

Обзорные статьи

DOI: 10.25588/CSPU.2019.27.22.020

УДК 151.8

ББК 88.52

Е. А. Василенко

ORCID № 0000-0003-3463-6317

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогики и психологии, Южно-Уральский
государственный гуманитарно-педагогический университет,
г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: vasilenkoea@cspu.ru

ПРОБЛЕМА СУЩНОСТИ И ФУНКЦИЙ СОЦИАЛЬНОГО СТРЕССА В ПСИХОЛОГИИ

Аннотация

В статье обоснована актуальность теоретического осмысления понятия «социальный стресс» в психологической науке. Цель статьи состоит в том, чтобы представить обзор эмпирических исследований и попыток теоретического осмысления сущности социального стресса и на этой основе сформулировать свое видение его функций, специфики и видов вызывающих его стрессоров.

Представленный обзор выявил слабость теоретических обобщений в области изучения социального стресса при наличии довольно большого количества исследований, посвященных изучению его частных аспектов.

В статье сделана попытка определить круг стрессоров, которые вызывают возникновение социального стресса, представлена их классификация.

Анализ эмпирических материалов позволил сделать вывод о том, что социальный стресс выполняет следующие функции:

1) позволяет личности дать обобщенную эмоциональную оценку своего взаимодействия с социальной средой,

2) индуцирует выработку индивидуального поведения, направленного на оптимизацию своего взаимодействия с социальной средой,

3) может мобилизовать человека (и группы людей) на формирование общественной и политической активности, направленной на изменение группового взаимодействия, на улучшение социальной ситуации.

Отмечена необходимость комплексных исследований социального стресса и его влияния на социально-психологическую адаптацию личности.

Ключевые слова: стресс, психологический стресс, социальный стресс, функции стресса, социально-психологическая адаптация личности.

Основные положения:

– представлен обзор эмпирических исследований и опыта теоретического осмысления сущности социального стресса,

– выявлена слабость теоретических обобщений в области изучения социального стресса при наличии довольно большого количества исследований, посвященных изучению его частных аспектов,

– выдвинуто авторское видение функций социального стресса,

– определены основные группы социальных стрессоров.

Понятие «социальный стресс» все активнее используется в психологической науке. Это обусловлено повышением психологической напряженности жизни современного человека: возрастанием объема и разнообразия перерабатываемой информации, скорости принятия решений, со-

вмещения различных видов социальной активности, возникновения глобальных социально-экономических, политических, экологических проблем, влияющих практически на каждого жителя Земли.

В психологической науке исследования социального стресса начались

в еще в 1960-1970-х гг. Однако при наличии довольно большого количества исследований, посвященных *отдельным аспектам* социального стресса, практически отсутствует единое понимание сущности этого феномена, его функций, не определен спектр стрессоров, вызывающих его возникновение. До сих пор используются различные, близкие по смыслу термины, обозначающие указанный феномен («психосоциальный стресс», «социально-психологический стресс», «стресс в обществе»).

В настоящей статье мы ставим своей целью представить обзор эмпирических исследований и теоретического осмысления сущности социального стресса в психологической науке и на этой основе сформулировать свое видение сущности и функций этого вида стресса, специфики вызывающих его стрессоров.

К числу ученых, в работах которых начала формироваться проблематика исследования социального стресса, можно отметить таких американских исследователей, как В. S. Dohrenwend, В. Р. Dohrenwend, S. Levine, N. A. Scotch, E. Gross, H. Kaplan,

G. C. Gleser, В. L. Green, С. Winget. В работах этих ученых началось изучение таких видов стресса, которые вызываются стимулами, порождаемыми обществом.

Исследования В. S. Dohrenwend, В. Р. Dohrenwend показали, что самостоятельный вид стресса связан с принадлежностью к определенной социальной группе, страте общества; особенно это касается низших слоев общества, члены которых ощущают выраженный психологический стресс [1]. Е. Gross сделал вывод о существовании организационного стресса, источником которого является специфическое напряжение, существующее в организации [2]. В работе S. H. Croog были обобщены результаты многих исследований семейных проблем и было выдвинуто представление о стрессе, возникающем в семье [3]. В работе G. C. Gleser, В. L. Green, С. Winget был исследован стресс, возникающий в экстремальных ситуациях [4]. Было отмечено, что высокий уровень подверженности социальному стрессу связан с повышением заболеваемости [5].

В нашей стране среди пионеров исследований социального стресса можно назвать таких ученых, как Н. И. Наенко, Ф. Б. Березин, В. А. Бодров, исследовавших психическое состояние и эффективность деятельности человека в экстремальных условиях. В исследованиях Н. И. Наенко и В. А. Бодрова был исследован стресс, возникающий в работе специалистов, чья работа связана с переработкой интенсивного потока сложной, часто недостаточно определенной, меняющейся информации (диспетчеры, операторы ЭВМ и др.) [6; 7]. В работах Ф. Б. Березина, Л. Е. Панина было исследовано влияние на психофизическое состояние человека стресса, связанного с работой в экстремальных климатических условиях, например, на Крайнем Севере [8].

Так сформировалась новая проблемная область исследований. В 1970-1990-е гг. были изданы сборники работ различных исследователей, объединенных идеей изучения специфического стресса, источником которого является общество [9; 10].

В конце XX – начале XXI в. появилось много эмпирических исследований, посвященных *отдельным ас-*

пектам социального стресса, связанным с профессиональной деятельностью [11-19], с процессом обучения [20-22], с семейным неблагополучием или с конфликтом между работой и семьей [23-24], с миграцией и эмиграцией [25-27], с военными действиями [28-34], с информационной перегрузкой [7; 35-38], с проживанием в больших городах [39-42], с социально-экономическим положением [43-46], с принадлежностью к группам, выделенным по расовому, этническому, гендерному и другим признакам, с контактами между этими группами [47-52], с экологическим неблагополучием, экологическими и техническими катастрофами [53-57], с терроризмом [58-59].

Что же касается определений социального стресса, то первые из них появились уже в 1970-е гг. Так, E. Gross определил стресс в организации как социально-психологический феномен, психическое напряжение, возникающее в результате взаимодействия между личностью и социальной организацией, зависящий как от особенностей личности, так и от особенностей организации [2, p. 54].

В. S. Dohrenwend, В. P. Dohrenwend определили социальные стрессоры как объективные события, которые разрушают или угрожают разрушить обычную деятельность индивида. К таким событиям могут быть отнесены как ситуации, повышающие статус индивида, так и понижающие его; и в том, и в другом случае возникает социальный стресс, он связан с изменением положения человека в обществе [1, p. 115-116].

Более обобщенное определение сформулировал американский ученый Х. Каплан в конце 1990-х гг. В своей вводной статье к сборнику работ, посвященных психосоциальному стрессу, он отметил, что психосоциальный стресс имеет *социальное происхождение, обусловленность и проявляется в ситуациях социального взаимодействия*. Среди причин психосоциального стресса ученый перечислил, например, ролевое напряжение, негативные социальные события (перевороты, войны), критические жизненные ситуации, осознание или предвидение собственной или коллективной неуспешности [60].

В отечественной психологии одним из первых обратился к определению

сущности социального стресса Е. В. Руденский. Он использовал понятие «социально-психологический стресс». Это вид стресса, по мнению ученого, порождается общественными условиями, он возникает в периоды социальных трансформаций, проявляется в дезинтеграции диспозиционной системы и регуляции процессов социального функционирования личности, может способствовать ее виктимизации [61].

А. М. Меллер-Леймкюллер использует понятие «стресс в обществе» и рассматривает расстройства, связанные со стрессом. Среди причин стресса в обществе он называет интенсивные экономические и социальные изменения, приводящие к потере социального статуса и нарушению социальной идентичности у значительной части населения, а также войны и связанные с ними миграции [43]. Автор отметил, например, что в результате тяжелого социально-экономического кризиса и высокого уровня социального стресса среди жителей Восточной Европы в начале XXI века количество людей с умеренной депрессией было почти в два раза больше, чем среди жителей За-

падной Европы; смертность в группе мужчин среднего возраста в четыре раза выше [43, с. 6].

В работе Б. Андресена, Ф.-М. Старка и Я. Гросса используется понятие «социальный стресс» при анализе ситуации распространения пугающих слухов и панических реакций среди населения Германии после аварии на Чернобыльской АЭС [55]. Исследователи отметили, что недостаточная и пугающая информация способна вызвать стрессовые реакции широкого спектра. К их числу относятся:

- Эмоциональная обеспокоенность: чувство тревоги, беспокойства рефлексивные процессы, связанные с этим беспокойством.

- Информационные потребности: интерес к информации относительно пугающего фактора, а также поведение, ориентированное на поиск такой информации.

- Усилия к защите: все аспекты избегания действия вредных факторов, защиты себя и своих близких.

- Политические требования: все аспекты политических суждений и

намерений, касающихся борьбы против пугающих факторов.

- Реактивно-психотическая тенденция: проявления перцептивных aberrаций, магического мышления, необычных телесных ощущений [55, с. 11-12].

Б. Т. Величковский также использует понятие «социальный стресс», говоря о социально-экономических проблемах и высокой смертности в России в конце XX – начале XXI в. Он аргументирует введение термина «социальный стресс», отмечая, что этот вид стресса имеет свои особенности. Он наиболее заметен у людей, находящихся в зрелом, наиболее работоспособном возрасте, под его влиянием возникают заболевания широкого спектра, и, наконец, его возникновение связано с утратой мотивации деятельности [44]. Последнюю особенность автор считает ключевой. В ходе интенсивного социально-экономического кризиса резко упала оплата труда, она перестала выполнять свою стимулирующую роль в развитии производства, с одной стороны, и активности людей, с другой. Обнищание населения при-

вело к тому, что закономерно: население России начало уменьшаться примерно на миллион человек ежегодно [47, с. 27].

А. В. Шафиркин и А. С. Штемберг тоже используют понятие «социальный стресс», дополняя его понятием «психоэмоциональной напряженности», говоря об изменении психологического состояния населения России в 1990-е гг. Они отметили, что многократное снижение доходов населения, оказавшееся значительно ниже прожиточного минимума, привело к тому, что в психоэмоциональном состоянии большей части населения страны начали доминировать сначала тревога, а затем – длительно действующий эмоциональный стресс, переходящий в состояние глубокой депрессии [45, с. 30].

Представленный обзор показывает, что понятия «социальный стресс», «психосоциальный стресс» все чаще используются в литературе. Под ними подразумевают вид психологического стресса, **возникающий вследствие воздействия стрессоров социальной природы**. Он влияет на социально-психологическую адапта-

цию личности, ее психологическое состояние и социальное поведение.

Однако при всей кажущейся простоте и логичности такое определение социального стресса дает больше вопросов, чем ответов. Прежде всего, встает вопрос, **какие стрессоры можно считать социальными**. Еще Р. Лацарус выделил физический стресс, связанный с воздействием стрессоров физической природы, и психологический стресс, вызываемый различными психологическими стрессорами – стимулами и ситуациями, воспринимаемыми как угрожающие, а также процессами, основанными на следах эмоциональных переживаний [62]. Однако психологические стрессоры практически все связаны с социальными ситуациями, в которые вовлекается личность. Человек непрерывно живет в обществе, занимается деятельностью, организованной обществом, постоянно вступает в общественные отношения – с людьми, группами людей. Сама личность человека глубоко социальна; психологи самых разных направлений сходятся в том, что она складывается в непрерывном взаимо-

действии с обществом с самых первых дней его жизни. Сознание человека социально по своей природе, **поэтому практически все психологические стрессоры можно считать социальными.**

Однако такое расширительное толкование социальных стрессоров просто приведет к потере познавательного потенциала понятия «социальный стресс», к замене им понятия «психологический стресс».

Тогда необходимо определить круг стрессоров, которые вызывают возникновение социального стресса, разработать их классификацию. На основе анализа результатов имеющихся в науке эмпирических исследований мы выделили следующие основные **группы социальных стрессоров:**

1. Стрессоры, связанные с макросоциальными событиями и условиями жизни (политические, экономические, социальные условия жизни, интенсивные социальные изменения и пр.),

2. Стрессоры, связанные с изменением социального статуса человека, вхождением в новые для него

социальные группы, освоением их норм и ценностей; эти стрессоры запускают процесс адаптации личности к социальной группе, ее приспособление к ней,

3. Стрессоры, связанные с поддержанием семьи, ее требованиями к личности и проблемами функционирования,

4. Стрессоры, связанные деятельностью (профессиональной и учебной), ее требованиями к личности, а также отношениями в процессе деятельности,

5. Стрессоры, связанные с переработкой информации, ее неопределенностью, сложностью, обилием или недостаточностью, недостоверностью, в том числе с восприятием информации из СМИ,

6. Стрессоры, связанные с проживанием в больших городах, с интенсивным взаимодействием с людьми, в том числе контактами с незнакомыми людьми;

7. Стрессоры, связанные с войнами, участием в боевых действиях, вынужденными переселениями,

8. Стрессоры, связанные с миграцией и эмиграцией,

9. Стрессоры, связанные с террористической и криминальной угрозами,

10. Стрессоры, связанные с антропогенным воздействием на природу, экологическими и техногенными катастрофами,

11. Стрессоры, связанные с проблемами достижений и самореализации личности, трудностями реализации своих способностей и стремлений.

Указанный перечень не претендует на полноту и завершенность, но может явиться основой для дальнейшего осмысления проблемы. Имеющиеся в науке данные показывают, что *каждая из перечисленных групп стрессоров способна самостоятельно вызывать выраженный стресс* и влиять на качество социально-психологической адаптации личности. Интенсивная же нагрузка на нескольких уровнях одновременно часто ведет к дезадаптации [63, с. 13].

Теперь попробуем ответить на вопрос, какие же **функции** выполняет социальный стресс. Во многих работах отмечается негативное воздействие социального стресса на жизнедеятельность, психическое состояние

и здоровье человека [4; 5; 8; 11; 12; 16; 17; 18; 20; 22; 26; 27; 28; 29; 30; 33; 43; 44; 45; 55; 56]. Однако имеются сведения и о том, что низкая стимуляция со стороны социума также является стрессором [1, с. 115].

Очевидно, что любой стресс выполняет, в целом, адаптивную функцию. Это касается как психофизиологических сдвигов [64-66], так и психологических реакций. Так, в трансакционной модели Р. Лазаруса стресс рассматривается как процесс взаимодействия ситуации и личности, в ходе которого происходит оценка как стрессора и стрессирующей ситуации, так и возможностей личности к ее разрешению и достижению более качественной адаптации к условиям среды [62]. Таким образом, стрессовые реакции мобилизуют человека и участвуют в организации адаптивного поведения.

Социальный стресс, по нашему мнению, также выполняет *адаптивную роль* во взаимодействии личности и социальной среды. На наш взгляд, можно выделить следующие его функции:

1) социальный стресс позволяет личности дать *обобщенную эмоциональную оценку* своего взаимодействия с социальной средой,

2) социальный стресс индуцирует выработку *индивидуального поведения*, направленного на оптимизацию своего взаимодействия с социальной средой,

3) социальный стресс может *мобилизовать человека (и группы людей) на формирование общественной и политической активности*, направленной на изменение группового взаимодействия, на улучшение социальной ситуации.

Отметим, что последняя функция существенно *отличает социальный стресс от других видов стресса*. Возникающий в социуме, он свойственен людям как социальным существам, являющимся членами различных групп. Поэтому реакции на социальные стрессоры могут не ограничиваться выработкой индивидуального адаптивного поведения и использованием индивидуальных копинг-стратегий. Социальный стресс, связанный с воздействием стрессоров, являющихся общими для

той или иной социальной группы, запускает их активность по изменению социальной среды. Это особенно важно в связи с тем, что, в отличие от физической среды, социальная среда чрезвычайно изменчива и гораздо более доступна влиянию человека. Поэтому приспособление к ней может происходить не за счет подстройки к ней, а за счет изменения самой среды.

Однако позитивные свои функции социальный стресс выполняет при *оптимальной степени интенсивности*. Если интенсивность его слишком низка, он не запускает адаптивных реакций, если же она слишком высока, он может способствовать дезадаптации личности, особенно при длительном интенсивном воздействии. Но это характерно для всех видов стресса.

Подводя итог, отметим, что понятия «социальный стресс», «психосоциальный стресс» все чаще используются в литературе. Под ними подразумевают вид психологического стресса, возникающий вследствие воздействия стрессоров социальной природы. Он влияет на социально-

психологическую адаптацию личности, ее психологическое состояние и социальное поведение. Социальный стресс выполняет адаптивные функции, мобилизуя личность (и группы

людей) на оптимизацию взаимодействия с социальной средой, способствуя тем самым развитию как социума, так и личности.

Библиографический список

1. Dohrenwend B. S. Dohrenwend B. P. Class and race as status-related sources of stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 111-132.
2. Gross E. Work, organization and stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago: Aldine Publishing Company, 1973, pp. 54-110.
3. Croog S. H. The family as a sources of stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 19-53.
4. Gleser G. C., Green B.L., Winget C. Prolonged psychological effects of disaster: A study of Buffalo Cruk. New York, Academic Press, 1981. 178 p.
5. Levine S. Social stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 1-18.
6. Наенко Н. И. Психическая напряженность. М.: Изд-во Моск. университета, 1976. – 112 с.
7. Бодров В. А. Информационный стресс: учеб. пособие для вузов. М.: ПЕРСЭ, 2000. – 352 с.
8. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. 267 с.
9. Social stress. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973. 295 p.
10. Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, life-course, and methods. Collective monograph. San-Diego, Academic press, 1996. 428 p.
11. Biggam F. H. Kevin G. P, Macdonald R. R. Coping with the occupational stressors of police work: a study of Scottish officers. *Stress Medicine*, 1997, vol.13, no 2, pp. 109-115.
12. Siu O., Cooper C. L. A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment. *Stress Medicine*, 1998, vol. 14, no 1, pp. 55-56.
13. Tyler P., Cushway D. Stress and well-being in health-care staff: the role of negative affectivity, and perceptions of job demand. *Stress Medicine*, 1998, vol.14, no 2, pp. 99-107.
14. Stefansdottin S. I., Sutherland V. J. Preference awareness education as stress management training for academic staff. *Stress and health*, 2005, vol. 21, no 5, pp. 310-318.
15. Li C., Wu K., Johnson D.E. The impact of balance-focused attitudes on job stress gender differences evidenced in American and Chines samples. *International journal of psychology*, 2018, vol. 53, no 1, pp. 31-39. DOI: 10.1002/ijop.12254 (SCOPUS).

16. Шингаев С. М. Профессиональный стресс и здоровье менеджеров // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2008. – №71. – С. 290-295.
17. Чуева Е. Н. Специфика проявления профессионального стресса у представителей социэкономических профессий // Вестник Камчатской региональной ассоциации Учебно-научный центр (КРАУНЦ). Гуманитарные науки. 2012. №2 (20). С.165-174.
18. Фонталова Н. С. Стресс в профессиональной деятельности и его психолого-экономические последствия // Известия Байкальского государственного университета. 2011. №3. С. 179-182.
19. Манухина С. Ю., Глушач Н. Н., Манухина Н. М. Профессиональный стресс в организационной среде // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2014. №4. С. 350-354.
20. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. 256 с.
21. Бусловская Л. К. Рыжкова Ю. П. Адаптационные реакции у студентов при экзаменационном стрессе // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Естественные науки. 2011. №21 (116). С. 46-52.
22. Зотова О. М., Зотов В. В. Информационные перегрузки как фактор стресса студентов вузов // Курский научно-практ. вестник «Человек и его здоровье». 2015. №4. С. 108-115.
23. Голофаст В. Докорова Л., Божков О. Ориентация на развод и напряженность в семье // Человек после развода: коллективная монография. – Вильнюс, 1985.
24. Келам А., Эббер И. Причины конфликтных ситуаций в семье (по материалам Таллиннской семейной консультации) // Человек после развода: коллективная монография. – Вильнюс, 1985. С. 56-66.
25. Kirkcaldy B. D., Siefen R. G., Witting U. Health and emigration: subjective evaluation of health status and physical symptoms in Russian-speaking migrants. *Stress and health*, 2005, vol.21, no 5, pp. 295-309.
26. Ross T., Malanin A., Pfaffin F. The relationship between stress and crime in migrants from former Soviet Union. *Stress and health*, 2006, vol. 22, no 1, pp. 59-64.
27. Хрусталева Н. С. Переживание психической травмы и печали условиях эмиграции // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12. Психология. Социология. Педагогика. 2010. № 1. С. 253-260.
28. Идрисов К. А. Динамика посттравматического стрессового расстройства у гражданских лиц, переживших угрозу жизни в зоне локального военного конфликта // Социальная и клиническая психиатрия. 2002. Т.12. Вып. 3. С. 34-37.
29. Тарабрина Н. В. Основные итоги и перспективные направления исследования посттравматического стресса // Психологический журнал. 2003. Т.24. № 4. С. 5-18.
30. Магомед-Эминов М. Ш. Филатов А. Т., Кадук Г. И., Квасова О. Г. Новые аспекты психотерапии посттравматического стресса: Методические рекомендации. 2-е изд., исправл.М.: Инсайт, 2004. 112 с.
31. Устюганов А. А. Исследование смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс // Вестник Кемеровского государственного университета. 2010. №2. С. 69-73.

32. Евдокимов В. И., Рыбников В. Ю., Шамрей В. К. Боевой стресс: наукометрический анализ отечественных публикаций (2005–2017 гг.): научное издание. СПб.: Политехника-принт, 2018. 170 с.
33. McIntyre T. M., Venture M. Children of war: Psychological sequelae of war trauma in Angolan adolescents. *The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective*. Collective monograph. London, Praeger Publishers, 2003, pp. 39-54.
34. Paulson D. S. War and refugee suffering // *The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective*. Collective monograph. London, Praeger Publishers, 2003, pp.111-122.
35. Коваль Г. А. Информационный стресс как причина психологических последствий террористических актов // Вестник Московского университета МВД России. 2008. №8. С. 50-52.
36. Байгужин П. А. Способы оптимизации напряженности умственного труда как фактора профессионального стресса (обзор) // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2012. № 3. С. 378-393.
37. Самотруева М. А., Сергалиева М. У., Ясенявская А. Л., Мажитова М. В., Теплый Д. Л., Кантемирова Б.И. Информационный стресс: причины, экспериментальные модели влияние на организм // Астраханский медицинский журнал. 2015. №4. С. 25-31.
38. Пронина Л. А. Информационная культура как механизм преодоления информационной перегрузки // Вестник Тамбовского гос. ун-та. 2013. № 4 (120). С. 325-329.
39. Милграм С. Эксперимент в социальной психологии. СПб.: Питер, 2001. 336 с.
40. Cohen P., Struening E. L., Muhlin G., Genevie L. F., Kaplan S. R., Peck H. B. Community stressors, mediating conditions and wellbeing in urban neighborhoods. *Journal of community psychology*, 1982, vol.10, no 4, pp. 377-391.
41. Яницкий О.Н. Научно-технический прогресс, человеческий фактор и воспроизводящие функции городской среды // Проблемы качества городской среды = Problems of urban environmental quality: сб. науч. трудов. – М.: Наука, 1989. – С. 9-28.
42. Казакова А. Ю. Краудинг как фактор городской идентификации студентов-первокурсников // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. 2017. №10 (259). С. 41-51.
43. Меллер-Леймкюллер А. М. Стресс в обществе и расстройства, связанные со стрессом, в аспекте гендерных различий // Социальная и клиническая психиатрия. 2004. Т.14. Вып. 4. С. 5-11.
44. Величковский Б. Т. Социальный стресс, трудовая мотивация и здоровье // Бюллетень Восточно-Сибирского научного центра Сибирского отделения Российской академии медицинских наук. 2005. № 2. С. 24-36.
45. Шафиркин А. Ф., Штемберг А. С. Влияние социального стресса и психоэмоциональной напряженности на здоровье мужчин трудоспособного возраста в России // Вестник Российского государственного медицинского университета. 2013. № 5-6. С. 27-34.
46. Reeskens T., Vandecasteele L. Hard times and European youth. The effect of economic insecurity on human values, social attitudes and well-being. *International journal of psychology*, 2017, vol. 52, no 1, pp. 19-27. DOI: 10.1002/ijop.12387 (SCOPUS)

47. Deng X., Cheng Ch., Chow H.M., Ding X. Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese. *International journal of psychology*, 2018, vol. 54, no 3, pp. 333-341. DOI: 10.1002/ijop.12481 (SCOPUS).
48. Nettles S. M., Pleck J. H. Risk, resilience, and development: The multiple ecologies of black adolescents in the United States. *Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions*: collective monograph. Cambridge : University Press, 1994, pp.147-181.
49. Stangor Ch., Crandall C. Threat and the social construction of stigma. *Social psychology of stigma*. New York, London: The Guilford Press, 2000, pp. 62-87.
50. Dovidio J. Major B., Crocker J. Stigma: introduction and overview. *Social psychology of stigma*: The Guilford Press, 2000, pp. 1-30.
51. Zivotofsky A. Z., Voslowsky M. Gender differences in coping with major external stress. *Stress and health*, 2005, vol. 21, no 1, pp. 27-31.
52. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G., Lay S. Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members. *International journal of psychology*, 2016, vol. 51, no 6, pp. 403-411. DOI: 10.1002/ijop.12201 (SCOPUS).
53. Assanangkornchay S., Tangboonngam S., Edwards J. G. The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster. *Stress and health*, 2004, vol. 20, no 2, pp. 81-89.
54. Zhou X., Wu X., Li X., Zhen R. The role of posttraumatic fear and social support in the relationship between trauma severity and posttraumatic growth among adolescent survivors of the Yaan earthquake. *International journal of psychology*, 2018, vol. 53, no 2, pp. 150-156. DOI: 10.1002/ijop.12281 (SCOPUS).
55. Андресен Б., Старк Ф.-М., Гросс Я. Социальный стресс, личность и экотравмирующие переживания: эмпирическое исследование ближайших реакций на Чернобыльскую аварию в Гамбурге // Социальная и клиническая психиатрия. 1995. Т.5. Вып. 2. С. 6-14.
56. Хавенаар Й.М., Румянцева Г. М., ван ден Бут Я. Проблемы психического здоровья в Чернобыльской зоне // Социальная и клиническая психиатрия. Социальная и клиническая психиатрия. 1993. Т.3 Вып.1. С. 11-16.
57. Шамарин В. М., Мартынич Е. А., Анискин Д. Б. Оценка уровня психосоциального стресса и его последствий у участников ликвидации аварии на Чернобыльской АЭС // Социальная и клиническая психиатрия. 2003. Т.13. Вып. 2. С. 33-37.
58. Зинченко Ю. П., Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А. Террористический акт как экстремальная ситуация в обществе рисков // Национальный психологический журнал. 2011. № 2. С. 98-111.
59. Ениколопов С. Н., Мкртчян А. А. Психологические последствия терроризма и роль СМИ в процессе их формирования // Национальный психологический журнал. 2010. №2. С. 41-46.
60. Kaplan H. Perspectives on psychosocial stress. *Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, life-course, and methods*. Collective monograph. San-Diego, Academic press, 1996, pp. 3-28.
61. Руденский Е. В. Концептуальные основы психологии адаптирующейся личности. Введение в психологическую теорию социального функционирования личности. – Новосибирск: Институт психологии личности, 1997. 205 с.

62. Lazarus R. S. Cognitive and coping processes in emotion. *Stress and coping. An anthology: collective monograph*. New York, Columbia University Press, 1977, pp.146-158.
63. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб.: Речь, 2004. 166 с.
64. Меерсон Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика. М.: Наука, 1981. 278 с.
65. Панин Л. Е. Биохимические механизмы стресса. Новосибирск: Наука, Сиб. отд., 1983. 232 с.
66. Фомин Н. А. Адаптация: общебиологические и психофизиологические основы. М.: Теория и практика физической культуры, 2003. 383 с.

E. A. Vasilenko

ORCID No. 0000-0003-3463-6317

Associate Professor, Candidate of Sciences

(Psychology), Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology,
South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia.

E-mail: vasilenkoea@cspu.ru

THE PROBLEM OF ESSENCE AND FUNCTIONS OF SOCIAL STRESS IN PSYCHOLOGY

Abstract

Introduction. The article substantiates the relevance of theoretical understanding of the concept of "social stress" in psychological science. The purpose of the article is to provide an overview of empirical research and attempts to theoretically understand the essence of social stress and on this basis to formulate their vision of its functions, specificity and types of stressors causing it.

The presented review revealed the weakness of theoretical generalizations in the study of social stress in the presence of a fairly large number of studies investigating its particular aspects.

The article attempts to determine the range of stressors that cause social stress, presents their classification.

The analysis of empirical materials allowed to conclude that social stress performs the following functions:

1) allows the individual to give a generalized emotional assessment of their interaction with the social environment,

2) induces the development of individual behavior aimed at optimizing its interaction with the social environment,

3) can mobilize people (and groups of people) to form social and political activity aimed at changing group interaction, to improve the social situation.

The necessity of complex studies of social stress and its impact on the socio-psychological adaptation of the individual.

Keywords: stress, psychological stress, social stress, stress functions, social and psychological adaptation of personality.

Highlights:

An overview of empirical research and theoretical understanding of the essence of social stress is presented,

Weak theoretical knowledge of social stress is revealed in the presence of quite a large number of studies investigating its particular aspects,

The author's vision of the functions of social stress is put forward,

Identified the main groups of social stressors.

References

1. Dohrenwend B. S. Dohrenwend B. P. Class and race as status-related sources of stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 111-132.
2. Gross E. Work, organization and stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 54-110.
3. Croog S. H. The family as a sources of stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp. 19-53.
4. Gleser G. C., Green B.L., Winget C. *Prolonged psychological effects of disaster: A study of Buffalo Cruk*. New York, Academic Press, 1981. 178 p.
5. Levine S. Social stress. *Social stress*. Collective monograph. Chicago, Aldine Publishing Company, 1973, pp.1-18.
6. Naenko N.I. *Psikhicheskaya napryazhennost'* [Mental tension]. Moscow, Moskow University Publ., 1976. 112 p. (In Russian).

7. Bodrov V.A. *Informatsionnyj stress* [Information stress], Moscow, PER SE, 2000. 352 p. (In Russian).
8. Berezin, F. B. *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* [Mental and psychophysiological adaptation of a person]. Leningrad, Nauka, 1988. 267 p. (In Russian).
9. *Social stress*. Collective monograph. Chicago: Aldine Publishing Company, 1973. 295 p.
10. *Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, life-course, and methods*. Collective monograph. San-Diego etc., Academic press, 1996. 428 p.
11. Biggam F. H., Kevin G. P, Macdonald R. R. Coping with the occupational stressors of police work: a study of Scottish officers. *Stress Medicine*, 1997, vol.13, no 2, pp. 109-115.
12. Siu O., Cooper C. L. A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment. *Stress Medicine*, 1998, vol. 14, no 1, pp. 55-56.
13. Tyler P., Cushway D. Stress and well-being in health-care staff: the role of negative affectivity, and perceptions of job demand. *Stress Medicine*, 1998, vol.14, no 2, pp. 99-107.
14. Stefansdottin S. I., Sutherland V. J. Preference awareness education as stress management training for academic staff. *Stress and health*, 2005, vol. 21, no 5, pp. 310-318.
15. Li C., Wu K., Johnson D.E. The impact of balance-focused attitudes on job stress gender differences evidenced in American and Chinese samples. *International journal of psychology*, 2018, vol. 53, no 1, pp. 31-39. DOI: 10.1002/ijop.12254.
16. Shingaev S. M. *Professional'nyj stress i zdorov'e menedzherov* [Professional stress and health of managers]. *Izvestiya Rossiiskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gertsena*, 2008, vol. 71, pp. 290-295. (In Russian).
17. Chueva E. N. *Spetsifika proyavleniya professional'nogo stressa u predstavitelej sotsionomicheskikh professij* [Specificity of manifestations of occupational stress among representatives of professions "help"]. *Vestnik Kamchatskoj regional'noj assotsiatsii Uchebno-nauchnyj tsentr (KRAUNTS). Gumanitarnye nauki*, 2012, no 2 (20), pp.165-174 (In Russian).
18. Fontalova N. S. *Stress v professional'noj deyatel'nosti i ego psikhologo-ehkonomicheskie posledstviya* [Stress in professional activity and its psychological and economic consequences]. *Izvestiya Bajkal'skogo gosudarstvennogo universiteta*, 2011, no. 3, pp. 179-182 (In Russian).
19. Manukhina S. Yu., Glushach N. N., Manukhina N. M. *Professional'nyj stress v organizatsionnoj srede* [Professional stress in the organizational environment]. *Uchenye zapiski Orlovskogo gosudarstvennogo universiteta, Gumanitarnye i sotsial'nye nauki*, 2014, no. 4, pp. 350-354 (In Russian).
20. Shcherbatykh Yu. V. *Psikhologiya stressa i metody korrektsii* [Psychology of stress and methods of correction]. Saint-Petersburg, Piter, 2006. 256 p. (In Russian).
21. Buslovskaya L. K., Ryzhkova Yu. P. *Adaptatsionnye reaktsii u studentov pri ehkzamenatsionnom stresse* [Adaptive reactions in students under examination stress]. *Nauchnye vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. Estestvennye nauki*, 2011, no. 21 (116), pp. 46-52 (In Russian).

22. Zotova O.M., Zotov V. V. *Informatsionnye peregruzki kak faktor stressa studentov vuzov* [Information overload as a stress factor for University students]. *Kurskij nauchno-prakticheskij vestnik «Chelovek i ego zdorov'e»*, 2015, no. 4, pp. 108-115 (In Russian).
23. Golofast V., Doktorova L., Bozhkov O. *Orientatsiya na razvod i napryazhennost' v sem'e* [Focus on divorce and family tension]. *Chelovek posle razvoda: kollektivnaya monografiya*. [Man after divorce. Collective monograph]. Vilnius, LitNIITI, 1985, pp. 3-12 (In Russian).
24. Kelam A., Ebbber I. *Prichiny konfliktnykh situatsij v sem'e A. Kelam, Prichiny konfliktnykh situatsij v sem'e (po materialam Tallinnskoj semejnoy konsul'tatsii)* [Causes of conflict situations in the family (based on the Tallinn family consultation)]. *Chelovek posle razvoda: kollektivnaya monografiya* [Man after divorce. Collective monograph]. Vilnius, LitNIITI, 1985, pp. 56-66 (In Russian).
25. Kirkcaldy B.D., Siefen R. G., Witting U. Health and emigration: subjective evaluation of health status and physical symptoms in Russian-speaking migrants. *Stress and health*, 2005, vol.21, no 5, pp. 295-309.
26. Ross T., Malanin A., Pfaffin F. The relationship between stress and crime in migrants from former Soviet Union. *Stress and health*, 2006, vol. 22, no 1, pp. 59-64.
27. Khrustaleva N.S. *Perezhivanie psikhicheskoy travmy i pechali usloviyakh eh migratsii* [The experience of trauma and grief in emigration]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seria 12. Psikhologiya. Sotsiologiya. Pedagogika*, 2010, no 1, pp. 253-260 (In Russian).
28. Idrisov K. A. *Dinamika posttravmaticheskogo stressovogo rasstrojstva u grazhdanskikh lits, perezhivshikh ugrozu zhizni v zone lokal'nogo voennogo konflikta* [Dynamics of post-traumatic stress disorder in civilians who have survived the threat of life in the zone of local military conflict], *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhiatriya*, 2002, vol.12, no. 3, pp. 34-37 (In Russian).
29. Tarabrina N. V. *Osnovnye itogi i perspektivnye napravleniya issledovaniya posttravmaticheskogo stressa* [Main results and perspective directions of post-traumatic stress research]. *Psikhologicheskij zhurnal*, 2003, vol. 24, no 4, pp. 5-18 (In Russian).
30. Magomed-Eminov M. Sh., Filatov A. T., Kaduk, G. I. and Kvasova, O. G. *Novye aspekty psikhoterapii posttravmaticheskogo stressa* [New aspects of post-traumatic stress therapy. Methodical recommendation]. *Insajt*, Moscow, 2004. 112 p. (In Russian).
31. Ustyuganov A. A. *Issledovanie smyslovoj sfery voennosluzhashchikh, perezhivshikh boevoy stress* [The study of the semantic sphere of soldiers who survived combat stress]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2010, no 2, pp. 69-73. (In Russian).
32. Evdokimov V. I., Rybnikov V. Yu., Shamrej V. K. *Boevoy stress: nauko-metricheskij analiz otechestvennykh publikatsij (2005–2017 gg.)* [Combat stress: scientometric analysis of domestic publications (2005-2017)]. Politehnika-print, Saint-Petersburg, 2018. 170 p. (In Russian).
33. McIntyre T. M., Venture M. Children of war: Psychological sequelae of war trauma in Angolan adolescents. *The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective: collective monograph*. London, Praeger Publishers, 2003, pp. 39-54.
34. Paulson D. S. War and refugee suffering // *The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective: collective monograph*. London, Praeger Publishers, 2003, pp.111-122.

35. Koval' G. A. *Informatsionnyj stress kak prichina psikhologicheskikh posledstvij terroristicheskikh aktov* [Informational stress as a cause of psychological consequences of terrorist acts]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii*, 2008, no 8, pp. 50-52. (In Russian).
36. Bajguzhin P. A. *Sposoby optimizatsii napryazhennosti umstvennogo truda kak faktora professional'nogo stressa (obzor)* [Ways to optimize the intensity of mental work as a factor of professional stress (review)]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2012, no 3, pp. 378-393. (In Russian).
37. Samotrueva M. A., Sergalieva M. U., Asenyavskaya A. L., Mazhitova M. V., Teplyj D. L., Kantemirova B. I. *Informatsionnyj stress: prichiny, ehksperimental'nye modeli, vliyanie na organism* [Ways to optimize the intensity of mental work as a factor of professional stress (review)]. *Astrakhanskij meditsinskij zhurnal*, 2015, no 4, pp. 25-31 (In Russian).
38. Pronina L. A. *Informatsionnaya kul'tura kak mekhanizm preodoleniya informatsionnoj peregruzki* [Information culture as a mechanism to overcome information overload]. *Vestnik Tambovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2013, no 4 (120), pp. 325-329 (In Russian).
39. Milgram S. *Eksperiment v sotsial'noj psikhologii* [Experiment in social psychology]. Saint-Petersburg, Piter, 2001. 336 p. (In Russian).
40. Cohen P., Struening E.L., Muhlin G., Genevie L.F., Kaplan S.R., Peck H.B. Community stressors, mediating conditions and wellbeing in urban neighborhoods. *Journal of community psychology*. 1982, vol.10, no 4, pp. 377-391.
41. Yanitskij O. N. *Nauchno-tehnicheskij progress, chelovecheskij faktor i vosproizvodnyashhie funktsii gorodskoj sredy* [Scientific and technological progress, human factor and reproducing functions of the urban environment]. *Problemy kachestva gorodskoj sredy: sbornik nauchnykh trudov* [Problems of urban environmental quality. Collection of scientific works]. Moscow, Nauka, 1989, pp. 9-28. (In Russian).
42. Kazakova A. Yu. *Krauding kak faktor gorodskoj identifikatsii studentov-pervokursnikov* [Crowding as a factor of urban identification of first-year students]. *Nauchnye vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta*. Ser. Filosofiya. Sotsiologiya. Pravo, 2017, no 10 (259), pp. 41-51 (In Russian).
43. Meller-Lejmkuyuller A. M. *Stress v obshhestve i rasstrojstva, svyazannye so stressom, v aspekte gendernykh razlichij* [Stress in society and stress-related disorders in terms of gender differences]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psixiatriya*, 2004, vol.14, no 4, pp. 5-11 (In Russian).
44. Velichkovskij B. T. *Sotsial'nyj stress, trudovaya motivatsiya i zdorov'e* [Social stress, work motivation and health]. *Byulleten' Vostochno-Sibirskogo nauchnogo tsentra Sibirskogo otdeleniya Rossijskoj akademii meditsinskikh nauk*, 2005, no 2, pp. 24-36 (In Russian).
45. Shafirkin A. F., Shtemberg A. S. *Vliyanie sotsial'nogo stressa i psikhoehmotsional'noj napryazhennosti na zdorov'e muzhchin trudospobnogo vozrasta v Rossii* [Influence of social stress and psycho-emotional tension on the health of men of working age in Russia], *Vestnik Rossijskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta*, 2013, no 5-6, pp. 27-34 (In Russian).
46. Reeskens T., Vandecasteele L. Hard times and European youth. The effect of economic insecurity on human values, social attitudes and well-being. *International journal of psychology*, 2017, vol. 52, no 1, pp. 19-27. DOI: 10.1002/ijop.12387 (SCOPUS)

47. Deng X., Cheng Ch., Chow H.M., Ding X. Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese. *International journal of psychology*, 2018, vol. 54, no 3, pp. 333-341. DOI: 10.1002/ijop.12481 (Scopus).
48. Nettles S.M., Pleck J.H. Risk, resilience, and development: The multiple ecologies of black adolescents in the United States. *Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions*. Collective monograph. Cambridge, University Press, 1994, pp.147-181.
49. Stangor Ch., Crandall C. Threat and the social construction of stigma. *Social psychology of stigma*. Collective monograph. New York, London, The Guilford Press, 2000, pp. 62-87.
50. Dovidio J. Major B., Crocker J. Stigma: introduction and overview. *Social psychology of stigma*. Collective monograph. New York, London, The Guilford Press, 2000, pp. 1-30.
51. Zivotofsky A. Z., Voslowsky M. Gender differences in coping with major external stress. *Stress and health*, 2005, vol. 21, no 1, pp. 27-31.
52. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G., Lay S. Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members. *International journal of psychology*, 2016, vol. 51, no 6, pp. 403-411. DOI: 10.1002/ijop.12201 (SCOPUS).
53. Assanangkornchay S., Tangboonngam S., Edwards J. G. The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster. *Stress and health*, 2004, vol. 20, no 2, pp. 81-89.
54. Zhou X., Wu X., Li X., Zhen R. The role of posttraumatic fear and social support in the relationship between trauma severity and posttraumatic growth among adolescent survivors of the Yaan earthquake. *International journal of psychology*, 2018, vol. 53, no 2, pp. 150-156. DOI: 10.1002/ijop.12281 (SCOPUS).
55. Andresen B., Stark F.-M., Gross Ya. Sotsial'nyj stress, lichnost' i ehkotravmiruyushhie perezhivaniya: ehmpiricheskoe issledovanie blizhajshikh reaksij na Chernobyl'skuyu avariyu v Gamburge [Social stress, personality and traumatic experiences: an empirical study of the immediate reactions to the Chernobyl accident in Hamburg]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhatriya*, 1995, vol.5, no. 2, pp. 6-14 (In Russian).
56. Khavenaar J. M., Romyantseva G. M., van den But Ya. *Problemy psikhicheskogo zdorov'ya v Chernobyl'skoj zone* [Mental health problems in the Chernobyl's zone]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhatriya*, 1993, vol. 3, no.1, pp. 1-16. (In Russian).
57. Shamarin V. M., Martynchik E. A., Aniskin D. B. *Otsenka urovnya psikhosotsial'nogo stressa i ego posledstvij u uchastnikov likvidatsii avarii na Chernobyl'skoj AES* [Assessment of the level of psychosocial stress and its consequences in the participants of the Chernobyl accident]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhatriya*, 2003, vol.13, no. 2, pp. 33-37 (In Russian).
58. Zinchenko Yu. P., Soldatova G. U., Shajgerova L. A. *Terroristicheskij akt kak ehkstremaal'naya situatsiya v obshhestve riskov* [Terrorist act as an extreme situation in the society of risks], *Natsional'nyj psikhologicheskij zhurnal*, 2011, no 2 (6), pp. 98-111 (In Russian).
59. Enikolopov S. N., Mkrchan, A. A. *Psikhologicheskie posledstviya terrorizma i rol' SMI v protsesse ikh formirovaniya* [Psychological consequences of terrorism and the role of the media in their formation]. *Natsional'nyj psikhologicheskij zhurnal*, 2010, no 2, pp. 41-46 (In Russian).

60. Kaplan H. Perspectives on psychosocial stress. *Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, life-course, and methods*. Collective monograph. San-Diego, Academic press, 1996, pp. 3-28.
61. Rudenskij E. V. *Kontseptual'nye osnovy psikhologii adaptiruyushhejsya lichnosti. Vvedenie v psikhologicheskuyu teoriyu sotsial'nogo funkcionirovaniya lichnosti* [Conceptual bases of psychology of the adapting personality. Introduction to the psychological theory of social functioning of personality]. Novosibirsk, Institut psikhologii lichnosti, 1997. 205 p. (In Russian).
62. Lazarus R. S. Cognitive and coping processes in emotion. *Stress and coping. An anthology*. Collective monograph. New York, Columbia University Press, 1977, pp.146-158.
63. Ababkov V. A., Perre M. *Adaptatsiya k stressu. Osnovy teorii, diagnostiki, terapii* [Adaptation to stress. Fundamentals of theory, diagnosis, therapy]. Saint-Petersburg, Rech', 2004. 166 p. (In Russian).
64. Meerson F. Z. *Adaptatsiya, stress i profilaktika* [Adaptation, stress and prevention]. Moscow, Nauka, 1981. 278 p. (In Russian).
65. Panin L. E. *Biokhimicheskie mekhanizmy stressa* [Biochemical mechanisms of stress], Novosibirsk, Nauka, Sib. otd., 1983, 232 p. (In Russian).
66. Fomin N. A. *Adaptatsiya: obshhebiologicheskie i psikhofiziologicheskie osnovy* [Adaptation: General biological and psychophysiological bases]. Moscow, Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury, 2003. 383 p. (In Russian).

