

УДК 159.942:159.95:37.013.77
DOI: 10.31732/2663-2209-2024-76-402-408

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ: КОГНІТИВНИЙ ТА ПОВЕДІНКОВИЙ АСПЕКТИ

Юрій Шинкаренко

Аспірант кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: shynkarenkoyuriy@gmail.com

FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF COPING STRATEGIES IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING OF PSYCHOLOGISTS: COGNITIVE AND BEHAVIORAL ASPECTS

Yurii Shynkarenko

Postgraduate student of the Department of Psychology, "KROK" University, Kyiv, Ukraine, e-mail: shynkarenkoyuriy@gmail.com

Анотація. Статтю присвячено аналізу особливостей розвитку копінг-стратегій у процесі професійної підготовки майбутніх психологів із фокусом на когнітивному та поведінковому аспектах. У сучасних умовах високих вимог до психологічної підготовки фахівців особливого значення набуває формування стресостійкості та адаптаційного потенціалу через розвиток ефективних копінг-стратегій. Це дозволяє майбутнім психологам забезпечувати якісне виконання професійних обов'язків, долаючи виклики, пов'язані зі специфікою їхньої діяльності. У статті розкрито актуальність дослідження, обґрунтовано необхідність інтеграції розвитку копінг-стратегій у професійну освіту з огляду на високий рівень емоційного навантаження роботи психолога.

Проаналізовано сучасну наукову літературу, яка висвітлює зв'язок між особистісними рисами, соціальними впливами та специфікою навчального середовища у формуванні копінг-стратегій. Виокремлено ключові когнітивні й поведінкові компоненти цих стратегій, які відіграють значну роль у професійній ефективності та психологічному благополуччі фахівців. Обґрунтовано, що розвиток копінг-стратегій є важливим фактором запобігання емоційному вигоранню, що підкреслює їхню значущість у професійній підготовці майбутніх психологів.

У роботі використано методи теоретичного аналізу, порівняння, узагальнення та систематизації, що дозволило структурувати сучасні підходи до вивчення копінг-стратегій. Доведено, що професійна підготовка психологів має включати не лише здобуття теоретичних знань і практичних навичок, а й розвиток здатності до емоційної саморегуляції та адаптації до стресових ситуацій. Визначено змістовне наповнення когнітивного та поведінкового компонентів копінг-стратегій.

У результаті доведено, що результативність формування копінг-стратегій залежить від можливостей сучасної системи освіти враховувати когнітивні та поведінкові аспекти копінг-компетентності майбутніх фахівців. Окреслено конкретні методи та прийоми розвитку когнітивного та поведінкового компонентів копінг-стратегій у майбутніх психологів. Здійснене теоретичне дослідження формує ґрунтовну основу для подальшого вдосконалення психологічної освіти, спрямованої на підготовку стресостійких і професійно адаптованих фахівців.

Перспективи подальших досліджень пов'язані із вивченням динаміки розвитку когнітивного та поведінкового компонентів копінг-стратегій на різних етапах навчання, а також впливу на цей процес індивідуально-психологічних особливостей здобувачів психологічної освіти.

Ключові слова: психологічна освіта, професійна підготовка, копінг-стратегія, стресостійкість, адаптація, психоемоційний стан, когнітивні техніки, техніки моделювання.

Формул: 0; **рис.:** 0, **табл.:** 0, **бібл.:** 22.

Abstract. The article analyzes the peculiarities of the development of coping strategies in the process of professional training of future psychologists with the focus on cognitive and behavioral aspects. Given the modern conditions of high requirements for psychological training of specialists, the formation of stress resistance and adaptive potential through the development of effective coping strategies is of particular importance. This allows future psychologists to ensure the quality performance of professional duties, overcoming the challenges associated with the specifics of their activities. The article reveals the relevance of the study, substantiates the need to integrate the development of coping strategies into professional education, given the high level of emotional stress of psychologist's work.

The modern scientific literature that highlights the relationship between personal traits, social influences and the specifics of learning environment in the formation of coping strategies has been analyzed. The key cognitive and behavioral components of these strategies, which play a significant role in the professional efficiency and psychological

well-being of specialists, are highlighted. It is substantiated that the development of coping strategies is an important factor in preventing emotional burnout, which emphasizes their importance in the professional training of future psychologists.

The paper uses the methods of theoretical analysis, comparison, generalization and systematization, which allowed to structure modern approaches to the study of coping strategies. It is proved that the professional training of psychologists should include not only the acquisition of theoretical knowledge and practical skills, but also the development of the ability for emotional self-regulation and adaptation to stressful situations. The content of the cognitive and behavioral components of coping strategies is determined.

As a result, it is proved that the effectiveness of the formation of coping strategies depends on the ability of the modern education system to take into account the cognitive and behavioral aspects of the coping competence of future professionals. The specific methods and techniques for developing the cognitive and behavioral components of coping strategies in future psychologists are outlined. The theoretical study forms a solid basis for further improvement of psychological education aimed at training stress-resistant and professionally adapted specialists.

Prospects for further research are related to the study of the dynamics of the development of the cognitive and behavioral components of coping strategies at different stages of training, as well as the influence of individual psychological characteristics of psychological education students on this process.

Keywords: *psychological education, professional training, coping strategy, stress resistance, adaptation, psycho-emotional state, cognitive techniques, modeling techniques.*

Formulas: 0, **figures:** 0, **tables:** 0, **bibliography:** 22.

Вступ. У сучасних умовах зростання вимог до психологічної підготовки майбутніх фахівців особливої уваги набуває проблема розвитку копінг-стратегій як важливого елементу адаптації та стресостійкості у майбутній професійній діяльності. Копінг-стратегії дозволяють особистості ефективно долати життєві виклики, зберігаючи внутрішню рівновагу та набуті компетентності. У зв'язку з цим можна стверджувати, що професійна підготовка психологів є складним і багатогранним процесом, який передбачає не лише оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками, а й розвиток ефективних копінг-стратегій для подолання стресових ситуацій у майбутній професійній діяльності. Враховуючи інтенсивність і емоційне навантаження, яке характерне для роботи психологів, формування когнітивних і поведінкових стратегій подолання стресу стає важливим завданням сучасної психологічної освіти. Відповідно вивчення цього феномена в контексті професійної підготовки майбутніх психологів є важливим як з теоретичної, так і з практичної точки зору, оскільки саме в цей період формуються ключові когнітивні та поведінкові навички, необхідні для подальшої роботи з клієнтами.

Копінг-стратегії визначаються як свідомі дії та мисленнєві процеси,

спрямовані на управління емоційними станами та вирішення проблемних ситуацій, що має прямий вплив на професійну ефективність і психологічне благополуччя фахівця (Войцеховська, 2016; Carver & Connor-Smith, 2010). Останні дослідження вказують на те, що процес формування копінг-стратегій залежить від ряду чинників, зокрема індивідуальних особливостей особистості, впливу найближчого соціуму, специфіки професійного навчання та особливостей майбутньої професії (Карамушка & Снігур, 2024).

Практичне значення дослідження розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів полягає в тому, що цей процес є не лише умовою їхнього професійного становлення, а й важливим чинником запобігання емоційному вигоранню. За даними як зарубіжних, так і вітчизняних авторів, фахівці, які мають розвинені копінг-стратегії, демонструють вищу стресостійкість, краще адаптуються до нових умов та ефективніше працюють у складних, емоційно напружених професійних ситуаціях (Андрущенко, 2018; Володарська, 2024; Карамушка, 2024; Коляда & Золотар, 2023; Кузьменко & Сингаївська, 2022; Черкашин, 2021; Воекаerts, 2010; Freire et al., 2020). Зважаючи на це, розвиток копінг-стратегій у процесі професійної підготовки

психологів можна розглядати як одну з ключових складових формування їхньої професійної компетентності, що, у свою чергу, вимагає глибокого аналізу когнітивних та поведінкових аспектів цих стратегій. Адже попри значну кількість досліджень у цій галузі, залишається недостатньо вивченим питання інтеграції розвитку копінг-стратегій у процес професійної підготовки саме з урахуванням їх когнітивного та поведінкового компонентів. Таким чином, вивчення особливостей розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів відповідає актуальним науковим і практичним завданням сучасної психологічної освіти.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз наукової літератури з проблеми розвитку копінг-стратегій у процесі професійної підготовки психологів свідчить про значну увагу дослідників до різноманітних аспектів цього питання. Однією з ключових тем є вивчення ролі копінг-стратегій у забезпеченні саморегуляції особистості та ефективного подолання стресових ситуацій. Так, М. Боекерц розглядає копінг як важливу складову саморегуляції, підкреслюючи її значення для адаптації в умовах стресу (Boekaerts, 2010). Дж. Коннор-Сміт та К. Флахсбарт у рамках здійсненого метааналізу висвітлюють зв'язок між особистісними рисами та вибором копінг-стратегій, наголошуючи на їхній ролі у професійній діяльності. Вказані дослідники дійшли до висновку, що адаптивність копінг-стратегій значною мірою визначається особистісними рисами (Connor-Smith & Flachsbart, 2007). К. Карвер і Дж. Коннор-Сміт розглядають особистісні аспекти вибору копінг-стратегій, акцентуючи увагу на впливі індивідуальних рис на здатність до подолання стресу (Carver & Connor-Smith, 2010).

Особливу увагу привертають дослідження, спрямовані на розуміння копінгу в освітньому середовищі. К. Фрейре з колегами підкреслюють вплив

копінг-стратегій на розвиток самоефективності серед студентів університетів (Freire et al., 2020). Вони демонструють, що ефективне використання копінг-стратегій тісно пов'язане з рівнем самоефективності студентської молоді, а також сприяє покращенню психологічного благополуччя. Тим же К. Фрейре з іншими співавторами представлено профілі психологічного благополуччя, які формуються залежно від специфіки копінг-поведінки студентів (Freire, Ferradás et al., 2016). В українському контексті ця проблема розглядається через призму адаптації студентів, зокрема першого року навчання, що висвітлює Н. Шеленкова, підкреслюючи важливість копінгу для успішної інтеграції в нове середовище (Шеленкова, 2019).

Значний інтерес викликають дослідження, присвячені копінг-стратегіям у контексті професійної підготовки. А. Митник, Е. Івашкевич та інші аналізують роль інформаційного середовища у формуванні професійних компетенцій майбутніх психологів, підкреслюючи важливість адаптивних стратегій поведінки (Mutyuk, Ivashkevych et al., 2023). У свою чергу, Д. Супрун (2017) акцентує увагу на специфіці підготовки психологів для роботи в спеціальній освіті, що також вимагає розвинених навичок копінгу (Suprun, 2017).

Інші українські дослідники приділяють увагу впливу копінг-стратегій на саморозвиток особистості. Так, І. Андрущенко досліджено психологічні особливості впливу копінгу на розвиток особистості юнаків та юнок, акцентуючи на його значенні для становлення професійної ідентичності (Андрущенко, 2018). І. Чухрій висвітлює адаптивні копінг-стратегії майбутніх фахівців з психології, підкреслюючи їх ключове значення для успішного професійного розвитку (Чухрій, 2023). Н. Володарська розглядає копінг у контексті розвитку внутрішніх ресурсів студентів в умовах соціальних криз, зокрема війни, підкреслюючи значущість

стратегії подолання для підвищення стійкості (Володарська, 2024). А. Черкашин особливості формування у процесі освітньої діяльності стратегій поведінки, які допомагають студентам долати стресові ситуації (Черкашин, 2021). Н. Колядою та Є. Золотар було виявлено взаємозв'язок між копінг-стратегіями та психологічним захистом студентів із різним рівнем розвитку антиципаційних здібностей (Коляда & Золотар, 2023).

Незважаючи на значну кількість сучасних наукових розвідок, питання когнітивного та поведінкового аспектів розвитку копінг-стратегій у майбутніх психологів залишаються недостатньо вивченими. Необхідно більш детально дослідити, як саме різні копінг-стратегії формуються у процесі навчання, яким чином когнітивні та поведінкові навички впливають на їх ефективність. Також недостатньо уваги приділено інтеграції когнітивних і поведінкових моделей копінгу у структуру професійної підготовки.

Постановка завдання. Мета статті полягає у розкритті особливостей формування когнітивного та поведінкового компонентів копінг-стратегій у процесі професійної підготовки майбутніх психологів. Для досягнення поставленої мети використано такі загальнонаукові теоретичні методи: метод теоретичного аналізу, систематизація, порівняння та узагальнення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Професійна діяльність – це висококваліфікована робота, реалізація якої вимагає значної підготовки фахівця та здобуття відповідної кваліфікації. Така діяльність вимагає від її виконавця значних енергетичних витрат, часто здійснюється в специфічних умовах та має виражений стресовий вплив на особистість, а також потребує високого рівня внутрішніх та зовнішніх навичок. Професійна діяльність, будучи глибоко інтегрованою в загальний процес життєдіяльності індивіда, визначає особливості перебігу його психічних

процесів і станів, а також сприяє формуванню стійких поведінкових тенденцій та диспозиційних рис особистості (Сова & Литвиненко, 2024; Elman, Ilfelder-Kaye & Robiner, 2005).

Підготовка до професійної діяльності виступає досить складним поняттям, оскільки відповідну підготовку можна трактувати як процес і як результат. У контексті процесу підготовка охоплює низку дій та заходів, спрямованих на формування у здобувача освіти знань, умінь, навичок і компетенцій, необхідних для виконання професійних завдань. Цей процес включає етап навчання, що відбувається в середніх або вищих навчальних закладах, де здобуваються теоретичні знання та основи практичної підготовки. Наступним етапом є практична підготовка, яка включає виробничу практику і стажування, що дозволяє набувати реальних професійних навичок (Mytnyk, Ivashkevych et al., 2023; Pichurin, 2015; Suprun, 2017). Важливим етапом є професійна адаптація, що триває протягом перших місяців чи років роботи, коли суб'єкт професійної діяльності пристосовується до умов праці та особливостей професійної діяльності. Як результат підготовка до професійної діяльності відображає ступінь готовності особи до виконання професійних обов'язків. Це означає, що людина має необхідні знання, вміння та досвід, що дозволяє їй ефективно виконувати свої професійні завдання (Mytnyk, Ivashkevych et al., 2023; Pichurin, 2015; Suprun, 2017).

Система професійної підготовки майбутніх психологів в Україні базується на інтеграції теоретичних знань, практичних навичок і особистісного розвитку. Підготовка здійснюється у закладах вищої освіти на рівнях бакалаврату, магістратури та, за бажанням, аспірантури. Бакалаврська програма передбачає вивчення фундаментальних психологічних дисциплін, таких як загальна, соціальна, вікова, експериментальна психологія, а також

основи психодіагностики та психокорекції. Магістратура зосереджується на поглибленій спеціалізації, що включає професійну підготовку у різних галузях психології, наприклад, клінічній, організаційній або педагогічній.

Професійна діяльність практичного психолога займає одне з провідних місць у системі допомоги особистості в умовах сучасного суспільства, яке характеризується високим рівнем соціальної динаміки, складністю міжособистісних відносин і значним стресовим навантаженням. Специфіка професійної діяльності практичного психолога полягає в поєднанні теоретичних знань із практичними навичками, що дозволяє надавати психологічну допомогу клієнтам, використовуючи засоби психологічної діагностики, консультування, корекції. Вступаючи у безпосередню міжособистісну взаємодію з клієнтами, налагоджуючи у рамках виконання професійних обов'язків довірливі, підтримуючі стосунки, психолог має володіти цілою низкою професійних компетентностей, що стосуються переважно царини його особистісних якостей: емпатія, проникливість, оперативність мислення, ерудованість, емоційна стабільність, комунікативна компетентність тощо. Крім цього особливості роботи практичного психолога вимагають від фахівця стійкості до стресів і здатності ефективно долати складні ситуації, що є невід'ємною частиною його діяльності. Саме тому у професійній підготовці психологів особливої ваги набувають копінг-стратегії, які слугують механізмом для подолання психоемоційної напруги, що виникає як у професійній, так і в особистісній сферах (Сингаївська, 2012; Ткачук & Тарасенко, 2016; Wadsworth, 2015).

Визначна роль копінг-стратегій у становленні майбутнього психолога пов'язана з цілою низкою особливостей того специфічного життєвого простору, в який занурюються такі здобувачі освіти. У

першу чергу адаптивні копінг-стратегії лежать в основі високої стресостійкості та розвиненої емоційної саморегуляції, що сприяють формуванню готовності до взаємодії з клієнтами у складних емоційних контекстах. Ще один чинник полягає у тому, що копінг-стратегії допомагають формувати професійну ідентичність. У процесі самопізнання, яке є невід'ємною складовою професійного становлення, психологи стикаються з певними викликами, такими як необхідність усвідомлення своїх обмежень та відповідальності, прийняття професійних етичних норм та формування професійного бачення, що вимагають суттєвих внутрішніх трансформацій. Систематичне застосування адаптивних копінг-стратегій у таких ситуаціях сприяє зміцненню внутрішньої впевненості у професійній ефективності. Як уже зазначалось використання адаптивних та конструктивних копінг-стратегій унеможливує виникнення симптомів емоційного вигорання, які, зважаючи на специфіку професійної діяльності практикуючого психолога, є досить реальною загрозою для його власного психологічного здоров'я. У цілому за свідченням численних науковців здатність управляти власними емоціями, відновлювати психологічні ресурси та зберігати професійний оптимізм є основою для забезпечення довгострокової ефективної діяльності у сфері надання психологічних послуг (Володарська, 2024; Карамушка & Снігур, 2024; Ткачук & Тарасенко, 2016). Таким чином, можна зробити висновок про необхідність формування у структурі особистості таких фахівців копінг-компетентності – узагальненої багаторівневої особистісної характеристики, що полягає в успішному подоланні будь-яких складних ситуацій, що виникають на професійному шляху.

У процесі професійної підготовки психологів особливої уваги потребують когнітивний та поведінковий компоненти копінг-компетентності. Когнітивний

компонент стосується процесів сприйняття, аналізу та інтерпретації стресових ситуацій, а також формування адаптивних способів мислення, що дозволяють знижувати суб'єктивний рівень стресу. Конкретними виявами когнітивних аспектів копінг-стратегій є здатність до рефлексії, здатність до когнітивної реструктуризації та планування тощо. Поведінковий компонент включає конкретні дії, спрямовані на вирішення проблеми, подолання наслідків стресу або уникнення його впливу. Це може бути пошук соціальної підтримки, активні спроби вирішення проблемної ситуації, активних пошук засобів до подолання труднощів тощо.

На наш погляд, у процесі професійної підготовки майбутніх психологів розвиток когнітивного компонента, що входить до складу адаптивних копінг-стратегій, може бути реалізований за рахунок цілеспрямованого формування здатності до рефлексії, критичного мислення та усвідомлення власних емоційних станів. При цьому можуть застосуватись такі когнітивні техніки як когнітивна реструктуризація, навчання позитивному мисленню, відстеження дезадаптивних думок тощо. Розвиток поведінкового компонента копінг-стратегій передбачає відпрацювання конкретних практичних навичок, необхідних для подолання труднощів шляхом моделювання конкретних ситуацій, тренування ефективної комунікації, розвитку умінь тайм-менеджменту та організації діяльності. У процесі професійної підготовки студенти можуть залучатися до рольових ігор, практичних занять та

різноманітних ситуацій, що моделюють можливі професійних утруднень, під час яких можуть бути відпрацьовані бажані поведінкові стратегії у контрольованих умовах.

Висновки. Отже, професійна діяльність практичного психолога вимагає поєднання високого рівня професійної компетентності із здатністю до ефективного подолання стресів, що можливо лише за умови формування й удосконалення копінг-стратегій. Ці стратегії відіграють ключову роль у становленні майбутнього психолога, забезпечуючи гармонійний розвиток його особистості, формування професійної ідентичності та збереження ефективності в умовах складних професійних викликів.

Підготовка у вищих навчальних закладах має бути спрямована на інтеграцію когнітивного та поведінкового аспектів, що дозволяє забезпечити комплексний розвиток компетентностей опанування серед майбутніх психологів. Орієнтація викладацького складу на якісний синтез теоретичних знань із практичними навичками сприяє не лише високому рівню поінформованості про ефективні копінг-стратегії, але і закріпленню конкретних практичних навичок їх застосування.

Перспективи подальших досліджень можуть охоплювати вивчення динаміки розвитку когнітивного та поведінкового компонентів копінг-стратегій на різних етапах навчання, а також впливу на цей процес індивідуально-психологічних особливостей здобувачів психологічної освіти.

Література:

1. Андрущенко, І. Г. (2018). Психологічні особливості впливу копінг-стратегій на саморозвиток особистості юнацького віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: Збірник наукових праць*, 6, 4–8. DOI: 10.25264/2415-7384-2018-6-4-8

2. Войцеховська, О. (2016). Сучасні напрями досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*, 2, 95–104.

3. Володарська, Н. (2024). Розгляд копінг-стратегій як фактор розвитку внутрішніх ресурсів студентів в умовах війни. *Наукові інновації та передові технології*, 4(32), 1269–1282. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-4\(32\)-1269-1282](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-4(32)-1269-1282)

4. Карамушка, Л. М., & Снігур, Ю. С. (2024). Психологія вибору копінг-стратегії керівниками освітніх організацій: Монографія. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

- Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/740194/1/monographia.pdf>
5. Коляда, Н., & Золотар, Є. (2023). Копінг-стратегії та механізми психологічного захисту у студентів із різним рівнем антиципаційної спроможності. *Перспективи та інновації науки*, 4(22), 45–49.
6. Кузьменко, О. М., & Сингаївська, І. В. (2022). Взаємозв'язок між часовими орієнтаціями особистості та базовими копінг-стратегіями, активованими під час війни. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей IV Міжнародної конференції. К. : Університет "КРОК", 277–280.
7. Сингаївська І. В. (2012). Особливості підготовки магістрів за спеціалізацією «Бізнес-психологія» магістратури «Бізнес-адміністрування» в Університеті «КРОК». *Правничий вісник Університету «КРОК»*, 14, 120–123.
8. Сова, Т. В., & Литвиненко, О. О. (2024). Психічний стан особистості в умовах дистанційної роботи. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*, 1, 175–182. DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.31>
9. Ткачук, Т. А., & Тарасенко, І. (2016). Копінг-поведінка як основа конструктивного опанування важких життєвих ситуацій. *Технології розвитку інтелекту*, Т. 2, Вип. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2016_2_1_12
10. Черкашин, А. (2021). Стресостійкість та копінг-стратегії поведінки студентів під час освітнього процесу у закладах вищої освіти. *Теорія і практика управління соціальними системами*, 1, 98–107.
11. Чухрій, І. В. (2023). Особливості розвитку адаптивних копінг-стратегій майбутніх фахівців з психології юнацького віку. *Габітус*, 45, 85–88. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.14>
12. Шеленкова, Н. Л. (2019). Дослідження копінг-стратегій в процесі адаптації студентів першого року навчання. *Науковий вісник Херсонського державного університету*, 1, 72–77. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-1-11>
13. Boekaerts, M. (2010). Coping with stressful situations: An important aspect of self-regulation. In Peterson, P., Baker, E., & McGaw, B. (Eds.). *International encyclopedia of education*, 570–575. Elsevier. DOI: <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-044894-7.00602-3>
14. Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679–704. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>
15. Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6), 1080–1107. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1080>
16. Elman, N. & Illfelder-Kaye, J. & Robiner, W. (2005). Professional Development: Training for Professionalism as a Foundation for Competent Practice in Psychology. *Professional Psychology-research and Practice – PROF PSYCHOL-RES PRACT*, 36. DOI: [10.1037/0735-7028.36.4.367](https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.367)
17. Freire, C., Ferradás, M. del M., Regueiro, B., Rodríguez, S., Valle, A., & Núñez, J. C. (2020). Coping strategies and self-efficacy in university students: A person-centered approach. *Frontiers in Psychology*, 11. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00841>
18. Freire, C., Ferradás, M. del M., Valle, A., Núñez, J. C., & Vallejo, G. (2016). Profiles of psychological well-being and coping strategies among university students. *Frontiers in Psychology*, 7. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01554>
19. Mytnyk, A., Ivashkevych, E., Chanchykov, I., Predko, V., & Stakhova, O. (2023). Professional training of future psychologists in the information space in higher education institutions. *Amazonia Investiga*, 12(61), 112–121. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2023.61.01.12>
20. Pichurin, V. (2015). Coping strategies and psychological readiness of students for professional work. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*, 19(2), 53–59. DOI: <https://doi.org/10.15561/18189172.2015.0209>
21. Suprun, D. (2017). Professional training of psychologists in the field of special education. *IJPINT*, 4 (2), 90–96. DOI: <https://doi.org/10.5604/01.3001.0011.5918>
22. Wadsworth, M. E. (2015). Development of maladaptive coping: A functional adaptation to chronic, uncontrollable stress. *Child Development Perspectives*, 9(2), 96–100. DOI: <https://doi.org/10.1111/cdep.12112>