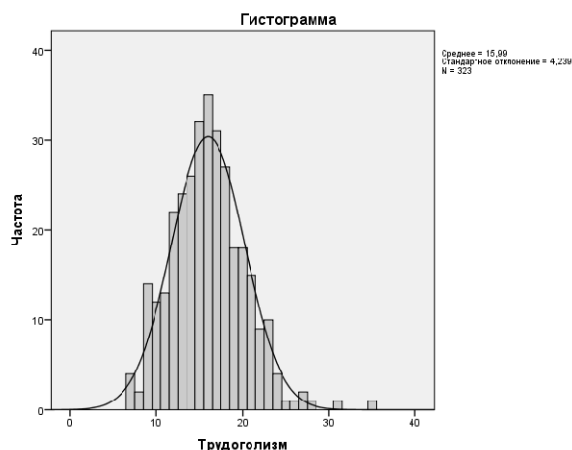


Рис. 1. Частотное распределение показателя трудоголизма

Распределение риска трудоголизма в соответствии с представлениями респондентов о полноте и разнообразии их жизни. В анкете респондентам предлагалось представить свою жизнь во временном

отношении: когда их жизнь была наиболее динамичной; достаточно ли времени они проводят с близкими; отличается ли их жизнь в связи со сменной времен года; какой масштаб, по их мнению, наиболее подходит для оценки производительности их труда и т.д. Предполагалось, что совокупность ответов на вопросы анкеты позволит оценить степень деструкции образа жизни в представлениях респондентов [8].

Исходя из цели и задач исследования, анализ результатов анкетирования проводился отдельно в группе испытуемых, у которых отсутствуют признаки психологической трудовозависимости (группа 1), и в группе испытуемых, у которых отмечаются признаки риска развития психологической трудовозависимости (группа 2). Результаты анкетирования в двух выделенных группах приведены в табл. 1–5.

Данные, приведенные в табл. 1, показывают, что большинство испытуемых с выраженным риском развития трудоголизма (43,5%) отмечают, что их жизнь всегда была динамичной, изменчивой, спонтанной. Тогда как большая часть респондентов без явных признаков трудоголизма (46%) считают, что наиболее динамичной их жизнь была в период юности.

Ответы другой части респондентов на данный вопрос распределились более или менее равномерно по другим возрастным этапам. При этом следует отметить, что среди трудоголиков отсутствуют люди, считающие свою жизнь статичной, неизменной. Такие данные противоречат здравому смыслу, если считать трудовозависимость действительно зависимостью от труда.

Таблица 1

Ответы респондентов с различной степенью риска развития трудоголизма на первый вопрос анкеты

Группа	Частота встречаемости признака	1. В каком возрасте Ваша жизнь была в достаточной степени изменчивой, динамичной, спонтанной?					Итого
		Никогда	В детстве	В юности	В зрелом возрасте	Всегда	
Группа 1	Кол-во	17	24	138	21	100	300
	%	5,7	8,0	46,0	7,0	33,3	100,0
Группа 2	Кол-во	0	2	6	5	10	23
	%	0,0	8,7	26,1	21,7	43,5	100,0
Итого	Кол-во	17	26	144	26	110	323
	%	5,3	8,0	44,6	8,0	34,1	100,0

Мы предполагаем, что у людей, для которых характерны высокие показатели по шкале трудовозависимости, нарушены представления о полноценной, интенсивной, динамичной жизни. Вероятно, дело не в том, что их жизнь разнообразна, а в том, что она достаточно разнообразна. Люди, устоявшие перед риском трудовозависимости, сохраняют критическое отношение к тому, насколько их реальная жизнь ограничена и отличается от идеальной.

Проведенный статистический анализ показал, что уровень образования положительно коррелирует с возрастными этапами, которые респонденты оценивают как более динамичные, спонтанные и изменчивые ($r = 0,144$; $p = 0,009$). То, что взрослая, трудовая жизнь представляется россиянам менее динамичной по сравнению с периодом учебы, может говорить о социальных дефицитах, характерных для России, что влияет на уровень счастья (сравнительно низкий в нашей стране).

Согласно анализу ответов респондентов на второй вопрос анкеты (см. табл. 2), более половины респондентов из первой и второй групп отмечают отсутствие разницы в своем образе жизни в разное время года. Это может говорить о тенденции отчуждения работающего человека от природы. И, вероятно, это отчуждение опережает появление других признаков трудовозависимости [9].

Наиболее удобной схемой оценки стоимости труда большинство респондентов из первой и второй групп считают стоимость рабочего часа. На наш взгляд, заслуживает внимания тот факт, что испытуемые с признаками психологической трудовозависимости не рассматривают в качестве возможной схемы оценки стоимости труда – стоимость рабочего года (см. табл. 3). Психологическая готовность «разменять» свою жизнь на часы, не сложить ее в годы, эпохи и события, а именно разделить на часы и поменять на оплату или переживания, свидетельствует о тенденции люмпенизации россиян (отказ от культурно-исторической

ответственности, отказ от задачи воспроизводить в своем конкретном случае образ жизни своего народа). Анализ

выборки позволяет предположить, что тенденция к люмпенизации опережает другие признаки трудозависимости.

Т а б л и ц а 2

Ответы респондентов с различной степенью риска развития трудоголизма на второй вопрос анкеты

Группа	Частота встречаемости признака	2. Ваш образ жизни подразумевает большую разницу между весной, летом, осенью, зимой?		Итого
		Да	Нет	
Группа 1	Кол-во	138	162	300
	%	46,0	54,0	100,0
Группа 2	Кол-во	8	15	23
	%	34,8	65,2	100,0
Итого	Кол-во	146	177	323
	%	45,2	54,8	100,0

Т а б л и ц а 3

Ответы респондентов с различной степенью риска развития трудоголизма на третий вопрос анкеты

Группа	Частота встречаемости признака	3. Какая схема является самой удобной для оценки стоимости Вашего труда?					Итого
		Стоимость рабочего часа	Стоимость рабочей недели	Стоимость рабочей смены (вахты)	Стоимость рабочего сезона	Стоимость рабочего года	
Группа 1	Кол-во	132	54	36	15	21	258
	%	51,2	20,9	14,0	5,8	8,1	100
Группа 2	Кол-во	12	4	1	2	0	19
	%	63,2	21,1	5,3	10,5	0	100
Итого	Кол-во	144	58	37	17	21	277
	%	52,0	20,9	13,4	6,1	7,6	100

Т а б л и ц а 4

Ответы респондентов с различной степенью риска развития трудоголизма на четвертый вопрос анкеты

Группа	Частота встречаемости признака	4. Как много времени Ваша работа позволяет вам проводить вместе со своими близкими?						Итого
		Столько, сколько сам захочу	Каждый вечер	Несколько вечеров в неделю	Все выходные дни	Редкие выходные	Мало и незаконномерно, как получится	
Группа 1	Кол-во	29	7	31	47	116	64	294
	%	9,9	2,4	10,5	16,0	39,5	21,8	100
Группа 2	Кол-во	11	1	2	5	3	1	23
	%	47,8	4,3	8,7	21,7	13,0	4,3	100
Итого	Кол-во	40	8	33	52	119	65	317
	%	12,6	2,5	10,4	16,4	37,5	20,5	100

Достаточно большая часть трудоголиков утверждают, что их работа позволяет проводить с близкими *столько времени, сколько они захотят* (47,8%); *все выходные дни* (21,7%). Большинство людей-нетрудоголиков отмечают, что их работа позволяет проводить с близкими *лишь редкие выходные* (39,5%); *мало и незаконномерно* (21,8%). В группе людей, у которых отсутствуют явные признаки трудозависимости, господствует представление о том, что они хотели бы проводить с близкими существенно больше времени.

В результате проведенного статистического анализа было установлено, что с ростом показателя трудоголизма уменьшается количество времени, проводимого респондентами с близкими ($r = -0,346$; $p < 0,001$). Так-

же было установлено, что чем старше становятся люди, тем меньше они проводят времени со своими близкими из-за занятости на работе ($r = 0,132$; $p = 0,019$). Кроме того, было получено, что количество времени, проведенного с близкими, уменьшается с повышением уровня образования ($r = 0,122$; $p = 0,031$) и с увеличением количества детей ($r = 0,130$; $p = 0,021$). Полученные результаты актуализируют вопрос не только количества, но и качества времени, проживаемого с близкими. Не исключено, что количество, т.е. физическое время, проводимое с близкими, неизбежно уменьшается и должно уменьшаться. Но важно изучить психологические тенденции, смыслы совместного времяпрепровождения.

Т а б л и ц а 5

Ответы респондентов с различной степенью риска развития трудоголизма на пятый вопрос анкеты

Группа	Частота встречаемости признака	5. Умеете ли Вы отдыхать?			Итого
		Нет, не умею	Иногда	Да, умею	
Группа 1	Кол-во	44	39	217	300
	%	14,7	13,0	72,3	100
Группа 2	Кол-во	8	2	13	23
	%	34,8	8,7	56,5	100
Итого	Кол-во	52	41	230	323
	%	16,1	12,7	71,2	100

На вопрос «Умеете ли вы отдыхать?» третья часть испытуемых с выраженным риском развития психологической трудозависимости (34,8%) ответила, что не умеют. При этом 56,5% трудоголиков на данный вопрос ответили утвердительно. Большинство респондентов без явных признаков трудоголизма (72,3%) отметили, что отдыхать умеют.

Статистический анализ показал, что умение отдыхать обратно коррелирует с возрастом ($r = -0,205$; $p < 0,001$) и количеством детей ($r = -0,186$; $p = 0,001$). Кроме того, умение отдыхать положительно коррелирует с возрастными этапами, которые респондентами оцениваются как наиболее изменчивые и спонтанные ($r = 0,176$; $p = 0,001$).

Совокупность результатов косвенным образом подтверждает гипотезу о том, что трудозависимость является не столько зависимостью от работы, сколько извращенным и обедненным представлением об образе жизни и, возможно, действительно редукцией, обеднением реального образа жизни [10, 11].

Результаты исследования взаимосвязи риска психологической трудозависимости с признаками тревожно-депрессивного расстройства. Для изучения характера взаимосвязи выраженности трудоголизма и показателей тревожно-депрессивного расстройства был проведен корреляционный анализ: показатель психологической трудозависимости положительно коррелирует на высоком уровне статистической значимости с показателем тревоги ($r = 0,341$; $p < 0,001$) и с показателем депрессии ($r = 0,188$; $p = 0,001$). Полученный результат свидетельствует, что с ростом развития риска психологической трудозависимости у людей повышается тревожность и подверженность депрессивным состояниям. Кроме того, может иметь место и обратная сторона данной взаимосвязи, т.е. «уход с головой в работу» может выступать способом борьбы человека с тревожно-депрессивным состоянием и, как следствие, может провоцировать риск развития психологической трудозависимости.

Кроме того, были получены статистически значимые корреляционные связи между признаками тревожно-депрессивного расстройства и ответами респондентов на 1, 4 и 5-й вопросы анкеты. Полученные данные дают основание полагать, что люди с тревожно-депрессивными расстройствами не отдыхают и не умеют отдыхать; они считают, что все изменения, которые могли бы произойти в их жизни, остались в прошлом, а их настоящая жизнь достаточно статична и неизменна. С другой стороны, можно сделать предположение о том, что неумение отдыхать и отсутствие регулярного активного отдыха от работы является одним из факторов, способствующих развитию риска развития трудоголизма с последующими признаками тревожно-депрессивного расстройства.

Полученная корреляция не позволяет предположить, что является причиной, а что следствием, но, как и предыдущие результаты, подтверждает гипотезу о нарушении целостности полноты жизни людей, подверженных риску трудозависимости.

Результаты исследования взаимосвязи риска психологической трудозависимости с показателями внутренней гармонии и психологической удовле-

творенности. Исследование взаимосвязи риска трудоголизма с показателями внутренней гармонии и психологической удовлетворенности проводилось с помощью корреляционного анализа, в результате которого было обнаружено, что показатель трудоголизма отрицательно коррелирует с показателем удовлетворенности жизнью ($r = -0,114$; $p = 0,041$). Полученная взаимосвязь дает нам основание полагать, что неудовлетворенность жизнью, внутренняя дисгармония, может служить надежным коррелятом риска психологической трудозависимости. Кроме того, было установлено, что показатель психологической удовлетворенности положительно коррелирует на высоком уровне статистической значимости с показателем внутренней гармонии личности ($r = 0,452$; $p < 0,001$), вероятно, что именно внутренняя гармония, мы предпочитаем говорить «целостность», свидетельствует об устойчивости человека к риску трудозависимости. При этом взаимосвязь уровня трудоголизма с показателем самоуважения отмечается лишь на уровне статистической тенденции ($r = -0,104$; $p = 0,062$).

Также полученные статистически значимые корреляционные связи ($p < 0,001$) признаков внутренней гармонии и психологической удовлетворенности с ответами респондентов на 1-й и 5-й вопросы анкеты позволяют говорить о том, что внутренне гармоничные люди, удовлетворенные собственной жизнью, склонны считать свою настоящую жизнь в достаточной степени изменчивой, динамичной и спонтанной. Такие люди, как правило, умеют отдыхать и регулярно отдыхают от трудовой деятельности [12, 13].

Результаты исследования взаимосвязи риска психологической трудозависимости с личностными особенностями. Для изучения характера взаимосвязи риска психологической трудозависимости с особенностями жизненных установок личности также применялся корреляционный анализ между показателями таких методик, как «Шкала трудозависимости», авторская анкета, тест «Жизнестойкости», опросник «Самоорганизации деятельности», «Шкала толерантности к неопределенности».

В результате проведенного статистического анализа было установлено, что показатель трудоголизма отрицательно коррелирует ($p < 0,05$) со всеми шкалами теста «Жизнестойкости», с такими шкалами опросника ОСД, как настойчивость ($r = -0,193$; $p < 0,001$) и ориентация на настоящее ($r = -0,122$; $p = 0,028$), с показателем шкалы «Толерантность к неопределенности» ($r = -0,163$; $p = 0,003$). Это означает, что, с одной стороны, низкая жизнестойкость, низкая толерантность к неопределенным ситуациям, слабая воля, отсутствие выраженной концентрации на настоящем могут провоцировать уход в работу и, как следствие, служить основанием для развития психологической трудозависимости. С другой стороны, если человек полностью погружен в свою работу, не мыслит своего существования без нее, видит лишь в ней смысл всей своей жизни (что свидетельствует о выраженных признаках трудоголизма), то такая жизненная позиция, несомненно, будет снижать показатели жизнестойкости.

При этом отмечается положительная корреляционная связь показателя трудоголизма с такими шкалами

опросника «ОСД», как фиксация ($r = 0,177$; $p = 0,001$) и самоорганизация ($r = 0,134$; $p = 0,016$). Это вполне объяснимо, поскольку фиксация, исполнительность, навыки самоорганизации являются неотъемлемыми качествами человека, осуществляющего различные виды трудовой деятельности, и, тем более, человека, полностью погруженного в работу.

Также были обнаружены положительные корреляционные связи ($p < 0,05$) данных анкетного опроса о наиболее динамичных возрастных периодах респондентов и показателями всех шкал теста «Жизнестойкости», показателей таких шкал опросника «ОСД», как плановмерность, целеустремленность, настойчивость, и показателей шкалы «Толерантность к неопределенности». Полученные данные позволяют сделать предположение о том, что люди с высокими показателями жизнестойкости, самоорганизации и выраженной толерантностью к неопределенности склонны считать свою жизнь в достаточной степени динамичной, изменчивой и спонтанной.

Данные анкетного опроса респондентов об удобной схеме оценки стоимости труда отрицательно коррелируют с показателем шкалы «Толерантность к неопределенности» ($r = -0,125$; $p = 0,038$). Это дает нам основание полагать, что люди с низкой толерантностью к неопределенности в качестве удобной схемы оценки стоимости труда склонны рассматривать более короткие временные промежутки (например, стоимость рабочего часа).

Обнаруженная корреляционная связь между данными анкетного опроса респондентов о времени проведения со своими близкими и показателями шкал риск ($r = 0,171$; $p = 0,002$) и ориентация на настоящее ($r = 0,113$; $p = 0,044$) позволяет сделать следующий вывод.

Люди, склонные к риску и сконцентрированные на происходящем с ними в настоящий момент, меньше времени проводят со своими близкими, чем те, кто не концентрируется на настоящем, стремится к безопасности и избегает неудач и негативного опыта.

Выявленные статистически значимые положительные корреляционные связи данных анкетного опроса респондентов об умении отдыхать с показателями всех шкал теста жизнестойкости ($p < 0,001$), со шкалами опросника «ОСД» целеустремленность ($r = 0,185$; $p = 0,001$) и настойчивость ($r = 0,163$; $p = 0,003$) и с показателем шкалы «Толерантность к неопределенности» ($r = 0,228$; $p < 0,001$) позволяют сделать вывод о том, что чем выше жизнестойкость и толерантность к неопределенности, чем более волевой, организованный и целеустремленный характер у человека, тем выше у него способности и возможности организовать свою жизнь так, чтобы в ней всегда было место отдыху.

Проведенный корреляционный анализ данных позволяет продолжить исследование, уточняющее реальную ситуацию с риском трудоголизма в России. Шкала трудозависимости не является достаточным инструментом для оценки риска распространения зависимости. Обнаруженные нами психологические и личностные корреляты позволяют более содержательно изучить как собранные нами данные, так и данные других исследователей. Отрицательная корреляция значений по шкалам трудоголизма и жизнестойкости позволяет предположить, что ключевым психологическим фактором выявления риска трудоголизма может быть ответственность человека перед изменениями жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Andreassen C.S., Griffiths M.D., Hetland J. & Pallesen S. Development of a work addiction scale. *Scandinavian Journal of Psychology* 53, 2012:265–272.
2. Калягин В.А. Логопсихология : учеб. пособие / В.А. Калягин, Т.С. Овчинникова. М. : Академия, 2006. 320 с.
3. Общая психодиагностика / под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. СПб. : Речь, 2006. 440 с.
4. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Апробация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия // Материалы III Всероссийского социологического конгресса. М. : Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008.
5. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости // Психология общения. Энциклопедический словарь. М. : Когито-центр, 2011. С. 535–536.
6. Мандрикова Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 87–111.
7. Луковицкая Е.Г. Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности : дис. ... канд. психол. наук. М. : РГБ, 2003.
8. Ключко В.Е., Лукьянов О.В. Личностная идентичность и проблема устойчивости человека в меняющемся мире: системно-антропологический ракурс // Вестник Томского государственного университета. 2009. № 324. С. 333–336.
9. Лукьянов О.В. Фактор времени в системе психологических интерпретаций // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2010. Т. 7. № 2. С. 46.
10. Лукьянов О.В., Щеглова Э.А., Балашова (Аркан) М.Ю. Исследование риска развития психологической зависимости от работы (трудоголизма) в современной России // Вестник Томского государственного университета. 2012. № 363. С. 183–187.
11. Лукьянов О.В. Экзистенциальный анализ и природа времени. Транстемпоральный характер экзистенциального опыта // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 299. С. 164–170.
12. Лукьянов О.В. Актуальность изучения транстемпоральных аспектов социального и психологического опыта // Вестник Томского государственного университета. 2007. № 298. С. 179–185.
13. Лукьянов О.В., Неяскина Ю.Ю. Смысловые детерминанты временной перспективы личности // Вестник Томского государственного университета. 2012. № 360. С. 152–157.

Статья представлена научной редакцией «Психология и педагогика» 23 августа 2013 г.