

Эмоциональное благополучие студентов в условиях дистанционного образования

Е. А. Митицина¹, Н. Б. Парфенова¹, А. А. Бизяева¹

¹ Псковский государственный университет
180000, Россия, г. Псков, пл. Ленина, д. 2

Сведения об авторах:

Елена Александровна Митицина

e-mail: pskovprof@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 1158-9941

ORCID: 0000-0002-9538-2819

Надежда Борисовна Парфенова

e-mail: nadezhdaparfenova@yandex.ru

SPIN-код РИНЦ: 3323-1250

ORCID: 0000-0003-4799-5300

Анна Александровна Бизяева

e-mail: annabizaeva@mail.ru

SPIN-код РИНЦ: 6752-2313

ORCID: 0000-0003-3326-5788

© Авторы (2021).

Опубликовано Российским
государственным педагогическим
университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Статья посвящена актуальной в настоящее время проблеме психологии образования, которая обусловлена противоречием между неизбежным процессом распространения дистанционных технологий в образовательной практике и недостатком обоснованных исследований субъективного благополучия обучающихся в цифровых условиях. Раскрывается понимание эмоционального благополучия студентов как переживания защищенности, уверенности, удовлетворенности условиями обучения и своими результатами в условиях дистанционного образования, которые сопровождаются повышением устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов. В качестве основного диагностического инструмента выступила разработанная авторами анкета, включающая шкалы, которые предварительно прошли психометрическую проверку. Они были направлены на диагностику таких показателей эмоционального благополучия, как эмоциональные и функциональные состояния в процессе дистанционного обучения, уверенность

в умениях и способностях, связанных с дистанционным обучением, удовлетворенность учебной, доверие источникам информации в среде дистанционного обучения. С помощью факторного анализа были обобщены основные характеристики дезадаптивных эмоциональных состояний в условиях дистанционного обучения: чувство незащитности и негативные функциональные состояния, дискомфорт из-за недостатка обратной связи, страх ошибки, одиночество. Чувство незащитности возникает у студентов также в связи с оценкой жизненных условий в более широком контексте: из-за неопределенности профессионального будущего, проживания вне семьи и жизни в условиях пандемии. Эмоциональная оценка своих возможностей успешно обучаться в цифровой среде сводится у студентов к удовлетворенности умениями обращаться с компьютерной техникой и программным обеспечением, а также анализировать большие объемы информации и письменно излагать свои мысли. Основными источниками учебной информации, к которым у студентов возникает чувство доверия, являются не только научная литература и надежные интернет-ресурсы, но и сайты с готовыми текстами учебных заданий и информация от однокурсников. Сравнительный анализ показал, что удовлетворенность учебной с использованием традиционных методов значительно выше, чем оценка своих достижений в дистанционных условиях. В целом около трети студентов характеризуется неблагоприятными показателями эмоционального благополучия, что говорит об их слабой адаптированности к цифровой среде обучения. Это создает необходимость, с одной стороны, совершенствовать методы дистанционного обучения, с другой – уделять внимание психологической поддержке студентов.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие, субъективное качество жизни, дистанционное обучение, образовательная среда, студенты.

The emotional well-being of students in the context of distance learning

E. A. Mititsina¹, N. B. Parfenova¹, A. A. Bizaeva¹

¹ Pskov State University
2 Lenin Sq., Pskov 180000, Russia

Authors:

Elena A. Mititsina

e-mail: pskovprof@mail.ru

SPIN: 1158-9941

ORCID: 0000-0002-9538-2819

Nadezhda B. Parfenova

e-mail: nadezhdaparfenova@yandex.ru

SPIN: 3323-1250

ORCID: 0000-0003-4799-5300

Anna A. Bizaeva

e-mail: annabizaeva@mail.ru

SPIN: 6752-2313

ORCID: 0000-0003-3326-5788

Copyright:

© The Authors (2021).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. This article addresses an issue that is now highly important for educational psychology: a mismatch between the inevitable advance of distance learning and a shortage of trustworthy research into the subjective well-being of students in digital environment. In this paper, the emotional well-being of students is defined as a sense of security, confidence, and satisfaction with distance learning and its results, accompanied by improved resistance to negative external factors. To measure that, we created an original questionnaire and used psychometric control tools to assess the validity of its scales. The questionnaire targeted indicators of emotional well-being, such as emotional and functional states students experienced during distance learning, their confidence in the skills and abilities required for distance learning, their satisfaction with the learning process and trust in information sources used during distance learning. With the help of factor analysis, the main characteristics of maladaptive emotional states experienced during distance learning were identified. These are a sense of defencelessness and other negative functional states, dis-

comfort due to a lack of feedback, fear of making mistakes, and loneliness. A sense of helplessness has also been observed in regards to life in a broader context: students' uncertain potential career, living away from home and the pandemic in general. Students' assessment of their ability to obtain good results from distance learning depends on the following criteria: confidence in their computer equipment and software handling skills, their capacity to process large amounts of information and writing proficiency. As regards to information sources, it has been observed that students trust not only academic literature and reliable online resources, but also websites offering pre-written essays and other assignments as well as the information provided by their fellow students. Comparative analysis showed that students' satisfaction with the traditional learning process is significantly higher than with distance learning. Overall, about a third of students demonstrated indicators of low emotional well-being, indicating poor adaptation to the digital learning environment. Hence, it is necessary not only to improve the distance learning methods, but also to provide students with psychological support.

Keywords: emotional well-being, subjective quality of life, distance learning, educational environment, students.

Введение

В настоящее время востребованы те исследования, в которых изучаются не столько стабильные, устойчивые, типичные явления, сколько динамичные феномены, отражающие постоянно меняющиеся условия жизни в современном обществе. Одним из таких «фоновых» явлений выступает цифровизация всех социальных процессов, которая не могла не коснуться и сферы образования. Несмотря на активную пропаганду использования в учебном процессе цифровых образовательных технологий, внедрение их в педагогическую практику требует системных исследований прежде всего в контексте психологического благополучия обучающихся и педагогов. Ситуация с пандемией COVID-19 послужила своего рода «естественным экспериментом», который, с одной стороны, форсировал применение методик дистанционного образования, с другой – активизировал междисциплинарные исследования адаптации личности к цифровой образовательной среде.

Несомненно, что дистанционное обучение с применением цифровых технологий обладает рядом достоинств, которые можно отнести к категории организационно-методических. Это доступность обучающих материалов, индивидуальный темп освоения информации, возможность четкой фиксации достижений и прогресса обучающегося и др. В то же время в публикациях активно обсуждаются недостатки электронного обучения, которые заставляют обратить внимание на психологический аспект проблемы.

Например, указывается, что в условиях дистанционного обучения у студентов чаще проявляется состояние тревоги и депрессии по причине возрастания неопределенности (Gordon 2017), констатируется недостаток общения и переживание одиночества (Elmer, Mepham, Stadtfeld 2020). Студенты указывают на снижение концентрации и трудности самоорганизации во время самостоятельного обучения, что приводит к уменьшению вовлеченности в учебный процесс (Захарова, Вилкова

2020). В исследовании В. Н. Панферова и коллег (Панферов, Безгодова, Васильева и др. 2020) по проблемам онлайн-взаимодействия с преподавателем отмечено, что студенты ниже оценивали видеолекции по показателям «интерес», «содержательность», «полезность» и хуже воспринимали их содержание, в сравнении с аудиторными лекциями на ту же тему.

Результаты данных исследований убедительно показывают, что недостаточное внимание к трудностям, возникающим у студентов в условиях дистанционного обучения, могут отрицательно сказаться как на общем уровне субъективного качества жизни, так и на эффективности учебной деятельности. В связи с этим мы считаем важной составляющей показателей качества образования характеристику эмоционального благополучия студентов при освоении ими новых форматов учебной деятельности, что и определило цель нашего исследования.

Хотя единого подхода к пониманию эмоционального благополучия не наблюдается, авторами подчеркивается позитивный характер эмоциональных переживаний в его структуре. Эмоциональное благополучие характеризуют как стабильное положительное эмоциональное состояние личности вследствие удовлетворения ведущих потребностей данного возраста (Лисина 1997); как переживание уверенности, защищенности, которое ведет к гармоничным отношениям личности с явлениями окружающей действительности (Урунтаева, Афонькина 1995); как характеристику психологического и психического здоровья (Одинцова, Горчакова 2014; Дубровина 2019); как интегральный компонент психологического благополучия, в котором сфокусировались чувства, обусловленные успешностью функционирования всех сторон личности (Григорова 2019).

На наш взгляд, эмоциональное благополучие целесообразно рассматривать через категорию отношения и через понимание эмоции как сквозного, проходящего через все другие психические процессы,

состояния, свойства личности феномена. На эмоциональность отношения указывает автор психологии отношений В. Н. Мясищев (Мясищев 2003). Ведущий исследователь психической реальности Л. М. Веккер (Веккер 1998) подчеркивает, что эмоции, являясь непосредственным отражением отношений субъекта к объекту, переживаются дифференцированно и в то же время интегрируются в некую целостность, несущую на себе отпечаток индивидуальности. Таким образом, исследование эмоционального благополучия в условиях дистанционного образования мы осуществляем, опираясь на основные положения системно-структурного и субъектного направления, характерного для Санкт-Петербургской школы психологии и позволяющего изучить молодежь в ее отношениях с образовательной средой. Эмоциональное благополучие рассматривается нами как переживание защищенности, уверенности, удовлетворенности студентами условиями обучения и своими результатами, которые сопровождаются позитивными эмоциональными состояниями и устойчивостью к переживанию негативных факторов, вызванных спецификой образовательных технологий в условиях дистанционного обучения.

Материалы и методы

В качестве основного метода исследования эмоционального благополучия выступило анкетирование, которое проводилось на базе Псковского государственного университета весной 2020 года в период дистанционного обучения во время пандемии. В нем принял участие 71 студент направления «Психология и специальное (дефектологическое) образование», учащиеся 2-3 курсов (19–21 год, девушки $n=47$, юноши $n=24$). Обучение студентов по время пандемии в течение 4 месяцев было организовано на платформе электронного обучения LMS MOODLE, при этом преобладали асинхронные формы организации учебного процесса.

Анкета включала разработанные авторами шкалы, прошедшие психометричес-

кую проверку, раскрывающие содержание эмоционального благополучия в среде дистанционного обучения: «Эмоциональные и функциональные состояния», «Удовлетворенность учебной», «Уверенность в умениях и способностях работать в дистанционной среде», «Чувство безопасности» «Доверие источникам информации». С помощью данных шкал было получено 75 переменных, которые анализировались с точки зрения низких, средних, высоких значений (оценки по шкале от 1 до 5 баллов), после чего была проведена факторизация с помощью метода главных компонент (вращение Varimax). В результате факторного анализа выделилось 12 факторов, чьи собственные значения больше 1, значимость факторных весов переменных, входящих в каждый фактор, больше 0,4, накопленные проценты дисперсии по каждому интегральному индексу выше 50%. Впоследствии факторы анализировались по степени выраженности среди студентов (частотный анализ). Дополнительно в исследовании использовался сравнительный анализ по методу Вилкоксона.

Результаты и их обсуждение

Факторизация показателей эмоционального благополучия студентов в период дистанционного обучения позволила выделить следующие комплексы переживаний, которые вызывает учебная деятельность с использованием информационных технологий.

Характеристика основных психических состояний в условиях дистанционного обучения включает факторы:

- «Негативные эмоциональные и функциональные состояния и чувство незащищенности» (27% дисперсии): отчаяние (0,842), самообвинение (0,712), угнетенность, подавленность, депрессия (0,689), чувство незащищенности от чрезмерно предъявляемых требований (0,684), гнев, возмущение (0,589), отчаяние от неспособности технически наладить оборудование и программное обеспечение (0,581), трудности в сосредоточении (0,548), усталость (0,533),

- бессилие от невозможности самостоятельного выполнения заданий (0,518).
- «Состояние дискомфорта из-за недостатка обратной связи» (16,2% дисперсии): дискомфорт из-за недостатка обратной связи при выполнении заданий (0,821), потребность лично обсудить учебные вопросы (0,786), тревога за качество образования (0,685).
 - Более специфическими факторами также являются «Страх ошибки при выполнении заданий» (11,4% дисперсии) и «Одиночество» (11,3% дисперсии).

Таким образом, у студентов в условиях дистанционного обучения могут развиваться стенические (гнев, раздражение) и астенические (депрессивные) эмоциональные состояния, которые в ряде случаев достигают уровня функциональных нарушений в виде трудностей сосредоточения внимания, переутомления. Отдельно можно говорить о негативных эмоциональных состояниях, связанных с коммуникативными проблемами.

Анализ параметров, отражающих чувство незащитности студентов в условиях дистанционного обучения, позволяет судить об основных причинах ощущения ими психологической незащищенности, что раскрывается содержанием ряда факторов:

- «Чувство незащитности из-за неопределенности профессионального будущего и затруднений в учебе» (31,7% дисперсии) включает переменные: неопределенность профессионального будущего (0,791), угроза финансовых трудностей в обучении (0,783), наличие академических задолженностей (0,759), непонимание учебного материала (0,697), отсутствие близких друзей (0,636), трудности и трения с преподавателями (0,612), большая учебная нагрузка (0,471), ощущение бесполезности получаемой информации (0,400).
- «Чувство незащитности из-за обучения во время пандемии» (20,7% дисперсии): учеба на самоизоляции во время пандемии (0,941), дистанционное обучение (0,940).

- «Чувство незащитности из-за проживания вне семьи» (14,2% дисперсии): проживание вне семьи (0,848).

Можно сказать, что чувство незащитности возникает у студентов как вследствие общих условий учебы в период пандемии, так и более конкретных особенностей дистанционного обучения, в частности, учебно-профессиональных и коммуникативных проблем.

Одна из шкал анкеты была направлена на выявление самооффективности студентов в связи с решением задач дистанционного обучения. При этом самооффективность мы понимаем как чувство собственной компетентности в конкретных видах деятельности, что может стать ресурсом для противостояния затруднениям. Были получены две группы переменных, которые условно можно охарактеризовать как технологическую компьютерную самооффективность, т. е. умение обращаться с компьютерной техникой и программным обеспечением, а также интеллектуальную самооффективность как уверенность в своих способностях анализировать большие объемы информации и письменно излагать свои идеи. Это отражено содержанием следующих факторов:

- «Самооффективность в области использования технических средств» (31,7% дисперсии): уверенное использование программ WORD, Excel, PDF, PowerPoint и др. (0,841), способность понимать собеседника и доказывать свою точку зрения с использованием видеосвязи (0,721), быстрая переработка больших объемов текстового материала (0,699), техническая настройка оборудования и программного обеспечения (0,473).
- «Самооффективность в области работы с информацией и самоорганизации» (17,4% дисперсии): эффективные способы информационного поиска (0,784), готовность помочь, поддержать однокурсников (0,605), способность письменно излагать свои мысли (0,547), способность четко планировать свою деятельность (0,507).

- В составе эмоционального благополучия мы выделили также доверие к источникам информации в цифровой учебной среде:
 - «Доверие авторитетным источникам информации» (23,6% дисперсии): доверие к сайтам электронных библиотечных систем (0,851), книгам, учебникам (0,809), преподавателям (0,672), электронным базам научных статей (например, elibrary.ru, киберленинка) (0,598).
 - «Доверие сайтам с готовыми текстами учебных заданий» (20,4% дисперсии): форумы и чаты по учебным вопросам (0,843), сайты с готовыми текстами учебных заданий (например, рефераты) (0,764), поисковые системы в Интернет (0,746).
 - «Доверие окружающим» (16,3% дисперсии): доверие другу или подруге, с которым встречаюсь (0,685), доверие однокурсникам (0,671), доверие родителям (0,618).
- Другими словами, источники, из которых студенты черпают информацию во время дистанционного обучения можно разделить на три группы. Наблюдается противопоставление достоверных источников знаний информации непроверенных сайтов из Интернета и обмену сведениями в кругу своего ближайшего окружения.
- Результаты частотного анализа, отражающего степень выраженности наиболее обобщенных из описанных факторов в выборке студентов, представлены в таблице.

Таблица. Уровни выраженности (в %) компонентов эмоционального благополучия студентов

Фактор	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Негативные эмоциональные и функциональные состояния и чувство незащитности в условиях дистанционного обучения	27,1	38,6	34,3
Состояние дискомфорта из-за недостатка обратной связи в условиях дистанционного обучения	30	35,7	34,3
Чувство незащитности из-за неопределенности профессионального будущего и затруднений в учебе	30	42,9	27,1
Самоэффективность в области использования технических средств	26,5	51,1	22,1
Самоэффективность в области работы с информацией и самоорганизации	13,2	67,7	19,1
Доверие авторитетным источникам информации	38,2	39,7	22,1
Доверие сайтам с готовыми текстами учебных заданий	26,5	45,6	27,9

Следует отметить, что среди опрошенных студентов преобладает средний уровень по всем выделенным показателям эмоционального благополучия, т. е. в целом их удовлетворенность ситуацией дистанционного обучения можно считать достаточной. В качестве наиболее позитивной тенденции наблюдается повышение в уровне самоэффективности при использовании технических средств (высокий уровень у 26,5% испытуемых) и доверия к авторитетным источникам информации в учебной деятельности (высокий уровень у 38,2% студентов). В то же время у 27-30%

респондентов преобладают характеристики, свидетельствующие об эмоциональном неблагополучии. Для них свойственны чувство незащитности из-за проблем в учебной деятельности, переживание дискомфорта по причине сокращения общения как по учебным, так и по личным вопросам, ощущение подавленности, раздражительности, утомления вследствие учебных перегрузок. Именно эту группу студентов можно считать в наименьшей степени адаптированными к учебной деятельности в цифровой среде, что должно привлечь особое внимание преподавателей и психологической службы вуза.

Сравнительный анализ показал значимые различия в оценках студентами удовлетворенности своей учебной деятельностью до и после введения дистанционного обучения. Поскольку наблюдается снижение ее уровня ($Z = -2,941$; $p = 0,003$), можно говорить о негативных изменениях эмоционального благополучия по этому параметру.

Выводы

В качестве основных индикаторов эмоционального благополучия студентов во время дистанционного обучения в нашем исследовании были выделены комплексы психических и функциональных состояний, чувство незащитности, доверие к своим способностям и возможностям, а также к разнообразным источникам информации.

Основными причинами, повышающими риск психологического неблагополучия студентов в условиях дистанционного обучения, можно считать коммуникативные трудности (снижение контактов с однокурсниками и преподавателями, несвоевременность обратной связи, одиночество), ощущение неэффективности учебной деятельности (снижение ее практико-ориентированности, неспособность справиться с большой нагрузкой, непонимание материала). При этом эмоциональ-

ное неблагополучие может переживаться в форме чувства незащитности, негативных психических и функциональных состояний (депрессия, гнев, раздражение, утомление, расстройства сосредоточения). Показатель удовлетворенности учебной деятельностью с использованием традиционных методов у студентов оказался значимо выше, чем оценка ими своих достижений в дистанционных условиях.

Чувство собственной компетентности в области обработки текстов в цифровой форме и настройки компьютерной техники и программного обеспечения, а также доверие к авторитетным источникам информации можно рассматривать как ресурсы для успешной учебной деятельности и повышения эмоционального благополучия студентов в цифровой образовательной среде.

Несмотря на то, что показатели эмоционального благополучия большинства студентов в условиях дистанционного обучения можно считать удовлетворительными, приблизительно у трети студентов цифровая среда обучения вызывает дискомфорт, чувство незащитности, негативные психические и функциональные состояния, что создает необходимость разработки для них специально организованных мероприятий психологической и методической поддержки.

Литература

- Веккер, Л. М. (1998) *Психика и реальность. Единая теория психических процессов*. М.: Смысл, 679 с.
- Григорова, Ю. Б. (2019) Структура эмоционального благополучия. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*, т. 8, № 1 (26), с. 331–334.
- Дубровина, И. В. (2019) *Психологическое благополучие школьников*. М.: Юрайт, 140 с.
- Захарова, У. С., Вилкова, К. А. (2020) Субъектность студентов в условиях очного и дистанционного обучения: взгляд преподавателей. *Современная зарубежная психология*, т. 9, № 3, с. 87–96.
- Лисина, М. И. (1997) *Общение, личность и психика ребенка*. М.: Изд. «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 383 с.
- Мясищев, В. Н. (2003) *Психология отношений*. М.: Изд. МПСИ, Воронеж: НПО «МОДЭК», 398 с.
- Одинцова, В. В., Горчакова, Н. М. (2014) Эмоциональное благополучие как интегративная характеристика эмоциональной сферы. *Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия 12: Психология, социология, педагогика*, № 1, с. 69–77.

- Панферов, В. Н., Безгодова, С. А., Васильева, С. В. и др. (2020) Эффективность обучения и академическая мотивация студентов в условиях онлайн-взаимодействия с преподавателем (на примере видеолекции). *Социальная психология и общество*, т. 11, № 1, с. 127–143. DOI: 10.17759/sps.2020110108
- Урунтаева, Г. А., Афонькина, Ю. А. (1995) *Практикум по детской психологии*. М.: Просвещение, ВЛАДОС, 288 с.
- Elmer, T., Mepham, K., Stadtfeld, C. (2020) Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *Plos One*, vol. 15, no. 7. [Online]. Available at : doi.org/10.1371/journal.pone.0236337 (accessed 03.09.2021).
- Gordon, L. (2017) Students as co-designers: Peer and instructional resources for novice users of ePortfolio. *International Journal of EPortfolio*, vol. 7, no. 2, pp. 113–127.

References

- Dubrovina, I. V. (2019) *Psikhologicheskoe blagopoluchie shkol'nikov [Psychological well-being of school-children]*. Moscow: Yurait Publ., 140 p. (In Russian)
- Elmer, T., Mepham, K., Stadtfeld, C. (2020) Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *Plos One*, vol. 15, no. 7. [Online]. Available at: doi.org/10.1371/journal.pone.0236337 (accessed 03.09.2021). (In English)
- Gordon, L. (2017) Students as co-designers: Peer and instructional resources for novice users of ePortfolio. *International Journal of EPortfolio*, vol. 7, no. 2, pp. 113–127. (In English)
- Grigorova, Yu. B. (2019) Struktura emotsional'nogo blagopoluchiya [Structure of emotional well-being]. *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya — Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, vol. 8, no 1(26), pp. 331–334. (In Russian)
- Lisina, M. I. (1997) *Obshchenie, lichnost' i psikhika rebenka [Communication, personality and psyche of the child]*. Moscow: Institut prakticheskoi psikhologii Publ., Voronezh: NPO «MODEK» Publ., 383 p. (In Russian)
- Myasishchev, V. N. (2003) *Psikhologiya otnoshenii [Psychology of Relations]*. Moscow: MPSI Publ., Voronezh: NPO «MODEK» Publ., 398 p. (In Russian)
- Odintsova, V. V., Gorchakova, N. M. (2014) Emotsional'noe blagopoluchie kak integrativnaya kharakteristika emotsional'noi sfery [Emotional well-being as an integrative characteristic of the emotional sphere]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 12: Psikhologiya, Sotsiologiya, Pedagogika*, no. 1, pp. 69–77. (In Russian)
- Panferov, V. N., Bezgodova, S. A., Vasil'eva, S. V., et al. Effektivnost' obucheniya i akademicheskaya motivatsiya studentov v usloviyakh onlain-vzaimodeistviya s prepodavatelem (na primere videolektsii) [Efficiency of learning and academic motivation of students in conditions of online interaction with the teacher (on the example of video-lecture)]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo — Social Psychology and Society*, vol. 11, no 1, pp. 127–143. (In Russian)
- Uruntaeva, G. A., Afon'kina, Yu. A. (1995) *Praktikum po detskoj psikhologii*. Moscow: Prosveshchenie, VLADOS Publ., 288 p. (In Russian)
- Vekker, L.M. (1998) *Psikhika i real'nost'. Edinaya teoriya psikhicheskikh protsessov [Psyche and reality. Unified theory of mental processes]*. Moscow: Smysl Publ., 679 p. (In Russian)
- Zakharova, U. S., Vilkova, K. A. (2020) Sub"ektnost' studentov v usloviyakh ochnogo i distantsionnogo obucheniya: vzglyad prepodavatelei [Student agency in traditional and distance learning: from their instructors' perspective]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya — Journal of Modern Foreign Psychology*, vol. 9, no. 3, pp. 87–96. (In Russian)