

ОБЗОРНЫЕ СТАТЬИ

DOI 10.25588/CSPU.2020.156.3.016

УДК 152.2

ББК 88.52: 88.33

Е. А. Василенко

ORCID № 0000-0003-3463-6317

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

E-mail: vasilenkoea@cspu.ru

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ИНТЕНСИВНОСТЬ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЛИЧНОСТЬЮ СОЦИАЛЬНОГО СТРЕССА

Аннотация

В статье рассматривается проблема факторов, влияющих на интенсивность переживания различными людьми особого вида стресса — социального стресса, возникающего в обществе и во взаимодействии людей. Цель статьи состоит в том, чтобы на основе анализа теоретических концепций и эмпирических исследований выявить основные группы факторов, имеющих влияние на интенсивность переживания социального стресса и реагирование на него. В результате проведенного анализа сделан вывод о том, что на интенсивность социального стресса имеют влияние следующие группы факторов: демографические, конституциональные, когнитивные, личностные, социальные факторы.

В статье также проанализированы представленные в научной литературе модели взаимодействия факторов, которые влияют на интенсивность социального стресса. На основе анализа этих моделей автор выявляет возможные варианты взаимодействия факторов, влияющих на переживание личностью социального стресса. Сформулирован вывод о том, что дальнейшее изучение данной проблематики требует проведения комплексных исследований, направленных на изучение вклада различных факторов в интенсив-

Факторы, влияющие на интенсивность переживания личностью социального стресса

ность и характер реагирования людей на социальные стрессоры.

Ключевые слова: стресс; социальный стресс; стрессовое реагирование; социально-психологическая адаптация.

Основные положения:

– на основе анализа теоретических концепций и данных эмпирических исследований можно выделить следующие группы факторов, которые могут влиять на интенсивность социального стресса: демографические, конституциональные, когнитивные, личностные, социальные факторы;

– указанные группы факторов имеют не только самостоятельное влияние на интенсивность социального стресса, но и сложные, пока мало изученные взаимодействия. В психологии появились комплексные, биопсихосоциальные модели, рассматривающие взаимодействие факторов разного уровня в процессе адаптации личности к окружению. Анализ этих моделей позволил автору выявить возможные варианты взаимодействия факторов, влияющих на интенсивность переживания социального стресса;

– дальнейшее изучение данной проблематики требует проведения комплексных эмпирических исследований, направленных на изучение вклада различных факторов в интенсивность и характер реагирования людей на социальные стрессоры.

Понятие «социальный стресс» вошло в психологию сравнительно недавно. Американский психолог Н. Карпан определил его как вид психологического стресса, возникающий вследствие воздействия стрессоров социальной природы и проявляющийся в ситуациях социального взаимодействия [1, 3]. В психологии и психофизиологии имеется обширная литература, посвященная различным факторам, влияющим на уровень стресса, как физиологического, так и психологического. Однако особенности детерминации социального стресса еще недостаточно изучены эмпирически и осмыслены теоретически. Мы поставили цель: на основе анализа теоретических концепций и данных эмпирических исследований выявить основные группы факторов, влияющих на интенсивность восприятия и последствия социального стресса.

Исследования, выполненные уже в 80-е гг. XX в., выявили влияние на интенсивность социального стресса **демографических факторов** — пола, возраста. Их можно, на наш взгляд, рассматривать в качестве **первой группы** факторов, определяющих интенсивность стрессового реагирования. Что касается пола, то во многих исследованиях отмечен факт более выраженного реагирования женщин на стрессовые факторы. Женщины чаще страдают депрессией, в последнее время — молодые женщины, с высоким уровнем образования. Замужние женщины более подвержены депрессии, что часто связано с социальной депривацией и рутинной работой [2].

В исследованиях, выполненных в конце XX– начале XXI в. были получены данные о том, что в стрессовых ситуациях у девушек и женщин чаще развиваются тревога и депрессия, страхи и ипохондрические реакции, психосоматические заболевания [3; 4]. Это отмечено для самых разных видов социального стресса: в ситуациях рабочего стресса [5], в ситуациях военных действий [6; 7], в ситуациях природных и техногенных катастроф [8; 9; 10; 11], в ситуации эмиграции [12].

Причины таких различий большинство ученых связывают, главным образом, с гендерной спецификой социализации мальчиков девочек. Гендерный стереотип мужчины предусматривает такие черты, как выдержка, способность сохранять спокойствие и работоспособность в стрессовых ситуациях, быть опорой для семьи при преодолении различных трудностей. Гендерный стереотип женщины, напротив, связан с высокой эмоциональностью, кротостью, готовностью принимать защиту со стороны мужчины [13]. Гендерные стереотипы и сейчас влияют на стрессоустойчивость представителей мужского и женского пола. Девочки и женщины чаще проявляют эмоциональные реакции, тогда как мальчики и мужчины демонстрируют сдержанность, склонность к отрицанию проблемы и тревоги [14].

Возраст также влияет на восприятие стресса. Исследования показывают, что в период молодости и зрелости люди более адаптивны и менее подвержены воздействию внешней тревоги, чем

подростки, юношество и люди старшего поколения [15; 16]. У пожилых людей более высокие показатели суммарного стресса, более выражена боязнь нового опыта, хотя имеются и свои резервы совладания с некоторыми стрессами [17].

Вторая группа факторов может быть обозначена как **конституциональные факторы**. Конституция представляет собой совокупность наследственно закрепленных индивидуальных особенностей и свойств, определяющих специфичность реагирования на средовые воздействия. Среди факторов, влияющих на переживание социального стресса, можно выделить такие, которые детерминированы преимущественно конституционально. К ним можно отнести темперамент и наличие (отсутствие) акцентуаций характера.

В исследованиях второй половины XX в. было показано, что важнейшим фактором, влияющим на восприятие стресса и реагирование на него, является **темперамент**. Исследования, проведенные J. Strelau, Ф. Б. Березиным, Н. Н. Даниловой еще в XX столетии, показали, что экстраверсия, сила процесса возбуждения, пластичность, низкая реактивность связаны с устойчивостью к стрессовым нагрузкам, развитием оптимальных функциональных состояний в условиях стресса; и, наоборот, интроверсия, слабость процессов возбуждения, ригидность, эмоциональная нестабильность связаны с высокой тревожностью, развитием неоптимальных функциональных состояний в условиях стрессовых нагрузок [18; 19; 20].

Современные исследования, выполненные в начале XXI в., показывают, что на восприятие социального стресса и индивидуальную выносливость по отношению к нему влияют, в первую очередь, такие факторы темперамента, как экстраверсия и нейротизм. Экстраверсия отрицательно связана с интенсивностью воспринимаемого стресса и выраженностью его последствий, а нейротизм — положительно [21; 22]. Отмечено, что индивиды с различными свойствами темперамента склонны к выбору различных копинговых стратегий в ситуациях стресса: экстраверсия, сила нервной системы, активность связаны с выбором проблемно-ориентированных страте-

гий в стрессовых ситуациях; нейротизм, эмоциональная реактивность связаны с выбором эмоционально-ориентированных стратегий [20, 230]. По данным R. Derog, более высокий уровень стрессированности у интровертов ведет к большей частоте заболеваемости, у них выявлен более высокий уровень подверженности инфекциям [23, 256].

В литературе отмечено, что роль темперамента в детерминации поведения и стрессового реагирования меняется в течение жизни человека. У детей дошкольного возраста темпераментные факторы являются главным предиктором поведенческих реакций. В подростковом возрасте роль темперамента в формировании адаптивного поведения уменьшается и возрастает роль личностных факторов [20, 243].

Теперь обратимся к такому конституциональному фактору реагирования на стресс, как наличие или отсутствие *акцентуаций характера*. Акцентуация характера является одним из уровней в диапазоне аномальной личностной изменчивости, проявляющееся в низкой устойчивости личности к психологическим воздействиям определенного рода, при достаточной устойчивости к другим видам воздействий. Если социальные стрессоры создадут нагрузку на «место наименьшего сопротивления», они могут способствовать возникновению трудностей социальной адаптации. Имеющиеся эмпирические исследования показывают, что в экстремальных и неблагоприятных ситуациях у лиц с акцентуацией характера начинается выраженный дрейф в сторону пограничной аномальной личности; у них значительно чаще в таких случаях возникают расстройства адаптации, чем у лиц с гармоничным характером [24, 159–160].

Третью группу факторов, влияющих на интенсивность переживания личностью социального стресса, можно, на наш взгляд, обозначить как когнитивные факторы. В когнитивных моделях стресса особое значение придается процессам восприятия и оценки стрессовой ситуации, а также адаптивных возможностей индивида. Р. Лазарус рассматривал стресс как трансактный процесс взаимо-

действия индивида с окружающим миром, в ходе которого важными моментами являются процесс восприятия и оценки стрессора со стороны индивида и выбор и реализация индивидом той или иной стратегии копинга. При этом эмоции рассматриваются не только как результат восприятия стрессовой ситуации, но и как катализатор и результат копинга [25]. Было выявлено, что восприятие и оценка стрессовой ситуации, в свою очередь, зависит от убеждений индивида о самом себе и своих взаимоотношениях с другими людьми [26].

Одним из убеждений, влияющим на оценку стрессора и выработку адаптивного поведения, является «локус контроля». В работах М. Seligman было обосновано, что если у человека есть ощущение контроля над ситуацией, то он реагирует решением возникшей проблемы и чаще всего воспринимает стресс позитивно; если же ощущения контроля нет, то он теряет способность действовать или действует неуверенно и неэффективно, что способствует еще большему снижению чувства контроля в следующей проблемной ситуации; так возникает «выученная беспомощность» [27, 9]. В психоаналитически-ориентированной литературе отмечалось, что ощущение неконтролируемости берет свои истоки в материнской депривации или повышенной тревоге матери, в бедности или непредсказуемых тяжелых событиях в детстве, в грубом обращении и отсутствии поддержки в период школьного обучения, слишком трудными задачами без четкой связи между решением и оценкой [28, 143]. В отечественной психологии контролируемость событий также считается важным фактором, влияющим на выбор адаптивного поведения. Так, А. А. Налчаджян разделял все механизмы адаптивного поведения на защитные, незащитные и смешанные; в случае преобладания защитных механизмов социальная адаптация происходит с отказом от решения проблемной ситуации, с доминированием негативных эмоциональных состояний и склонностью к социальным девиациям [29, 19].

Это теоретическое представление имеет эмпирические подтверждения. Исследования, проведенные в Европе и в США, пока-

зывают, что представители низкостатусных социальных групп, которые имеют сниженные возможности контролировать свою жизнь, чаще демонстрируют признаки социальной дезадаптации [2; 30]. Профессиональный стресс значительно более выражен у лиц с внешним локусом контроля [31]. По мнению А. Bandura, анализ эпидемиологических исследований в США позволяет утверждать, что недостаток контроля над требованиями окружения ведет к повышению подверженности болезням (бактериальным и вирусным), а также психическим расстройствам [32, 26]. Исследования лиц, демонстрирующих признаки социальной дезадаптации (с депрессивными, параноидальными состояниями, антисоциальными личностями), показывают, что большая часть из них демонстрирует ориентацию на внешний контроль; однако, как писал И. Н. Гурвич, связь между наличием дезадаптивных проявлений и ориентацией на внешний контроль непрямо, направление ее тоже не совсем ясно: генерирует ли опыт собственной неэффективности чувство беспомощности или, наоборот, беспомощность генерирует низкую эффективность и психологические защиты [33, 33–34].

Таким образом, когнитивная оценка ситуации является той переменной, которая опосредует воздействие стрессоров, в том числе социальных, на стрессовое реагирование и формирование адаптивного поведения человека.

Четвертую группу факторов, влияющих на интенсивность социального стресса, можно обозначить как *личностные факторы*. Роль личностных факторов в восприятии ситуации и выборе копинговой стратегии изучались во многих исследованиях 70-80 гг. XX в. В работах Ф. Б. Березина было выявлено, что факторами, снижающими уровень переживания стресса в ситуациях социального взаимодействия, являются высокий уровень поисковой активности в ситуациях с недостаточной определенностью и преобладание мотивации достижения над мотивацией избегания неуспеха [18, 104]. Исследования М. L. Kohn позволили выявить личностные черты, увеличивающие подверженность стрессу в ситуациях общения: авторитаризм, консерватизм, личностная ригидность, недоверчивость,

высокий уровень конформности. В. Wheaton прибавляет к ним фатализм и негибкость: негибкость в поведении сужает поведенческий репертуар личности, а фатализм препятствует осознанию и мобилизации личностных ресурсов [34, 295].

В конце XX– начале XXI в. появилось так называемое «позитивное направление» в исследовании социального стресса. Работающие в русле этого направления исследователи подчеркивают, что существуют качества, позволяющие эффективно противостоять стрессу и даже использовать его как позитивный ресурс. Так, D. Nelson и С. Cooper проанализировали различные качества, необходимые для позитивного реагирования на социальный стресс:

- «vigor» — аффективный ответ на требования среды, связанный с ощущением физической силы, эмоциональной энергии,
- «hardiness» — обязательность и упорство в выполнении взятой на себя задачи, несмотря на действие стрессоров,
- «independence» — способность устанавливать безопасные взаимоотношения с людьми, сохраняя внутреннее спокойствие несмотря ни на какие поступки окружающих [35, 104].

Исследователи начала XXI в. начали активно использовать понятие «эмоциональный интеллект», под которым стали понимать способность личности адекватно осознавать, оценивать свои эмоции и управлять ими; было выявлено, что показатель эмоционального интеллекта отрицательно связан с негативными последствиями стресса в ситуациях профессионального взаимодействия и позитивно — со способностями конструктивного изменения ситуации [36].

Было отмечено, что большое значение для позитивного восприятия стресса в ситуациях социального взаимодействия имеет направленность личности, ее мировоззрение, цели и ценности. Еще в 80-х гг. XX в. российский исследователь Ф. Б. Березин отмечал, что высокий уровень интеграции поведения на уровне установок, отношений, ценностных ориентаций, ролей повышает устойчивость индивида к действию стрессовых нагрузок в профессиональной деятельности [18, 132]. По мнению D. Nelson и С. Cooper, устойчивость к профессиональному и семейному стрессу значительно выше у лю-

дей, имеющих значимые цели и смысл в своей жизни, а также отличающихся ответственностью, обязательностью в выполнении своих обязанностей [35, 104].

Пятую группу факторов, влияющих на интенсивность социального стресса, можно обозначить как *социальные факторы*. Имеющиеся данные показывают, что социальные факторы имеют значительное влияние на восприятие и переживание стресса.

С одной стороны, именно в результате социальных влияний личность приобретает паттерны восприятия, оценки и совладания со стрессовыми ситуациями. Как показывают психоаналитически-ориентированные исследования, опыт переживания стрессовых эпизодов в детстве очень важен для освоения умения справляться с трудностями [28; 37].

С другой стороны, различные способы оценки и поведения в стрессовых ситуациях не только воспринимаются ребенком с помощью наблюдения, но и получают в социуме положительные и отрицательные подкрепления и вследствие этого проявляются либо чаще, либо реже. С точки зрения теории социального научения (А. Bandura), личность осваивает определенные реакции путем наблюдения, имитации, моделирования; эти реакции подкрепляются или наказываются и погашаются окружением — родителями, родственниками, педагогами, сверстниками и другими людьми [38, 29]. В число этих реакций входят и способы совладания со стрессом, которые наблюдает и осваивает ребенок [38, 88].

Именно в социальных взаимодействиях человек может оценить свою *самоэффективность*, т. е. собственную способность справляться с вызовами среды, с трудными ситуациями. Основными источниками высокой оценки самоэффективности являются не только собственный опыт совладания с трудностями, но и социальные модели успеха, существующие в окружении растущей личности, социальные оценки со стороны окружения [32]. Исследования, проведенные в начале XXI в., показывают, какое большое значение имеет оценка собственной самоэффективности, для восприятия стресса. В исследовании, выполненном на солидной выборке в Да-

нии в 2007–2008 гг., было показано, что показатель общей самооффективности является фактором, опосредующим все взаимосвязи личностных переменных с показателем воспринимаемого социального стресса [21].

Но убеждения в самооффективности, по мнению А. Bandura, существуют не только на индивидуальном уровне, но и на уровне групп, в том числе больших групп, это убеждения в *коллективной эффективности* [32, 35]. Подобно индивидуальным убеждениям, коллективные убеждения в самооффективности развиваются у группы в процессе совместного решения тех или иных задач. Так, опыт самоуправления и разрешения проблемных ситуаций ведет к развитию убеждений в коллективной эффективности у членов малой группы (например, школьного класса, студенческой или производственной группы), а развитие гражданского общества ведет к расширению опыта участия в решении различных социальных и политических проблем у широких кругов общественности и формирует представление о коллективной успешности у больших групп.

Идеи о влиянии коллективных установок различных социальных групп на восприятие стресса входящих в них индивидов активно рассматривались и в работах российских ученых. Так, исследования Ю. А. Александровского, Г. М. Румянцевой, А. В. Аклеева и др. показали, что у населения, проживающего на территориях радиоактивного загрязнения, формируется «комплекс жертвы», являющийся результатом хронического стресса и включающий депрессивные и ипохондрические тенденции, социальную пассивность, снижение интернальности, стремление возложить ответственность за свою жизнь на других; этот психологический феномен становится коллективной установкой и легко усваивается детьми и подростками [39; 40; 41]. Н. Н. Пуховский отмечал, что такие события, как государственный террор или гражданская война могут способствовать психической травматизации целого народа, что проявляется в накоплении проявлений хронического жизненного стресса выживания и закреплении в народной культуре и национальном характере симптоматики душевного разлада, иррацио-

нального мышления, фрустрации потребностей, восприятию широкого круга ситуаций в качестве стрессовых [42, 169–171].

Различные социальные группы в разной мере подвергаются действию тех или иных социальных стрессоров и вырабатывают различные способы их восприятия и совладания с ними. Исследования начала XXI в. выявили различия в восприятии стрессового потенциала социальных событий и способах реагирования на социальный стресс между представителями различных социальных групп, этносов, культур и субкультур в рамках одной страны [43; 44; 45].

Усвоение этих способов стрессового восприятия и реагирования происходит посредством усвоения культуры той общности, к которой принадлежит индивид. И. С. Гурвич отмечал, что установки по отношению к стрессорам и к здоровью усваиваются личностью на нескольких социальных уровнях: семья, общность, общество в целом [33, 43-46]. В экологической концепции У. Бронфенбреннера растущая личность развивает свою активность в рамках определенного окружения, являющегося не однородным, а состоящего из различных социально-экологических систем, подобно русской матрешке. В процессе своего развития личность расширяет сферу взаимодействия с обществом, осваивая новые роли и способы поведения, усложняя свою «молярную активность»; при этом происходит аккомодация между растущим существом и его окружением. Направление и эффективность развития личности ребенка по отношению к различным стрессорам зависят от интенсивности его вовлечения в активность на разных уровнях социально-экологического окружения, от баланса стрессоров и поддержки на каждом из уровней [46, 282].

В завершение обзора теорий и исследований, посвященных влиянию социальных факторов на переживание стресса, рассмотрим исследования, посвященные такому важному фактору, как способность социального окружения оказывать *социальную поддержку* в стрессовой ситуации.

Анализ работ различных авторов, проведенных во второй половине XX в. и в начале XXI в. в США, в странах Азии и Евро-

пы, в России [47; 48; 49], позволяет выделить различные аспекты социальной поддержки со стороны окружения:

– как *источник прямой помощи* в стрессовых ситуациях; семья и близкие люди часто напрямую помогают личности преодолеть трудности, справиться со стрессовыми ситуациями (с помощью информационных, организационных, финансовых ресурсов, практического содействия и пр.);

– как *стрессовый буфер*, позволяющий личности психологически «разделить» негативные и позитивные события, прервать на какое-то время действие негативных факторов, что помогает личности вновь обрести силы;

– как *повышение ресурсов самой личности* в совладании со стрессами; это происходит, в основном, через удовлетворение специфических социальных потребностей – в близости, защите, успокоении, поддержании самооценки и т. д.

Результаты многочисленных исследований показывают, что наличие поддержки семьи, позитивная семейная атмосфера позволяют людям противостоять стрессам, связанным со спецификой профессиональной деятельности [47; 50; 51, эмиграцией [12; 52], стихийными бедствиями [53], военными конфликтами [6]. Это проверено и на детско-подростковой выборке [6; 54].

Таким образом, социальные факторы, влияющие на восприятие стресса, чрезвычайно разнообразны. Они включают и первые паттерны взаимодействия ребенка с матерью, и все более расширяющийся опыт наблюдения и моделирования реакций, связанных с реагированием на проблемные и стрессовые ситуации в группах различного уровня, дающий личности убеждение в том или ином уровне своей самоэффективности.

Итак, представленный обзор показывает, что имеющиеся в научной литературе теоретические концепции и эмпирические исследования позволяют выделить в качестве групп факторов, влияющих на уровень социального стресса, следующие: **демографические, конституциональные, когнитивные, личностные, социальные.**

Однако многие ученые полагают, что недостаточно выявить факторы различного уровня, действующие на переживание стресса. Чрезвычайно важным является *взаимодействие* различных факторов, определяющих интенсивность стресса и психическую адаптацию личности к стрессовым условиям. Такой подход привел к созданию **биопсихосоциальных моделей** детерминации стрессового реагирования.

В 1977 г. американский ученый G. L. Engel выдвинул био-психосоциальную модель, описывающую взаимодействие различных факторов, влияющих на возникновение дезадаптации и болезни. К этим факторам относятся и биологические (генетическая предрасположенность, особенности телесной конституции, воздействие повреждающих агентов), социальные (образ жизни, требования среды, поддержка окружения), психологические (личностные качества, восприятие ситуации, взаимоотношения с окружением, в том числе, с врачом или психотерапевтом). Все эти факторы взаимодействуют, образуя целостную систему, играя в каждом конкретном случае роль необходимого, триггерного или поддерживающего фактора [55].

В современной психологии часто используется модель *стрессовой уязвимости и резистентности*. Она представлена в работах различных авторов — S. M. Nettles, J. H. Pleck, С. Ионеску и др. Человек рассматривается в этой модели как существо адаптивное, использующее различные ресурсы для совладания со стрессом. Сопrotивляемость рассматривается как способность развиваться нормально, несмотря на критические события, тяжелые условия жизни [56, 22]. При этом одни субъекты могут развиваться нормально в той среде, в которой другие имеют трудности адаптации. Люди, обладающие определенными особенностями (соматическими, темпераментными, личностными, социальными), не обладают достаточной сопротивляемостью и склонны давать выраженные реакции на любые внешние воздействия, в том числе — интенсивные стрессовые реакции на социальные факторы. Они также чаще демонстрируют дезадаптивные состояния [30, 148].

В *динамической модели стрессовой уязвимости* (Й. Ормел, Й. Неелеман и Д. Виерсма) рассматривается взаимодействие и взаимовлияния индивидуума, среды, опыта и поведения [57]. Авторы полагают, что психическое здоровье (нездоровье) человека представляет собой динамическое равновесие, предусматривающее колебания вокруг определенной средней величины. Приведут ли стрессовые события к трудностям адаптации и психическим расстройствам, зависит от факторов, позволяющих человеку защищаться или, напротив, делающих его более уязвимым. К числу этих факторов авторы относят демографические характеристики (пол, возраст); психобиологические характеристики (генотип, темперамент, интеллект, соматические особенности); детерминанты среды (социально-экономический статус, этническая принадлежность, семейное положение, социальная поддержка, социально-культуральные факторы); жизненные события (развод, потеря партнера, рождение ребенка, стрессовые рабочие обстоятельства и пр.).

Авторы отмечают, что подлинные глубинные связи этих факторов пока неясны и можно предполагать самые разные причинные цепи. В начале цепи, как правило, стоит генетический риск. Негенетические факторы могут опосредовать генетический риск, модифицировать его или действовать независимо. Следующими звеньями в причинной цепи стоят уязвимый темперамент и травмирующие переживания в детстве, затем — «рискованные» личностные особенности, вызывающие трудности в отношениях с окружающими, часто — низкий социально-экономический статус. Наконец, решающий толчок к возникновению психической дезадаптации дают более острые жизненные события. При этом социальные факторы могут формировать риск или же, напротив, представлять защиту, прежде всего, через их воздействие на индивидуальную психобиологическую уязвимость, а также на пространство для действий, которое имеет индивид для совладания со стрессом [57, 102].

Вместе с тем, авторы отмечают, что имеются свидетельства о том, что некоторые детерминанты (генотип, травма детства, хронические конфликты в семье родителей) могут вызывать определенные

последствия (низкая самооценка, незаконченное образование, материнство вне брака и пр.), которые в свою очередь становятся детерминантами и вносят свой собственный вклад в риск дезадаптации, независимо от влияния первой детерминанты [57, 103].

В *биопсихосоциальной динамической модели* Л. Н. Собчик личность рассматривается как открытая внешнему опыту саморегулирующаяся система, в которой на всех уровнях проявляется ведущая тенденция, включающая в себя и условия формирования определенного личностного свойства, и само свойство, и predisposition к тому состоянию, которое может развиваться под влиянием средовых воздействий как продолжение данного свойства [58, 31]. Ведущие тенденции начинают формироваться на основе конституциональных, темпераментных особенностей; на этой основе складывается когнитивный стиль, отбор той или иной информации о мире, формируется восприятие действительности; затем ведущая тенденция начинает проявляться в социальном поведении, включать в себя личностные черты, формирующиеся под влиянием социальных воздействий, в первую очередь, воспитания; наконец, при воздействии стрессоров ведущая тенденция формирует определенное восприятие и поведение [58, 31–32].

Анализ представленных в научной литературе биопсихосоциальных моделей позволяет, на наш взгляд, выявить различные возможные варианты взаимодействия факторов, влияющих на интенсивность переживания личностью социального стресса:

1. Одни факторы могут уменьшать или увеличивать *интенсивность воздействия других* (например, принадлежность к группе с высоким социально-экономическим статусом снижает вероятность плохого питания, некачественного медицинского обслуживания, раннего начала трудовой деятельности и тем самым может «сгладить» влияние акцентуации характера, поскольку давление на «место наименьшего сопротивления» не будет избыточным);

2. Одни факторы могут уменьшать или увеличивать *ресурсы личности* по совладанию с другими факторами, тем самым уменьшая или увеличивая эффект их воздействия (например, пра-

вильное воспитание может выработать эффективные алгоритмы поведения в стрессовых ситуациях и высокую оценку самоэффективности у индивида со слабым типом нервной системы и меланхолическим темпераментом, увеличивая его личностные ресурсы по совладанию с различными стрессорами);

3. Одновременное действие нескольких факторов может превышать общие ресурсы личности, создавая *кумулятивный эффект* (например, стрессовые ситуации на работе во время субдепрессивной фазы у человека с циклоидной акцентуацией характера могут вызвать срыв адаптации);

4. Многие факторы выступают как факторы *«круговой причинности»*, когда результат действия одного из них сам по себе является дополнительным стрессором, запускающим или усиливающим действие другого фактора; будучи связаны взаимной зависимостью, они на каждом этапе адаптации вновь и вновь запускают и усиливают друг друга (например, акцентуация характера может усиливать вероятность семейного неблагополучия, а семейное неблагополучие, в свою очередь, создает дополнительные риски для проявления акцентуации характера; усилившиеся проявления акцентуации еще больше увеличивают семейное неблагополучие и т. д.).

5. Одни факторы могут являться *скрытыми переменными*, детерминирующими другие факторы и связи между ними (например, конституциональная отягощенность может определять значительную часть глубинных связей между средовыми факторами); такие скрытые детерминанты *могут породить* все новые факторы интенсивного переживания стресса на каждом этапе жизни индивида, являясь, на самом деле, их наиболее глубокой причиной.

Подведем итоги. В научной литературе имеются различные теоретические представления о факторах, влияющих на интенсивность переживания социального стресса; проведено большое количество эмпирических исследований. Анализ представленных в литературе данных позволяет выделить следующие группы факторов, имеющих влияние на характер стрессового реагирования в ситуациях социального стресса — демографические, конституциональ-

ные, когнитивные, личностные, социальные.

Указанные группы факторов имеют не только самостоятельное влияние на интенсивность социального стресса, но и имеют сложные, пока мало изученные взаимодействия. В психологии появились комплексные, биопсихосоциальные модели, рассматривающие взаимодействие факторов разного уровня в процессе адаптации личности к социальному окружению. Анализ этих моделей позволяет выявить различные возможные взаимосвязи факторов, влияющих на интенсивность переживания социального стресса. Дальнейшее изучение данной проблематики требует, на наш взгляд, проведения комплексных эмпирических исследований, направленных на изучение вклада различных факторов в интенсивность и характер реагирования людей на социальные стрессоры в различных ситуациях социального взаимодействия.

Библиографический список

1. Kaplan H. (1996), "Perspectives on psychosocial stress", Collective monograph "Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, *life-course, and methods*", Academic press, San-Diego, pp. 3-28.
2. Raitasalo K., Kuusela J. Maatela & Aromaa A. (1986), "Social stress and depression", Proceedings of the Symposium "Stress and psychosomatics", 19-20 September, 1985, *Psichiatria Fennica Supplementum*, Helsinki, pp. 199-206.
3. Wheatley D. (1998), "Sex, stress and sleep", *Stress medicine*, vol. 14, no 4, pp. 245-248.
4. Weekes N., MacLean J. & Buger D. (2005), "Sex, stress and health: Does stress predict health symptoms differently for the two sexes", *Stress and health*, vol.21, no 3, pp. 147-156.
5. Li C., Wu K. & Johnson D.E. (2018), "The impact of balance-focused attitudes on job stress gender differences evidenced in American and Chinese samples", *International journal of psychology*, vol. 53, no 1, pp. 31-39. DOI: 10.1002/ijop.12254.
6. McIntyre T.M. & Venture M. (2003), "Children of war: Psychological sequelae of war trauma in Angolan adolescents", Collective monograph "The psychological impact of war trauma on civilians. *An international perspective*", Praeger Publishers, London, pp. 39-54.
7. Paulson, D.S. (2003), "War and refugee suffering", Collective monograph "The psychological impact of war trauma on civilians. *An international perspective*", Praeger Publishers, London, pp.111-122.
8. Assanangkornchay S., Tangboonngam S. & Edwards J. G. (2004),

“The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster”, *Stress and health*, vol. 20, no 2, pp. 81–89.

9. Zhou X., Wu X., Li X. & Zhen R. (2018), “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*, vol. 53, no 2, pp. 150–156. DOI: 10.1002/ijop.12281. (Scopus).

10. 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.

11. Winneke G. & Neuf M. (1996), “Separating the impact of exposure and personality in annoyance response to environmental stressors, particularly odors”, *Environment International: A Journal of science, technology, health, monitoring and policy*, vol. 22, no 1, pp. 73–81.

12. Kirkcaldy B.D., Siefen R.G. & Witting U. (2005), “Health and emigration: subjective evaluation of health status and physical symptoms in Russian-speaking migrants”, *Stress and health*, vol. 21, no 5, pp. 295–309.

13. Агеев В. С. Психологические и социальные функции полоролевых стереотипов // Вопросы психологии. 1987. № 2. С. 152–158.

14. Zivotofsky, A.Z. & Voslowsky M. (2005), “Gender differences in coping with major external stress”, *Stress and health*, vol. 21, no 1, pp. 27–31.

15. Харламенкова Н. Е., Быховец Ю. В. & Евдокимова А. А. (2014), Посттравматический стресс и совладающее поведение в пожилом возрасте // Научный диалог. № 3 (27). – С.92–105.

16. Фирсова Н. Г. Стресс-преодолевающее поведение людей пожилого возраста // Вестник университета. 2014. № 5. С.271–273.

17. Луцевская О. В. Жизнестойкость и стресс жизни у молодых и пожилых женщин // Тюменский медицинский журнал. 2016. № 2. С.8–11.

18. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л. : Наука, 1988. – 267 с.

19. Данилова Н. Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний. М. : Изд-во Моск. ун-та. 1992. – 192 с.

20. Strelau J. (1995), “Temperament and stress: temperament as a moderator of stressors, emotional states, and coping, and costs”, *Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity*, vol. 15, pp. 215–254.

21. Ebstrup J.F., Eplov L.F., Pisinger Ch. & Jørgensen T. (2011), “Association between the Five Factor personality traits and perceived stress: is the effect mediated by general self-efficacy?”, *Anxiety. Stress. Coping*, no 24 (4), pp. 407–419. DOI: 10.1080/10615806.2010.540012.

22. Törnroos M., Elovainio M., Hintsala T., Hintsanen M., Pulkki-Råback L., Jokela M., Lehtimäki T., Olli T. Raitakari & Keltikangas-Järvinen L. (2018), “Personality traits and perceptions of organisational justice”, *International journal of psychology*, vol. 54, no. 3, pp. 414–422. DOI: 10.1002/ijop.12472.

23. Derec R. (1995), "Emotional control, coping strategies and adaptive behavior", *Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity*, vol. 15, pp. 255–264.
24. Психология личности / О. А. Ахвердова [и др.]. Ставрополь : Изд-во Ставропольского гос. университета. 2007. – 592 с.
25. Lazarus R.S. (1977), Cognitive and coping processes in emotion", *Collective monograph "Stress and coping. An anthology"*, Columbia, University Press, New York, pp.146–158.
26. Sheldon B. (1995), "Cognitive-behavioral Therapy: Research, practice, and philosophy", *Tavistock*, London, New York, 274 p.
27. Seligman M. (1975), "Helplessness. On depression, development, and death", *Freeman and company*, San-Francisco, 250 p.
28. Seymour L.A (1988), "Psychological approach to the ontogeny of coping", *Collective monograph "Stress, coping, and development in children"*, *The Johns Hopkins Press*, Baltimore, pp. 107-131.
29. Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности: (Формы, механизмы и стратегии). Ереван, 1988. – 263 с.
30. Nettles S.M. & Pleck J.H. Risk (1994), "Resilience, and development: The multiple ecologies of black adolescents in the United States", *Collective monograph "Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions"*, *University Press*, Cambridge, pp.147–181.
31. Siu O. & Cooper C. L. (1998), "A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment", *Stress Medicine*, vol. 14, no 1, pp. 55–56.
32. Bandura A. (1995), "Exercise of personal and collective efficacy in changing societies", *Self-efficacy in changing societies* [Based on the proc. of the Third Ann. Conf. held Nov. 4-6, 1993]. *Cambridge University Press*, Cambridge, pp. 1–45.
33. Гурвич И. Н. Социальная психология здоровья. СПб. : Изд-во С.-Петербург. ун-та, 1999. – 1023 с.
34. Wheaton B.A. (1982), "Comparison of the moderating effects of personal coping resources on the impact of exposure to stress in two groups", *Journal of community psychology*, vol.10, no. 4, pp. 293–311.
35. Nelson D. & Coper C. (2005), "Stress and health: A positive direction", *Stress and health*, vol. 21, no 2, pp.73–75.
36. Tsaousis I. & Nicolaou I. (2005), "Exploring the relationship of emotional intelligence with physical and psychological health functioning", *Stress and health*, vol. 21, no 2, pp. 77–86.
37. Wallerstaine J.S. (1988), "Children of divorce: stress and developmental tasks", *Collective monograph "Stress, coping, and development in children"*, *The Johns Hopkins Press*, Baltimore, pp. 265–301.
38. Bandura A. & Walters R.H. (1964), "Social learning and personality development", *Holt, Rinehart and Winston*, New York, 329 p.

39. Психогении в экстремальных условиях / Александровский Ю. А. [и др.]. М. : Медицина, 1991. – 96 с.

40. Хавенар Й. М., Румянцева Г. М. & Ван ден Бут Я. Проблемы психического здоровья в Чернобыльской зоне // Социальная и клиническая психиатрия. 1993. – Т.3 – Вып.1. – С. 11-16.

41. Восприятие радиационного риска населением Южного Урала, подвергшимся аварийному облучению / Аклеев А.В. [и др.] // Информирование населения, проживающего в зоне воздействия ПО «Маяк» о радиационных факторах риска : сборник материалов международного семинара, 29-30 ноября 2006 года, г. Челябинск. Челябинск, 2006. С. 8–25.

42. Пуховский Н. Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. М. : Академический проект, 2000. – 286 с.

43. Deng X., Cheng Ch., Chow H.M. & Ding X. (2018), “Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese”, *International journal of psychology*, vol. 54, no 3, pp. 333-341. DOI: 10.1002/ijop.12481.

44. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G. & Lay S. (2016), “Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members”, *International journal of psychology*, vol. 51, no 6, pp. 403–411. DOI: 10.1002/ijop.12201.

45. Hamamura T. & Mearns J. (2019), “Depression and somatic symptoms in Japanese and American college students: Negative mood regulation expectancies as a personality correlate”, *International journal of psychology*, vol. 54, no. 3, pp. 351–359. DOI: 10.1002/ijop.12467.

46. Bronfenbrenner U. (1979), “The ecology of human development: Experiments by nature and design”, *Harvard univ. press, Cambridge (Massachusetts)*, London, 330 p.

47. Hagihara A.K., Tarumy A. & Miller S. (1998), “Social support at work as a buffer of work stress-strain relationship”, *Stress medicine*, vol. 14, no 2, pp. 75–82.

48. Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г., Петрова Г. А. Социальная поддержка как предмет научного изучения и ее нарушения у больных с расстройствами аффективного спектра // Социальная и клиническая психиатрия. 2003. Т. 13. Вып.2. С. 15–23.

49. Ju C., Zhang B., You X., Alterman V. & Li Y. (2018), “Religiousness, social support and subjective well-being: An exploratory study among adolescents in an Asian atheist country”, *International journal of psychology*, vol. 53, no. 2, pp. 97–106. DOI: 10.1002/ijop.12270.

50. Biggam F.H., Kevin G.P. & Macdonald R.R. (1997), “Coping with the occupational stressors of police work: a study of Scottish officers”, *Stress Medicine*, vol.13, no 2, pp. 109–115.

51. Brogh P., O’Driscoll M.P. & Kolliath T. (2005), “The ability of family friendly organizational resources to predict work-family conflict and job and family satisfaction”, *Stress and health*, vol.21, no 4, pp. 223–234.

52. Хрусталева Н. С. Переживание психической травмы и печали условиях эмиграции // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2010. № 1. С. 253–260. (Серия 12 «Психология. Социология. Педагогика»).

53. Assanangkornchay S., Tangboonngam S. & Edwards J.G. (2004), “The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster”, *Stress and health*, vol. 20, no 2, pp. 81–89.

54. Gleser G.C., Green B.L. & Winget C. (1981), “*Prolonged psychological effects of disaster: A study of Buffalo Creek*”, Academic Press, New York, 178 p.

55. Engel G. (1977), “The need for a new medical model: A challenge for biomedicine”, *Science*, no 196, pp. 129–136.

56. Ионеску С. Сопrotивляемость и родственные понятия // Травматизм, психологическая безопасность, сопротивляемость и культура : материалы Международной конференции, 26–28 апреля 2007 года, г. Челябинск. В 2-х ч.– Челябинск, 2007. Ч.1. – С.22–24.

57. Ормел Й., Неелеман Й. & Виерсма Д. Детерминанты психического нездоровья: их учет в научных исследованиях и в политике в сфере психического нездоровья // Социальная и клиническая психиатрия. 2003. Т. 13. Вып. 4. С. 97–105.

58. Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. СПб. : Речь, 2005. – 624 с.

Ye. A. Vasilenko

ORCID No. 0000-0003-3463-6317

Docent, Candidate of Sciences (Psychology),

Associate Professor at the Department of Pedagogy and Psychology,
South-Ural state Humanities-Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia.

E-mail: vasilenkoea@cspu.ru

FACTORS AFFECTING THE INTENSITY OF A PERSON'S EXPERIENCE OF SOCIAL STRESS

Abstract

The article deals with the problem of factors that affect the intensity of various people's experience of a special type of stress-social stress that occurs in society and in the interaction of people. The purpose of the article is to identify the main groups of factors that influence the intensity of social stress experience and response to it based on the analysis of theoretical concepts and empirical research. As a result of the analysis, it is concluded that the following groups of factors have an impact on the intensity of social stress: demographic, constitutional, cognitive, personal, and social factors.

The article also analyzes the models of interaction of factors that influence the intensity of social stress presented in the scientific literature. Based on the analysis of these models, the author identifies possible variants of interaction of factors that affect the individual's experience of social stress. The author concludes that further study of this issue requires comprehensive research aimed at studying the contribution of various factors to the intensity and nature of people's response to social stressors.

Keywords: Stress; Social stress, Stress response; Social and Psychological Adaptation.

Highlights:

Based on the analysis of theoretical concepts and empirical research data, the following groups of factors can be identified that can influence the intensity of social stress: demographic, constitutional, cognitive, personal, and social factors.

These groups of factors not only have an independent influence on the intensity of social stress, but also have complex, yet poorly studied interactions. In psychology, complex, biopsychosocial models have appeared that consider the interaction of factors of different levels in the process of adaptation of the individual to the environment. The analysis of these models allowed the author to identify possible variants of interaction between factors that affect the intensity of social stress.

Further study of this issue requires comprehensive empirical research aimed at studying the contribution of various factors to the intensity and nature of people's response to social stressors.

References

1. Kaplan H. (1996), "Perspectives on psychosocial stress", Collective monograph "Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, *life-course, and methods*", Academic press, San-Diego, pp. 3-28.
2. Raitasalo K., Kuusela J. Maatela & Aromaa A. (1986), "Social stress and depression", Proceedings of the Symposium "Stress and psychosomatics", 19-20 September, 1985, *Psichiatria Fennica Supplementum*, Helsinki, pp. 199-206.
3. Wheatley D. (1998), "Sex, stress and sleep", *Stress medicine*, vol. 14, no 4, pp. 245-248.

4. Weekes N., MacLean J. & Bugar D. (2005), “Sex, stress and health: Does stress predict health symptoms differently for the two sexes”, *Stress and health*, vol.21, no 3, pp. 147–156.
5. Li C., Wu K. & Johnson D.E. (2018), “The impact of balance-focused attitudes on job stress gender differences evidenced in American and Chinese samples”, *International journal of psychology*, vol. 53, no 1, pp. 31–39. DOI: 10.1002/ijop.12254.
6. McIntyre T.M. & Venture M. (2003), “Children of war: Psychological sequelae of war trauma in Angolan adolescents”, Collective monograph “The psychological impact of war trauma on civilians. *An international perspective*”, Praeger Publishers, London, pp. 39–54.
7. Paulson, D.S. (2003), “War and refugee suffering”, Collective monograph “*The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective*”, Praeger Publishers, London, pp.111–122.
8. Assanangkornchay S., Tangboonngam S. & Edwards J. G. (2004), “The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster”, *Stress and health*, vol. 20, no 2, pp. 81–89.
9. Zhou X., Wu X., Li X. & Zhen R. (2018), “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*, vol. 53, no 2, pp. 150–156. DOI: 10.1002/ijop.12281. (Scopus).
10. Andresen B., Stark F.-M. & Gross Ya. (1995), *Sotsial'nyj stress, lichnost' i ehkotravmiruyushhie perezhevaniya: ehmpiricheskoe issledovanie blizhajshikh reaksij na Chernobyl'skuyu avariyu v Gamburge* [Social stress, personality and ecotraumatic experiences: empirical study of the nearest reactions to the Chernobyl accident in Hamburg]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhiatriya*, 5, 2, 6–14. (In Russian).
11. Winneke G. & Neuf M. (1996), “Separating the impact of exposure and personality in annoyance response to environmental stressors, particularly odors”, *Environment International: A Journal of science, technology, health, monitoring and policy*, vol. 22, no 1, pp. 73–81.
12. Kirkcaldy B.D., Siefen R.G. & Witting U. (2005), “Health and emigration: subjective evaluation of health status and physical symptoms in Russian-speaking migrants”, *Stress and health*, vol. 21, no 5, pp. 295–309.
13. Ageev V.S. (1987), *Psihologicheskie i social'nye funkicii polorolevyh stereotipov* [Psychological and social functions of gender role stereotypes]. *Voprosy psihologii*, 2, 152–158. (In Russian).
14. Zivotofsky A.Z. & Voslowsky M. (2005), “Gender differences in coping with major external stress”, *Stress and health*, vol. 21, no 1, pp. 27–31.
15. Harlamenkova N.E., Byhovec Yu.V. & Evdokimova A.A. (2014), *Posttravmaticheskij stress i sovladayushchee povedenie v pozhilom vozraste* [Post-traumatic stress and coping behavior in old age]. *Nauchnyj dialog*, 3 (27), 92–105. (In Russian).

16. Firsova N.G. (2014), *Stress-preodolevayushchee povedenie lyudej pozhilogo vozrasta* [Stress-overcoming behavior of older people]. *Vestnik universiteta*, 5, 271–273. (In Russian).

17. Lushchevskaya O.V. (2016), *Zhiznestojkost' i stress zhizni u molodyh i pozhilyh zhenshchin* [Resilience and life stress in young and older women]. *Tyumenskij medicinskij zhurnal*, 2, 8–11. (In Russian).

18. Berezin, F. B. (1988), *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* [Mental and psychophysiological adaptation of a person]. Leningrad, Nauka publ, 267 p. (In Russian).

19. Danilova N.N. (1992), *Psihofiziologicheskaya diagnostika funkcional'nyh sostoyanij* [Psychophysiological diagnostics of functional States]. Moscow, *Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta*, 192 p. (In Russian).

20. Strelau J. (1995), “Temperament and stress: temperament as a moderator of stressors, emotional states, and coping, and costs”, *Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity*, vol. 15, pp. 215–254.

21. Ebstrup J.F., Eplov L.F., Pisinger Ch. & Jørgensen T. (2011), “Association between the Five Factor personality traits and perceived stress: is the effect mediated by general self-efficacy?”, *Anxiety. Stress. Coping*, no 24 (4), pp. 407–419. DOI: 10.1080/10615806.2010.540012.

22. Törnroos M., Elovainio M., Hintsala T., Hintsanen M., Pulkki-Råback L., Jokela M., Lehtimäki T., Olli T. Raitakari & Keltikangas-Järvinen L. (2018), “Personality traits and perceptions of organisational justice”, *International journal of psychology*, vol. 54, no. 3, pp. 414–422. DOI: 10.1002/ijop.12472.

23. Derec R. (1995), “Emotional control, coping strategies and adaptive behavior”, *Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity*, vol. 15, pp. 255–264.

24. Ahverdova O.A., Belasheva I.V., Boev I.V. & Kargaleva A.N. (2007), *Psihologiya lichnosti* [Personality psychology]. *Izdatel'stvo Stavropol'skogo gosudarstvennogo universiteta*, Stavropol', 592 p. (In Russian).

25. Lazarus R.S. (1977), Cognitive and coping processes in emotion”, *Collective monograph “Stress and coping. An anthology”*, Columbia, University Press, New York, pp.146–158.

26. Sheldon B. (1995), “Cognitive-behavioral Therapy: Research, practice, and philosophy”, *Tavistock*, London, New York, 274 p.

27. Seligman M. (1975), “Helplessness. On depression, development, and death”, *Freeman and company*, San-Francisco, 250 p.

28. Seymour L.A (1988), “Psychological approach to the ontogeny of coping”, *Collective monograph “Stress, coping, and development in children”*, *The Johns Hopkins Press*, Baltimore, pp. 107–131.

29. Nalchadzhyan A. A. (1988), *Social'no-psihicheskaya adaptatsiya lichnosti: (Formy, mekhanizmy i strategii)* [Socio-psychological adaptation of the individual: (Forms, mechanisms and strategies)]. Erevan, 263 p. (In Russian).

30. Nettles S.M. & Pleck J.H. Risk (1994), “Resilience, and devel-

opment: The multiple ecologies of black adolescents in the United States”, *Collective monograph “Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions”*, University Press, Cambridge, pp.147–181.

31. Siu O. & Cooper C. L. (1998), “A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment”, *Stress Medicine*, vol. 14, no 1, pp. 55–56.

32. Bandura A. (1995), “Exercise of personal and collective efficacy in changing societies”, *Self-efficacy in changing societies* [Based on the proc. of the Third Ann. Conf. held Nov. 4-6,1993]. *Cambridge University Press*, Cambridge, pp. 1–45.

33. Gurvich I.N. (1999), *Sotsial'naya psikhologiya zdorov'ya* [Social psychology of health]. *Izdatel'stvo Sankt-Peterburgskogo universiteta*, Saint-Petersburg, 1023 p. (In Russian).

34. Wheaton B.A. (1982), “Comparison of the moderating effects of personal coping resources on the impact of exposure to stress in two groups”, *Journal of community psychology*, vol.10, no. 4, pp. 293–311.

35. Nelson D. & Coper C. (2005), “Stress and health: A positive direction”, *Stress and health*, vol. 21, no 2, pp.73–75.

36. Tsaousis I. & Nicolaou I. (2005), “Exploring the relationship of emotional intelligence with physical and psychological health functioning”, *Stress and health*, vol. 21, no 2, pp. 77–86.

37. Wallerstaine J.S. (1988), “Children of divorce: stress and developmental tasks”, *Collective monograph “Stress, coping, and development in children”*, *The Johns Hopkins Press*, Baltimore, pp. 265–301.

38. Bandura A. & Walters R.H. (1964), “Social learning and personality development”, *Holt, Rinehart and Winston*, New York, 329 p.

39. Aleksandrovskij Yu.A., Lobastov O.S., Spivak L.I. & Shchukin B.P. (1991), *Psihogenii v ekstremal'nyh usloviyah* [Psychogeny in extreme conditions]. *Meditcina*, Moscow, 96 p. (In Russian).

40. Khavenaar J.M., Rumyantseva G.M. & Van den But Ya. (1993), *Problemy psikhicheskogo zdorov'ya v Chernobyl'skoj zone* [Mental health problems in the Chernobyl's zone]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhiatriya*, 3, 1, 1–16. (In Russian).

41. Akleev A.V., Gricenko V.P., Krestinina L.YU. & Kozlov V.N. (2006), *Vospriyatie radiacionnogo riska naseleniem Yuzhnogo Urala, podvergshimsya avarijnomu oblucheniyu* [Perception of radiation risk by the population of the southern Urals exposed to emergency radiation]. *Sbornik materialov mezhdunarodnogo seminaru «Informirovanie naseleniya, prozhivayushchego v zone vozdejstviya PO “Mayak” o radiacionnyh faktorah riska”*, 29–30 noyabrya 2006 goda, *Chelyabinsk* [Collection of materials of the international seminar "Informing the population living in the zone of influence of PA “Mayak” about radiation risk factors”, November 29–30, 2006, Chelyabinsk]. *Chelyabinsk*, pp. 8–25. (In Russian).

42. Puhovskij N.N. (2000), *Psihopatologicheskie posledstviya chrezvychajnyh situacij* [Psychopathological consequences of emergency situations]. *Akademicheskij proyekt*, Moscow, 286 p. (In Russian).

43. Deng X., Cheng Ch., Chow H.M. & Ding X. (2018), “Prefer feeling bad? Subcultural differences in emotional preferences between Han Chinese and Mongolian Chinese”, *International journal of psychology*, vol. 54, no 3, pp. 333-341. DOI: 10.1002/ijop.12481

44. Zagefka H., Mohamed A., Mursi G. & Lay S. (2016), “Antecedents of intra/intergroup friendships and stress levels among ethnic and religious minority members”, *International journal of psychology*, vol. 51, no 6, pp. 403–411. DOI: 10.1002/ijop.12201.

45. Hamamura T. & Mearns J. (2019), “Depression and somatic symptoms in Japanese and American college students: Negative mood regulation expectancies as a personality correlate”, *International journal of psychology*, vol. 54, no. 3, pp. 351–359. DOI: 10.1002/ijop.12467.

46. Bronfenbrenner U. (1979), “The ecology of human development: Experiments by nature and design”, *Harvard univ. press, Cambridge (Massachusetts)*, London, 330 p.

47. Hagihara A.K., Tarumy A. & Miller S. (1998), “Social support at work as a buffer of work stress-strain relationship”, *Stress medicine*, vol. 14, no 2, pp. 75–82.

48. Holmogorova A.B., Garanyan N.G. & Petrova G.A. (2003), *Social'naya podderzhka kak predmet nauchnogo izucheniya i ee narusheniya u bol'nyh s rasstrojstvami affektivnogo spektra* [Social support as a subject of scientific study and its violations in patients with affective spectrum disorders]. *Social'naya i klinicheskaya psichiatriya*, 13, 2, pp.15–23. (In Russian).

49. Ju C., Zhang B., You X., Alterman V. & Li Y. (2018), “Religiousness, social support and subjective well-being: An exploratory study among adolescents in an Asian atheist country”, *International journal of psychology*, vol. 53, no. 2, pp. 97–106. DOI: 10.1002/ijop.12270.

50. Biggam F.H., Kevin G.P. & Macdonald R.R. (1997), “Coping with the occupational stressors of police work: a study of Scottish officers”, *Stress Medicine*, vol.13, no 2, pp. 109–115.

51. Brogh P., O'Driscoll M.P. & Kolliath T. (2005), “The ability of family friendly organizational resources to predict work-family conflict and job and family satisfaction”, *Stress and health*, vol.21, no 4, pp. 223–234.

52. Khrustaleva N.S. (2010), *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”*, 1, 253–260. (In Russian).

53. Assanangkornchay S., Tangboonngam S. & Edwards J.G. (2004), “The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster”, *Stress and health*, vol. 20, no 2, pp. 81–89.

54. Gleser G.C., Green B.L. & Winget C. (1981), “Prolonged psycho-

logical effects of disaster: A study of Buffalo Cruk”, *Academic Press*, New York, 178 p.

55. Engel G. (1977), “The need for a new medical model: A challenge for biomedicine”, *Science*, no 196, pp. 129–136.

56. Ionescu S. (2007), *Soprotivlyaemost' i rodstvennye ponyatiya* [Resistance and related concepts]. *Materialy Mezhdunarodnoj konferencii “Travmatizm, psihologicheskaya bezopasnost', soprotivlyaemost' i kul'tura”, 26–28 aprelya 2007 goda, Chelyabinsk* [Proceedings of the International conference “Traumatism, psychological safety, resistance and culture”, April 26–28, 2007, Chelyabinsk]. Chelyabinsk, 2, 22–24. (In Russian).

57. Ormel J., Neeleman J. & Viersma D. (2003), *Determinanty psikhicheskogo nezdorov'ya: ikh uchet v nauchnykh issledovaniyakh i v politike v sfere psikhicheskogo nezdorov'ya* [Determinants of mental health: their inclusion in research and policy on mental health]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhiatriya*, 13, 4, 97–105. (In Russian).

58. Sobchik L.N. (2005), *Psihologiya individual'nosti. Teoriya i praktika psihodiagnostiki* [The psychology of personality. Theory and practice of psychodiagnosics]. *Rech'*, Saint-Petersburg, 624 p. (In Russian).

