

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК

На правах рукописи

Куваева Ирина Олеговна

**СООТНОШЕНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ КОНЦЕПТА *СТРЕСС*
И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ
У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП**

Специальность 19.00.13 – Психология развития, акмеология
(психологические науки)

Диссертация
на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психологических наук,
Волкова Елена Вениаминовна

Москва – 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
ГЛАВА 1. КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ СТРЕССА В СТРУКТУРЕ МЕНТАЛЬНОГО ОПЫТА СУБЪЕКТА СОВЛАДАНИЯ.....	18
1.1. Теоретическая разработанность проблемы концептуализации стресса в психологии	18
1.1.1. Теоретический анализ конструкта «ментальный опыт» в связи с проблемой концептуализации стрессовых ситуаций.....	18
1.1.2. Концептуализация стресса как психологическая предпосылка преодоления стрессовых ситуаций	27
1.2. Особенности организации концепта <i>Стресс</i> и совладающее поведение.....	35
1.2.1. Организация концепта <i>Стресс</i> как основа конструктивно-преобразовательной активности субъекта совладания	35
1.2.2. Содержание и иерархическая организация концепта <i>Стресс</i>	42
1.2.3. Соотношение когнитивной оценки трудной (стрессовой) ситуации и стратегий совладания	49
1.2.4. Мера дифференцированности и мера иерархичности концепта <i>Стресс</i> как факторы совладающего поведения	54
1.3. Роль этнокультурной группы в концептуализации стрессовых ситуаций	66
1.3.1. Понятие этнокультурной группы	66
1.3.2. Интерпретации стресса в разных языках	71
1.3.3. Сравнение исследуемых этнокультурных групп.....	75
1.3.4. Представления о стрессе и особенности совладания у молодых представителей разных этнокультурных групп.....	79
Исследовательские гипотезы.....	88
ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ КОНЦЕПТА <i>СТРЕСС</i> И СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАНИЯ У СТУДЕНТОВ СОЦИО-ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ РАЗНЫХ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП	89
2.1. Организация исследования	90
2.2. Психометрическая проверка методик на кросс-культурной выборке и статистическое обеспечение исследования.....	94
2.3. Методы оценки особенностей организации концепта <i>Стресс</i>	98
2.3.1. Оценка ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций.....	99
2.3.2. Оценка меры дифференцированности концепта <i>Стресс</i>	102

2.3.3. Оценка меры иерархичности концепта <i>Стресс</i>	108
2.4. Методы оценки стратегий совладающего поведения у студентов	112
Выводы	116
ГЛАВА III. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОРГАНИЗАЦИИ КОНЦЕПТА	
СТРЕСС И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ СОЦИО-	
ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ РАЗНЫХ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ	
ГРУПП.....	117
3.1. Особенности концептуализации стрессовых ситуаций у студентов	117
3.1.1. Особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов.....	118
3.1.2.Выраженность модальностей концепта <i>Стресс</i> у студентов разных этнокультурных групп	132
3.1.3.Мера дифференцированности концепта <i>Стресс</i> у студентов разных этнокультурных групп	138
3.1.4. Мера иерархичности концепта <i>Стресс</i> у студентов разных этнокультурных групп	145
Выводы	149
3.2. Особенности совладающего поведения у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп	151
3.2.1. Структура совладающего поведения у студентов социо-гуманитарных специальностей.....	151
3.2.2. Особенности совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп	155
Выводы	165
3.3. Особенности концептуализации стрессовых ситуаций как фактора совладающего поведения у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп	165
3.3.1. Типы взаимосвязей между модальностями концепта <i>Стресс</i> и стратегиями совладания.....	165
3.3.2.Особенности совладания в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций.....	170
3.3.3. Мера дифференцированности концепта <i>Стресс</i> как фактор совладающего поведения	176
3.3.4. Мера иерархичности концепта <i>Стресс</i> как фактор совладающего поведения	178

Выводы	181
ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ.....	183
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	190
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	193
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Толкование слов <i>СТРЕСС</i> и <i>НАПРЯЖЕННОСТЬ</i> в разных языках.....	219
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Списки экспертов и результаты экспертной работы.....	224
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Атлас портретов концепта <i>Стресс</i>	238
ПРИЛОЖЕНИЕ 4. Результаты описательной статистики.....	244
ПРИЛОЖЕНИЕ 5. Результаты исследования.....	249

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования концептуализации стрессовых ситуаций обусловлена непредсказуемостью и динамичностью современного мира. Турбулентность жизни провоцирует психологический стресс у человека. Возникновение непонимания и конфликтов между представителями разных этнокультурных групп зачастую обусловлено тем, что они отличаются по представлениям о поведении в трудных ситуациях. Исследование концепта *Стресс* и стратегий совладания позволяет понять, какие признаки человек выделяет при оценке стрессовых ситуаций, как строит концептуальную модель происходящего и какими стратегиями поведения справляется с быстро изменяющимися условиями жизни.

Анализ особенностей организации концептов (концептуальных структур) осуществляется в разных направлениях: лексикографический, психолингвистический (Попова, Стернин, 2007), психологический (Веккер, 2000; Холодная, 2012; Волкова, 2013, 2015). Способность к концептуализации трактуется как «качественно новая форма понимания происходящего и качественно новый способ саморегуляции поведения» (Холодная, Хазова, 2017, с. 5). Концептуализация направлена на оценивание и интерпретацию трудных ситуаций, анализ продуктивности конкретных стратегий совладания и реализацию определенных паттернов совладания. Ряд исследований подтверждают связь развитых концептуальных способностей и успешности разрешения проблем в юношеском (Хазова, 2014), студенческом (Алексапольский, 2008; Холодная, 2012) и пожилом (Холодная, Хазова, 2017) возрастах. Концепт *Стресс* в психологическом понимании – ментальная модель, отражающая представления индивида о причинах возникновения и развития стресса и его проявлениях, определяющая выбор копинг-стратегий и влияющая на регуляцию поведения в стрессовых ситуациях.

Исследования соотношения между представлениями о трудной ситуации и стратегиями совладающего поведения проводятся с середины XX века. Согласно теории психологического стресса Р. Лазаруса, когнитивная оценка трудной ситуации (*primary cognitive appraisal*), определяет выбор совладающих стратегий (*secondary cognitive appraisal*) (Lazarus, 1966, 1984; Лазарус, 1970). Исследования С. Хобфолла (1989) выявили связь пассивных моделей преодоления и восприятия человеком недостаточности ресурсов/ограниченности своих возможностей. Е.В. Битюцкой (2007) разработаны критерии когнитивного оценивания трудной ситуации и их связь с совладанием. Представленные подходы внесли вклад в разработку проблемы категоризации трудных ситуаций, при этом совладание рассматривается как «реактивный процесс, наступающий вслед за стрессовым стимулом» (Иванова, 2013, с. 121). Однако вопрос об особенностях концептуализации трудных (стрессовых) ситуаций, а также особенностях совладания с ними в той или иной культуре остается все еще малоразработанным.

Опираясь на теоретические разработки мультипликативной природы концепта (Волкова, 2018); идеи о концепте как носителе свойств понятийного мышления (Выготский, 1982; Веккер, 2000; Холодная, 2012; Li, 1996) можно предположить, что организация концепта *Стресс* как результат концептуализации стрессовых ситуаций обуславливает специфику совладающего поведения. Такое понимание феномена совладания снимает ограничение взаимосвязи характеристик конкретной трудной ситуации с определенной копинг-стратегией и позволяет оценить особенности регуляции поведения в разных стрессовых ситуациях.

Теоретическая гипотеза: соотношение организации концепта *Стресс* и специфика совладающего поведения различается у студентов разных этнокультурных групп.

Цель диссертационной работы: изучить соотношение организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

Объект исследования: организация концепта *Стресс* и стратегии совладающего поведения у студентов.

Предмет исследования: соотношение организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

Исследовательские гипотезы:

1. Метод направленного ассоциативного эксперимента и визуального портрета концепта может быть использован для выявления особенностей концептуализации стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп.
2. Различия в концептуализации стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп связаны с особенностями ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций, выраженностью модальностей концепта *Стресс*, мерой дифференцированности/иерархичности концепта *Стресс* и предпочитаемыми стратегиями совладания.
3. Соотношение организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей различается в зависимости от выраженности модальностей, меры дифференцированности и меры иерархичности концепта *Стресс*.

Задачи исследования:

1. Разработать диагностическую процедуру, позволяющую оценивать особенности концептуализации стрессовых ситуаций у представителей разных этнокультурных групп.
2. Изучить особенности концептуализации стрессовых ситуаций у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

3. Выявить особенности совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.
4. Изучить сопряженность особенностей концептуализации стрессовых ситуаций и совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

Методологические основы исследования. Изучение особенностей концептуализации представлений о стрессе и стратегий совладания предполагается реализовать в рамках дифференционно-интеграционной теории развития (Н.И. Чуприкова, Е.В. Волкова и др.) и онтологической теории интеллекта (М.А. Холодная), концепций стресса и совладания (Г. Селье, Р. Лазарус, В.А. Бодров, Т.Л. Крюкова, Э. Фрайденберг), семантико-когнитивной концепции (З.Д. Попова, И.А. Стернин).

Дифференционно-интеграционная теория развития и онтологическая теория интеллекта ориентируют на изучение особенностей организации концептуальных структур (концептов) как носителей психических свойств субъекта и свойств понятийного мышления, сквозь призму которых человек ориентируется в мире, обществе и самом себе. Мера иерархичности и дифференцированности концептуальных структур определяет продуктивность жизнедеятельности человека, в том числе, эффективность совладания со стрессовыми ситуациями. Обращение к психолингвистическим концепциям и методам исследования позволяет выявить особенности представлений о стрессе у современной молодежи и обнаружить неосознанные элементы значения слова *Стресс*, остающиеся имплицитными при использовании других методов исследования. Интеграция основных положений классических концепций стресса и совладающего поведения позволяют выделить содержательные категории, релевантные концепту *Стресс*.

Для решения поставленных задач будут применяться:

- I. Группа теоретических методов исследования:

А. Метод формально-логического анализа (анализ теоретико-эмпирических исследований в отечественной и зарубежной психологии и смежных дисциплинах по проблеме культурных различий концептуализации стресса и стратегий совладания), семантико-когнитивный анализ концепта *Стресс*.

В. Теоретическое моделирование (разработка концептуальной модели уровневой организации концепта *Стресс*).

II. Группа эмпирических методов исследования:

А. Организационные: сравнительный анализ («метод поперечных срезов»), анализ индивидуальных случаев.

В. Методы сбора эмпирических данных – психологическое тестирование.

С. Методы обработки эмпирических данных – сочетание качественных и количественных методов исследования (описательные статистики, методы выявления различий, методы выявления связей).

Д. Методы интерпретации эмпирических данных – структурный (определение связей между организацией концепта *Стресс* и стратегиями совладания), уровневый (определение меры дифференцированности, меры иерархичности концепта *Стресс* и предпочитаемые стратегии совладания).

Дизайн исследования представлен 2 блоками:

I. Методы исследования концептуализации стрессовых ситуаций:

- 1) Направленный ассоциативный эксперимент – стимульное слово *Стресс*;
- 2) Открытое задание «Формулировка проблем» (Холодная, 2012);
- 3) Визуальный портрет концепта *Стресс* (модификация методики М.А. Холодной «Словесно-образный перевод»).

II. Методы исследования особенностей совладающего поведения:

- 1) ACS - Юношеская копинг-шкала Э. Фрайденберг и Р. Льюиса в адаптации Т.Л. Крюковой (Крюкова, 2007).

Статистические методы обработки эмпирических данных включали методы описательной статистики, процедуру процентильной стандартизации, однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA), факторный анализ, методы выявления различий (процедура апостериорных множественных сравнений, критерий Шеффе), методы выявления связей (процедура иерархической кластеризации, метод Ward), общее линейное моделирование (одномерный, многомерный подходы). Статистический анализ данных осуществлялся с применением пакета программ IBM SPSS 22.0.

Сбор эмпирических данных проводился в 2014-2018 гг. среди первокурсников российских и зарубежных университетов. Российские университеты представлены Уральским федеральным университетом им. Б.Н. Ельцина и Казанским (Приволжским) федеральным университетом (Екатеринбург, Казань). Зарубежные студенты, привлеченные в данное исследование, обучаются в Ереванском государственном университете (Армения), Фракийском университете, университетах Гази, Анадолу, Ататюрка (Турция). Всего в исследовании приняли участие 712 человек, из них 510 девушек и 202 юношей, средний возраст респондентов - 19.2 ± 2.0 . Выборка представлена студентами социо-гуманитарных специальностей пяти этнокультурных групп: русские, армяне, татары, турки, китайцы.

Достоверность полученных результатов обеспечивалась методологическими основаниями отечественной и зарубежной психологии, соответствующими предмету и задачам исследования; репрезентативностью выборки; корректным использованием психодиагностических методик; а также применением статистических методов, адекватных поставленным задачам исследования.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

- Предложен и реализован подход к исследованию совладания в аспекте концептуализации стрессовых ситуаций как фактора регуляции поведения субъекта, снимающий ограничения парадигмы «когнитивная оценка трудной ситуации – стратегии совладания» и позволяющий

фиксировать ментальный опыт совладания в широком пространстве жизнедеятельности человека.

- Представлено психологическое понимание концепта *Стресс* как ментальной модели, отражающей представления индивида о причинах возникновения и развития стресса и его проявлениях, обуславливающей выбор стратегий совладания.
- Проведено качественно-количественное исследование совладающего поведения на выборке студентов из пяти этнокультурных групп (русские, армяне, татары, турки, китайцы); выявлены различия в организации концепта *Стресс* и стратегиях совладания.
- Получены оригинальные данные, раскрывающие характер соотношения особенностей организации концепта *Стресс* и специфики совладающего поведения; показана роль сенсорной и эмоционально-оценочной модальностей концепта в управлении стрессовыми ситуациями.
- Новым является объяснение культурных различий концептуализации совладающего поведения у студентов через элементы ментального опыта преодоления стрессовой ситуации, освоение которого происходит в разных этнокультурных группах.

Теоретическая значимость: Диссертационная работа направлена на разработку проблемы соотношения концептуализации стрессовых ситуаций и особенностей совладающего поведения. Данное исследование углубляет научные представления о результативном аспекте концептуализации стресса как основе регуляции поведения субъекта в стрессовых ситуациях. На репрезентативной студенческой выборке продемонстрировано соотношение организации концепта *Стресс* и структуры совладания с трудными ситуациями; показана взаимосвязь разномодальных и разноаспектных признаков концепта *Стресс* и особенностей совладания. Полученные результаты позволяют уточнить различия концептуализации совладающего

поведения у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

Практическая значимость полученных результатов заключается в реализации в «зоне ближайшего развития» индивидуальных консультаций и тренингов, ориентированных на анализ актуальных копинг-стратегий и демонстрацию потенциальных способов совладания.

Адаптация иностранных студентов в образовательный процесс российских университетов может осуществляться с учетом результатов диссертационного исследования, отражающих «критические точки» в интерпретации стрессовых ситуаций в разных этнокультурных группах.

Разработаны и апробированы методы оценки особенностей организации концепта *Стресс*, адекватные языковой культуре респондентов.

Предложен качественный метод оценки совладающего поведения, требующий минимального количества времени для диагностики.

Результаты диссертационного исследования использованы при подготовке учебно-методического пособия «Педагогическая психология: практикум» (в соавторстве, 2019) и разработке лекций по проблематике совладающего поведения в курсах «Психология стресса», «Стресс-менеджмент».

Апробация результатов исследования. Основные положения работы обсуждались на заседаниях лаборатории психологии способностей и ментальных ресурсов В.Н. Дружинина Института психологии РАН (2017 – 2019 г.), а также на совместных заседаниях лаборатории психологии способностей и ментальных ресурсов В.Н. Дружинина и лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Института психологии РАН (2018 – 2020 гг.). Результаты исследования отражены в отчётах по грантам РФФИ (№ 14-28-00087) и РФФИ (№ 18-313-00240). Основные результаты представлялись на международных и всероссийских конференциях: VII Международная конференция по когнитивной науке (Светлогорск, 2016); IV Международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы,

здоровье, развитие» (Кострома, 2016); Всероссийский форум молодых ученых (Екатеринбург, 2017); I, II Международный молодежный конвент «Многомерность общества: человек в социальном взаимодействии» (Екатеринбург, 2017, 2018); III Международный молодежный конвент «Многомерность общества: цифровой поворот в гуманитарном знании» (Екатеринбург, 2019); V Международная научная конференция «Психология стресса и совладающее поведение: вызовы, ресурсы, благополучие» (Кострома, 2019). Результаты диссертационного исследования внедрены в образовательный процесс Уральского федерального университета им. Первого президента России Б.Н. Ельцина: разработана общеуниверситетская дисциплина по выбору «Стресс-менеджмент», доработан базовый курс «Психология стресса» (направления подготовки «Психология», «Клиническая психология»). Результаты диссертационного исследования использованы в учебно-методическом пособии «Педагогическая психология: практикум» (в соавторстве, 2019).

Соответствие паспорту специальности: п. 1.7 (Личность как субъект развития), п. 1.8. (Стратегии совладающего поведения как факторы, помогающие процессу развития), п. 1.12. (Разработка методов психологического исследования и психодиагностики развития), п. 2.12. (Молодость (ранняя взрослость) как начальный период взрослости), п. 3.6. (Культура как механизм и интегральный показатель акмеологического развития человека).

Публикации: По теме диссертации опубликовано 15 работ общим объемом 7.6 п.л., в том числе 5 статей общим объемом 4.8 п.л. в рецензируемых научных журналах, рекомендованных ВАК (из них: 1 – Web of Science).

Объем и структура диссертации: Диссертация изложена на 263 страницах машинописного текста и состоит из введения, 3 глав, обсуждения результатов, заключения, выводов, списка литературы и 5 приложений. Текст работы включает 20 таблиц и 38 рисунков. Список литературы содержит 256

источника, из них 66 источников на иностранных языках. Приложения содержат словарные статьи слов *стресс* и *напряжение* в разных языках, списки экспертов и протоколы экспертной работы, примеры портретов концепта *Стресс*, таблицы описательной статистики, результаты исследования, таблицы факторного анализа структур совладания в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций.

Положения, выносимые на защиту:

1. Анализ ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций и особенностей организации концепта *Стресс* на основе диагностической процедуры, сочетающей направленный ассоциативный эксперимент и визуальный портрет концепта *Стресс*, позволяет выявлять специфику концептуализации стрессовых ситуаций у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.
2. Особенности концептуализации стрессовых ситуаций сопряжены с принадлежностью студента к этнокультурной группе. Построение концепта *Стресс* у армян реализуется в терминах состояния и последствий, у татар – причин и последствий стресса, у китайцев – признаков состояния и управления, у русских – признаков состояния, последствий и управления; у турок – причин и состояния.
3. Преобладающей копинг-стратегией в стрессовых ситуациях у русских студентов выступает самообвинение, у китайцев – организация общественных действий; у армян, татар и турок – религиозная поддержка.
4. Мера дифференцированности и мера иерархичности концепта *Стресс* выступают в качестве факторов, обуславливающих особенности совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей. Концепт *Стресс*, построенный в сенсорной и эмоционально-оценочной модальностях, соотносится с субъектными стратегиями совладания

(решение проблемы, работа/достижение). Пространственно-временная модальность концепта *Стресс* сопряжена со стратегиями непродуктивного стиля (разрядка, беспокойство, самообвинение, активный отдых).

Основные положения диссертации отражены в следующих публикациях автора:

- **Статьи в рецензируемых научных изданиях, рекомендованных ВАК для публикации основных научных результатов диссертаций по специальности 19.00.13 - психология развития, акмеология (психологические науки):**
1. Куваева И.О., Сергеева А.О. Ресурсные функции совладающего поведения в зависимости от профессиональной специализации // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. № 2. Том 21. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». 2015. С. 102 – 106. (0.4 п.л., авторский вклад – 70 %).
 2. Куваева И.О., Ачан Н.М., Лозовская К.Б. Представления о стрессе у представителей разных культур // Вопросы психологии. № 1. 2017. С. 68-81. (1.1 п.л., авторский вклад – 60 %).
 3. Куваева И.О. Взаимосвязь концепта «стресс» и копинг-стратегий у персонала контакт-центра // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. № 2. Том 21. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2018. № 4. С. 146 – 152. (0.6 п.л.).
 4. Куваева И.О. Особенности организации концепта «стресс» у работников с разным уровнем профессионального стресса // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. Т. 26, № 1. С. 112–117. (0.5 п.л.).
 5. Волкова Е.В., Куваева И.О. Мера дифференцированности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения субъекта: кросс-культурный подход // Вестник Костромского государственного

университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 3. (0.7 п.л., авторский вклад – 50 %).

▪ **Публикации в журналах и изданиях рекомендованных ВАК для публикаций основных научных результатов диссертаций по психологическим наукам:**

6. Куваева И.О., Саакян А.Р., Лямзин А.В. Преодоление стресса молодежью: кросскультурные особенности // Известия УРФУ. Сер. 1. Проблемы науки, образования и культуры. 2018. № 2. С. 82-89. (0.5 п.л., авторский вклад – 80 %).

7. Волкова Е.В., Куваева И.О. Кросс-культурные особенности организации концепта «стресс» и стратегий совладания у молодых представителей разных культур // Мир психологии. 2019. № 4. С. 137 – 151. (1 п.л., авторский вклад – 50 %).

▪ **Публикации в сборниках научных трудов, материалов конференций:**

8. Куваева И.О. Взаимосвязь концепта стресс и стратегий совладания: кросскультурные различия // В сб. тезисов докладов Седьмой международной конференции по когнитивной науке. Светлогорск, 20-24 июня 2016 г. / Отв. ред. Ю.И. Александров, К.В. Анохин. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2016. С. 701-703. (0.1 п.л.).

9. Куваева И.О., Абитов И.Р. Учебно-профессиональные и национальные ресурсы преодоления трудных ситуаций // В сб. тезисов докладов Четвертной международной научной конференции «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие». Кострома, 22-24 сентября 2016 г. С. 218-220. (0.3 п.л., авторский вклад – 80 %).

10. Куваева И.О. Кросскультурные различия преодоления стресса (на примере русских, турецких и китайских студентов) // Всероссийский форум молодых ученых. Екатеринбург. 27-28 апреля 2017. С. 99-104. (0.3 п.л.).

- 11.Сергеева А.О., Куваева И.О. Копинг-стратегии у студентов юридического ВУЗа // Многомерность общества: человек в социальном взаимодействии: 1-й молодежный конвент / материалы международной студенческой конференции 28-29 апреля 2017 г. Екатеринбург. Изд-во Ур. ун-та. 2017. С. 254 – 257. (0.1 п.л., авторский вклад – 60 %).
- 12.Kuvaeva I., Achan N., Lozovskaya K. University students: Connection between Representations of stress and Coping Strategies // Changing Societies and Personalities. Vol. 1. No. 3. 2017. Pp. 94-108. (0.8 п.л., авторский вклад – 70 %).
- 13.Куваева И.О., Сергеева А.О. Организация концепта «стресс» у студентов юридического ВУЗа // Многомерность общества: человек в социальном взаимодействии: 2-й молодежный конвент: материалы международ. студ. конф. 29-31 марта 2018 г. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. 2018. С. 323-326. (0.2 п.л., авторский вклад – 50 %).
- 14.Kuvaeva I. The connection between representations of stress and coping strategies among youth // The Fifth International Luria Memorial Congress (Lurian Approach in International Psychological Science). Vol. 2018. Pp. 426-433. (0.8 п.л.).
- 15.Куваева И.О., Першина В. Э. Стратегии преодоления трудных ситуаций у студентов технических специальностей // Третий международный молодежный конвент «Многомерность общества: цифровой поворот в гуманитарном знании», 14-16 марта, Уральский федеральный университет, Екатеринбург. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. 2019. С. 725 – 728. (0.2 п.л., авторский вклад – 50 %).

ГЛАВА 1. КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ СТРЕССА В СТРУКТУРЕ МЕНТАЛЬНОГО ОПЫТА СУБЪЕКТА СОВЛАДАНИЯ

1.1. Теоретическая разработанность проблемы концептуализации стресса в психологии

1.1.1. Теоретический анализ конструкта «ментальный опыт» в связи с проблемой концептуализации стрессовой ситуации

Конструкт *Опыт* является объектом междисциплинарных исследований. Опыт, по Аристотелю, представляет собой знание единичного, он фиксируется в памяти и является условием развития науки и искусства. Великий философ показывает разницу между опытом и искусством: «В самом деле, имеющие опыт, знают «что», но не знают «почему»; владеющие искусством, знают «почему», то есть знают причину» (Аристотель, 2008, с. 166). В работах Аристотеля отмечаются характеристики мудрого человека: «Более мудр во всякой науке тот, кто более точен и более способен научить выявлению причин.... Знание обо всем необходимо имеет тот, кто в наибольшей мере обладает знанием общего, ибо в некотором смысле он знает все подпадающее под общее» (там же, с. 167).

В работах И. Канта показано, что познание начинается с опыта. Кант выделял эмпирические и априорные знания. Человек из опыта получает эмпирическое знание, которое обладает условной и сравнительной всеобщностью. В то время как априорное знание является независимым от опыта и характеризуется истинной или строгой всеобщностью (Кант, 1964).

Гегель утверждал, что опыт связан с формированием понятий и идей в результате мыслительного процесса, который принадлежит субъекту (Гегель, 1992). Продолжая традицию И.Канта, Гегель считает объект и субъект познания реальными и «равноправными»: субъект познания не вторичен по

отношению к объективной реальности. В процессе познания субъект накладывает определённую форму познания на субстанцию и не находится в полной зависимости от нее, а участвует в познании объекта самостоятельно.

В современной философии опыт рассматривается как категория, фиксирующая целостность и универсальность человеческой деятельности; как единство знания, навыка, чувства, воли. В работе В.А. Лекторского (1980) подчеркивается, что опыт является продуктом активной деятельности субъекта, предполагающей применение определенных схем и эталонов, языка, категорий культуры и т.д. Автор отмечает, что опыт и мышление взаимосвязаны между собой: результаты мыслительной деятельности используются в опыте, который сам по себе подвергается мыслительной обработке. Рефлексируя над собой и продуктами собственной деятельности, человек проявляет сознание индивидуального субъекта.

Обзор литературы указывает на существование разных видов опыта: физического, социального, эмоционального, религиозного, ментального и т.д. (Волкова, 2016; Медведева, 2003). Специфика физического опыта заключается в наблюдениях за изменениями в окружающей среде. Социальный опыт отражает навыки индивида, которые являются необходимыми в общественной жизни (язык, традиции, обычаи, социальные роли, ценности). Предельная субъективность переживания и его непередаваемость характеризуют религиозный опыт. Ментальный опыт включает аспекты сознания и интеллекта, получающих развитие в комбинации мыслительных единиц, восприятия, памяти, воли, эмоций и воображения. Эмоциональный опыт фиксирует пережитые эмоции и чувства, особенности эмоциональных состояний и отношений с другими людьми (Бергфельд, 2010).

В работах Г.Л. Тульчинского выделены разные аспекты социально-психологического опыта – социальное значение и личностный смысл (Тульчинский, 1995). Социальный аспект включает язык, предметное и смысловое значения; психологический – оценочное отношение и

переживание. Соотношение разных аспектов смысловой реальности, по Е.В. Волковой, может быть разнонаправленным, однако «наибольшей мобилизационной силой совершенствования процессов саморазвития индивида обладает однонаправленное соотношение социального значения и личностного смысла, поскольку оно создает благоприятный эмоционально-оценочный фон» (Волкова, 2017, с. 107).

В большом толковом психологическом словаре (2000) представлены такие определения термина *Опыт*: «1. Любое событие, которое кто-то пережил. 2. Знание, полученное от участия в этом событии. 3. Общее количество накопленных знаний» (Большой толковый..., 2000, с. 557). Анализ указанных определений показывает, что опыт является индивидуальным психическим образованием, возникающим в результате взаимодействия человека с действительностью, представляющим некоторый объем знаний, накопленный человеком при переживании событий своей жизни.

В психологии памяти и мышления опыт рассматривается как пассивное и статичное психическое образование, лежащее в основе репродуктивных форм психической активности. В этом смысле опыт является источником некоторых шаблонов, стереотипных схем умственных действий, применяемых человеком при решении привычных задач. Например, Е.И. Горбачева выделяет мыслительные стереотипы как специфические структуры, организующие опыт. Именно они задают предметную ориентацию мышления, обуславливая специфическую избирательность и восприимчивость субъекта по отношению к определенным аспектам действительности (Горбачева, 2001).

Другой ракурс изучения опыта в психологии связан с включением в этот конструкт не только фиксированных форм (усвоенных в прошлом), но оперативных и потенциальных форм опыта. Оперативный опыт проявляется в структурах, происходящих в настоящем; потенциальный – в ожидаемых

новообразованиях в будущем. Такое понимание опыта рассматривается в аспекте ментальных психических образований.

В работах М.А. Холодной отмечается, что «ментальный опыт – система индивидуальных интеллектуальных ресурсов, обуславливающая особенности познавательного отношения субъекта к миру и характер воспроизведения действительности в индивидуальном сознании» (Холодная, 2012, с. 245).

Согласно М. А. Холодной (2012), психологическая модель ментального опыта субъекта включает четыре *уровня*: интенциональный, метакогнитивный, когнитивный и концептуальный. Когнитивный уровень (когнитивный опыт) образован ментальными структурами, обеспечивающими оперативную обработку информации (хранение, упорядочивание, преобразование). Метакогнитивный опыт представляет собой ментальные структуры, отвечающие за произвольную и произвольную регуляцию умственной деятельности. Интенциональный опыт соотносится с ментальными структурами, которые лежат в основе индивидуальных интеллектуальных склонностей (предпочтений, умонастроений, убеждений). Концептуальный опыт является высшим уровнем в структуре ментального опыта; представлен концептуальными, категориальными и семантическими структурами, отвечающими за порождение новой информации. Уровень организации ментального опыта определяется степенью сформированности и мерой интеграции указанных структур.

К основным *формам ментального опыта* относятся ментальные структуры, ментальное пространство и ментальные репрезентации (Холодная, 2002).

Ментальные структуры характеризуют опыт взаимодействия субъекта с предметным, социальным и культурным миром. Под *ментальными структурами* понимается система психических образований, отвечающих за переработку информации о происходящих событиях, а также за управление и избирательность интеллектуального отражения в условиях познавательного

контакта с миром. В процессе взаимодействия субъекта с предметным миром ментальные структуры выстраиваются, видоизменяются и накапливаются в индивидуальном опыте. Они являются основой (Холодная, 2012) и ядром (Волкова, 2016) ментального опыта субъекта.

Ментальное пространство – это динамическая форма ментального опыта, актуализирующаяся в условиях познавательного взаимодействия субъекта с миром и представляющая собой субъективный диапазон отражения, в рамках которого возможны разные мыслительные перемещения.

Ментальная репрезентация – это оперативная форма ментального опыта, отражающая умственный образ того или иного события (то есть субъективная форма происходящего). Особенности репрезентации и степень ее детализированности определяют характер и эффективность деятельности. Построение репрезентации отражается в следующих особенностях: (1) распределение внимания и выделение релевантных элементов проблемной ситуации; (2) объем времени, затраченный на анализ ситуации; (3) вербальная или визуальная форма субъективного представления ситуации; (4) характер задаваемых вопросов. Формами ментальных репрезентаций являются словесное описание, иерархическая категориальная интерпретация, метафора, картинка, пространственная схема, комбинация чувственно-эмоциональных впечатлений и т.д.

Соотношение между указанными формами ментального опыта выглядит следующим образом: ментальные структуры являются ядром и порождают ментальное пространство, в поле которого возникают ментальные репрезентации – оперативный образ ситуации (Холодная, 2012; Волкова, 2016).

Согласно Е.В. Волковой, термин *Ментальные структуры* является родовым по отношению к понятиям «план» (Дж. Миллер, К. Прибрам), «когнитивная структура» (И.О. Александров), «концептуальная структура» (М.А. Холодная), «репрезентация», «схема» (Ф. Бартлетт, И. Кант, Ж. Пиаже,

У. Найссер) и др. Ментальные структуры как объект теоретического исследования описывают отношения соответствия, возникающие в результате взаимодействия субъекта и объекта деятельности. В работе Е.В. Волковой отмечается, что «в хаосе поступающих сигналов, ментальные структуры выделяют наиболее устойчивые инварианты действительности: на уровне безусловных рефлексов – врожденные планы, программы и структуры поведения; на уровне условных рефлексов – структуры, отражающие инварианты изменяющихся условий действительности. В ментальных структурах фиксируются предметная, операциональная, мотивационная и аффективная стороны деятельности, в которой они сформировались» (Волкова, 2011, с. 58).

В работах Н.И. Чуприковой репрезентативно-когнитивные психологические структуры рассматриваются как основа умственного развития (Чуприкова, 2007). Эти структуры имеют отношение как к долговременной памяти, так и к процессам познания. Репрезентации, находящиеся в долговременной памяти, представлены в виде знаний - обобщенно-абстрактных продуктов умственной переработки воспринятого. В этих продуктах представлены устойчивые характеристики предметного мира и связи между его элементами, а также инвариантные характеристики внутренних состояний субъекта и субъект-субъектных отношений. В исследованиях Н.И. Чуприковой указано, что «понятие когнитивной репрезентации тесно смыкается с понятием предвосхищающей схемы, определенным образом организующей и структурирующей воспринимаемый материал» (Чуприкова, 1985, с. 343). Репрезентации как средство познания представляют собой внутренние умственные психологические формы, с помощью которых человек смотрит на мир/себя и выделяет информацию из мира/о себе. Чем более развиты репрезентативно-когнитивные психологические структуры, тем больше возможностей у человека для выделения, анализа и синтеза поступающей информации. Уровень развития

этих структур обуславливает то, в каком объеме и качестве человек видит и понимает окружающий мир и себя в нем.

Обсуждая основные принципы современной психологии развития, Е.А. Сергиенко (2012) операционализирует понятие *антиципирующая схема*, представляющую собой врожденную основу знания. Антиципирующие схемы обуславливают избирательность восприятия и упорядочивание взаимодействия человека со средой. «Избирательность является результатом прототипического механизма, эволюционного подготовленного, тогда как пространственно-временное опережение событий отражает модально специфический механизм кодирования и ментального хранения», - подчеркивает Е.А. Сергиенко (Сергиенко, 2012, с. 1). Согласно концепции автора, понятия выступают полноценным знанием об отдельных аспектах мира, они формируются на основе чувственного образа объекта и представлений об объекте/событии. Составным элементом антиципирующей схемы является репрезентация внешнего мира, которая направляет восприятие и организует действие. Внутренние механизмы развития – это только потенциальные формы, которые содержательно реализуются через опыт в среде и по законам организации среды. В результате взаимодействия человека со средой происходит развитие, изменение и дополнение первоначального базового понятия.

В работе И.О. Александрова отмечается, что «психологические концепции индивидуального (или субъективного) опыта складывались в истории психологии в тесной связи с категорией «знание». Родство понятий «опыт» и «знание» проявляется в сходстве представлений об организации и функциях структур опыта и знания» (Александров, 2007, с. 3). Согласно автору, структура индивидуального знания отражает всю индивидуальную историю взаимодействий организма с предметной областью, поэтому организация опыта является индивидуальной и уникальной. Компоненты структуры и группы компонентов как модели взаимодействий обладают свойствами предметной отнесенности и субъективного отношения к миру.

Все составляющие структуры индивидуального знания формируются для достижения текущих целей поведения, в том числе для экстренного разрешения проблемных ситуаций.

Анализ литературы, отражающей *свойства ментальных структур*, позволяет выделить структурные, функциональные и регулятивные свойства. В работах М.А. Холодной описываются пять свойств ментальных структур (Холодная, 2012), в публикациях Е.В. Волковой – семь свойств (Волкова, 2016). Общее в указанных подходах заключается в определении свойства *Репрезентативность* как процесс построения объективированного образа или психической модели определенного фрагмента действительности. В работах М.А. Холодной обращается внимание на структурные и регулятивные свойства, в работах Е.В. Волковой подчеркиваются функциональные свойства ментальных структур. К структурным свойствам относятся: многомерность (множество аспектов), конструктивность (изменение содержания и структуры), иерархический характер (иерархия семантических признаков), способность к регуляции и контролю способов восприятия действительности. Функциональные свойства ментальных структур описываются через соотношение прошлого, настоящего и будущего времени в ментальном опыте. К этим свойствам относятся: активность, развитие, генетическая готовность, обобщенность, иерархичность, избирательность. Под свойством *Активность* понимается включенность структур в реализацию настоящего поведения на основе прошлого опыта и условие для будущего взаимодействия с реальностью. Свойство *Развитие* отражает качественное усложнение структуры ментального опыта в результате дифференциации и интеграции. *Генетическая готовность* как свойство ментальных структур связана с фиксацией накопленного опыта конкретного человека и прошлого опыта всего человечества в целом. Свойство *Обобщенность* состоит в особенностях протекания познавательных процессов и сформированных обобщенно-абстрактных продуктов умственной переработки. *Иерархичность* в функциональном аспекте связана

с опорой на прошлое и настоящее для достижения целей в будущем. Свойство *Избирательность* представляет собой влияние прошлого опыта на текущую и будущую систему предпочтений, убеждений, склонностей.

Во многих исследованиях подчеркивается, что дифференцированность и интегрированность структур ментального опыта обуславливают особенности развития личности и качество разнообразных отношений человека с миром, обществом и самим собой. В работах Е.В. Волковой отмечается, что «чем более развита личность, тем более дифференцированные ее отношения с миром, обществом и самим собой, тем выше уровень ее саморегуляции, на котором человек принимает решения в соответствии с пониманием сути вещей и глубинных законов жизни» (Волкова, 2017, с. 107). В исследовании М.А. Холодной (2014) продемонстрировано: чем более выражены эффекты дифференциации и интеграции в организации концептуальных структур (концептов), тем выше показатели вербальной и невербальной креативности.

Таким образом, ментальный опыт представляет собой индивидуальную систему знаний о мире, обществе и самом себе, сформированную в процессе жизнедеятельности человека и определяющую формы настоящего и будущего опыта. В контексте настоящего исследования ментальные структуры могут рассматриваться в качестве ядра, формирующего оперативный опыт (ментальные репрезентации стрессовых ситуаций) и порождающего ментальное пространство (особенности взаимодействия субъекта с осложненными условиями жизни).

Опираясь на теоретический анализ конструкта *ментальный опыт*, можно предложить понимание конструкта *ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций* как одного из видов ментального опыта субъекта, в основе которого - система индивидуальных психических структур, обуславливающая особенности концептуализации стрессовой ситуации и порождение новой информации для регуляции жизнедеятельности. Этот вид опыта включает разнообразные аспекты физического, эмоционального,

социального, религиозного и других видов и форм опыта. Более детальный анализ конструкта *ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций* представлен в параграфе 1.1.2.

1.1.2. Концептуализация стресса как психологическая предпосылка преодоления стрессовых ситуаций

Концептуализация стресса как объекта исследования разных наук началась в 17 в. Происхождение слова связано с латинским *stringere*, в переводе означающее «сжимать» (Cooper, Dewe, 2004). Первоначально термин использовался в технических науках: стресс – это область, находящаяся под внешним давлением. Автор технической метафоры стресса Нооке в 17 в. дифференцировал понятия *нагрузка*, *стресс*, *напряжение* и т.д. Согласно его представлениям, нагрузка отражает внешнее давление на конструкцию (например, мост); напряжение – изменение формы как результат взаимодействия между нагрузкой и стрессом. Автор также использовал англоязычное слово *hardship* (*тяжелое испытание, трудность*) и понимал его как способность противостоять тяжелым нагрузкам без разрушения. Сравнивая человеческое тело с машиной, Нооке утверждал, что тело нуждается в энергии для поддержания функционирования. В то время как отсутствие энергии приводит к истощению или разрушению тела. Центральная нервная система, обеспечивающая организм энергией, может характеризоваться состоянием невращения (истощение) или нервными расстройствами. Эти понятия используются в медицине, психологии и обыденной речи по настоящее время.

В 18-19 вв. слово *Стресс* трансформируется из технического термина в медицинское понятие: напряженный ритм жизни человека вызывает заболевания нервной системы, которые требуют медикаментозного лечения. Американский врач Г. Берд (G. Beard), осмыслив и обобщив свои наблюдения за пациентами, заложил основу для комплексного понимания

стресса (по: Rosenberg, 1962). Он акцентировал внимание на напряженных факторах внешней среды как источниках истощения, описывал симптомы физического неблагополучия, подчеркивал важную роль нервной системы в совладании с трудностями.

Механизмы стрессовой реакции начали разрабатываться в исследованиях французского врача К. Бернарда (Claude Bernard), американского физиолога У. Кеннона и канадского патолога-эндокринолога Г. Селье. Основная идея концепций К. Бернарда и У. Кеннона состоит в том, что организм нуждается в поддержании стабильности внутренней среды при изменении внешних условий. К. Бернард утверждал, что внешние факторы могут нарушать нормальное функционирование тела; компенсаторные реакции активизируются при отклонении от стабильного состояния и могут способствовать развитию заболеваний (цит. по: Dynamics of Stress: ..., 1984).

У. Кеннон в книге «Мудрость тела» сформулировал понятие *гомеостаз*, продемонстрировал роль эмоций в развитии болезней и дифференцировал способы реагирования организма на угрожающие ситуации. Гомеостаз понимался им как отношение автономной системы к саморегуляции физиологических процессов (Cooper, Dewe, 2004). Стресс понимался в терминах внешней угрозы, способствующей мобилизации внутренних ресурсов человека и обеспечивающей реагирование по типу «fight or flight reaction» («сражайся или спасайся»). Наряду с выделением поведенческих паттернов он обращал внимание на эмоциональные переживания человека в ответ на угрозу, а также обосновал психосоматическую природу заболеваний.

Разработки К. Бернарда и У. Кеннона стали предпосылками для создания первой научной теории стресса Г. Селье, оказавшей экстраординарное влияние на биологию и медицину. Исследователь обратил внимание на то, что стресс является необходимым условием адаптации и выживания человека. Напротив, отсутствие стрессовых воздействий означает смерть для организма. Концепция общего адаптационного синдрома Г. Селье

посвящена физиологическому механизму стрессовой реакции, стадиям развития и влиянию стресса на живой организм. Г. Селье обнаружил и описал высокостереотипную реакцию организма на любой стрессор в виде триады биохимических изменений (Селье, 1992). Описание динамики состояло в выделении стадий (фаз) общего адаптационного синдрома: «тревога – сопротивление – истощение». Он выделил варианты последствий стресса: eustress – позитивные в виде мобилизации; distress – негативные в виде болезней и смерти. Научная теория Г. Селье является первой концептуальной моделью стресса, в которой зафиксированы причинно-следственные связи, физиологические механизмы, процессуальные аспекты и возможные последствия.

В когнитивной теории стресса Р. Лазаруса дифференцированы физиологический и психологический виды стресса (Lazarus, 1984). Когнитивная теория стресса сместила фокус исследователей с изучения факторов и реакций организма на внутреннюю (интеллектуальную) оценку осложненных условий жизни и выбор способов разрешения трудных ситуаций. Согласно Р. Лазарусу, оценка трудной ситуации опосредована индивидуально-психологическими особенностями человека и детерминирует возникновение эмоций в трудной ситуации. Процессуальность психологического стресса заключается в выделении первичной, вторичной и третичной типов оценок. Конструкт *совладание* автор разработал через стили и копинг-стратегии, которые активизируются в ответ на когнитивное оценивание трудной ситуации. Согласно концепции Р. Лазаруса и С. Фолкман (1984), функции копинга состоят в следующем: минимизация негативных воздействий обстоятельств и повышение возможностей восстановления активности, деятельности; терпение и преобразование жизненных ситуаций; поддержание позитивного образа Я и уверенности в собственных силах; сохранение эмоционального равновесия; установление и поддержание взаимосвязей с другими людьми. Другие аспекты этой теории будут рассмотрены в параграфах 1.2.2 и 1.3.1.

Обобщая теоретический анализ классических концепций стресса, следует отметить, что стресс представляет собой многоаспектный феномен. Ряд исследователей (У. Кеннон, Г. Селье, Р. Лазарус и др.) начали разрабатывать проблематику стресса в терминах причин возникновения и последствий, разнообразных проявлений, динамики развития и способов управления.

Анализ современных теорий и концепций, посвященных проблеме стресса, позволяет выделить следующие критерии для оценки ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций: *причины, состояние, последствия, процесс, управление.*

Причины развития стресса описаны в исследованиях Л.И. Анцыферовой, Е.В. Битюцкой, В.А. Бодрова, Дж. Гринберга, А.В. Либиной, А.Б. Леоновой, М.А. Одинцовой и других ученых. Обзор исследований позволяет выделить две обобщенные категории стрессоров: факторы объективированного контекста и факторы психологической оценки.

Описание разнообразных проявлений стрессового состояния представлены в работах В.А. Бодрова, Л.А. Китаева-Смык, А.Б. Леоновой, Р. Сапольски и т.д.

Ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций может быть рассмотрен в аспекте последствий стресса – позитивных или негативных (эустресс vs. дистресс в терминах Г. Селье). Последствия стресса в разных сферах описаны в исследованиях В.А. Бодрова, Н.Е. Водопьяновой, Р. Р. Лазаруса, Сапольски, Н.В. Тарабриной и т.д.

Процессуальные аспекты стресса включают информацию о стадиях формирования стрессовой реакции, показателях продолжительности и интенсивности стресса. Выделенные процессуальные характеристики отражены в работах В. Абабкова, К. Муздыбаева, М.А. Одинцова, М. Перре, Г. Селье, Т. Holmes & R. Rahe.

Подходы к совладающему поведению, описывающие разные классификации копинг-стилей и факторы выбора стратегий, представлены

концепциях В.А. Абабкова, М. Перре, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко, С. Хобфолла, М.А. Холодной, Э. Фрайденберг, Р. Льюиса и т.д. Под совладающим поведением понимаются осознанные действия человека в ответ на трудную ситуацию и психо-эмоциональную напряженность. В литературе выделяются две базовые ориентации на угрожающую информацию или две модели совладания со стрессом: приближение/наступление (approach) и избегание (avoidance). «Сближение и избегание являются условными обозначениями для когнитивной и эмоциональной активности, ориентированные либо в сторону угрозы, либо от нее», - подчеркивают исследователи (Roth, Cohen, 1986, p. 813).

В современной психологии совладающего поведения дискуссионной является проблема эффективности избегающего копинга как специфического взаимодействия с трудной ситуацией. Согласно одним исследователям, данный копинг относится к продуктивному совладанию; согласно другой группе ученых – к адаптивному, поскольку признаков прогрессивного решения сложной ситуации не обнаруживается.

В структуре ментального опыта процессы концептуализации связаны с построением концепта как носителя индивидуального знания, сформированного в предметной среде. В данной работе под концептуализацией стрессовых ситуаций понимается форма порождения ментального опыта преодоления стресса.

Анализируя специфику стресса, можно выделить следующие свойства, характеризующие концептуальные структуры ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций:

- *Репрезентативность* – знания о стрессовых ситуациях и способах их преодоления представлены в виде психических моделей (концепт *Стресс* – высший уровень организации и ключевой элемент ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций).

- *Многоаспектная гибкость* – реорганизация структурных и содержательных элементов ментального опыта в процессе преодоления стрессовых ситуаций.
- *Дифференцированность* и *иерархичность* - структурные и содержательные элементы перестраиваются по мере познавательного контакта субъекта со стрессовыми ситуациями.
- *Прогрессивное развитие* – качественное усложнение структуры ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций в результате дифференциации и интеграции.
- *Иерархическая организация* – представленность информации на разных уровнях обобщенности.
- *Избирательная регуляция* – влияние особенностей концептуального опыта преодоления стрессовых ситуаций на выбор стратегий совладания в текущей и будущей жизни субъекта.
- *Неразрывная связанность* – взаимодействие концепта *Стресс* как элемента ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций с множеством других концептов.
- *Индивидуальная обусловленность* – выделение признаков стрессовой ситуации и порождение новой информации носит субъектный характер.
- *Культурная опосредованность* – обработка и хранение поступающей информации обусловлены ментальными стереотипами, сформированными в рамках определенной языковой культуры.

Основываясь на анализе и синтезе теоретических разработок в области стресса (Бодров, 2006а, 2006б; Брайт и др., 2003; Китаев-Смык, 1983; Леонова, 2000, 2004; Леонова, Кузнецова, 2007; Сапольски, 2015; Селье, 1992), совладания (Крюкова, 2005; Лазарус, 1970; Сергиенко, 2008; Холодная и др., 2007), собственные эмпирические исследования профессионального стресса (Куваева, 2015, 2018, 2019) и концепций организации ментального опыта (Волкова, 2008, 2015, 2016; Холодная, 2012, 2019), можно предложить

концептуальную модель ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций (рис. 1). Представленная модель может рассматриваться в аспекте ментальной репрезентации (оперативный опыт конкретной стрессовой ситуации) или ментального пространства как динамической формы анализа трудных ситуаций.

Таким образом, в зависимости от уровня развития субъекта совладания структура индивидуального ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций характеризуется разной содержательной детализированностью. На *глобальном уровне* развития субъекта совладания реализуются процессы дифференциации, направленные на выделение существенных признаков стресса, позволяющие различить *стресс* от близких с ним конструктов. На *базовом уровне* происходит более тонкая дифференциация стресса через категории *причины, состояние, последствия, процесс и управление*. На *детализированном уровне* ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций отмечается более детальная дифференциация указанных категорий (*причины, состояние, последствия, процесс, управление*). Описанные уровни концептуальной модели ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций представлены на рис. 1.

Стрессовые ситуации являются реалиями динамичного и турбулентного мира, с которыми современный человек встречается на всем протяжении индивидуального жизненного пути. Главная стратегия, согласно Л.И. Анцыферовой, заключается в обучении «антиципировать и предотвращать трудные жизненные события... Правильный выбор человеком стратегии совладания зависит от уровня развития механизма когнитивного оценивания, его гибкости, от способности человека с разных точек зрения оценивать трудную ситуацию и прибегать к приемам переоценки» (Анцыферова, 1994, с. 7). Накопленный опыт преодоления стрессовых ситуаций позволяет выбирать оптимальные копинг-стратегии, избегая «бесполезных стратегий поведения и желания «бросаться в бой», используя все способы» (Куфтяк, 2017, с. 33).



Рис. 1. Концептуальная модель ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций

1.2. Особенности организации концепта *Стресс* и совладающее поведение

1.2.1. Организация концепта *Стресс* как основа конструктивно-преобразовательной активности субъекта совладания

Категория *субъект* представляет собой важнейшее понятие в психологии. Первоначально данный термин был операционализирован в философии и имел гносеологический статус: под субъектом Гегель понимал источник активности, самодвижения и саморазвития сознания (Гегель, 2018). Человек становится субъектом, когда свободно использует свой разум для упорядочивания окружающей действительности, выявления возможностей мира и собственных потенциалов. Согласно С.Л. Рубинштейну, человек является эпицентром бытия и его субъектное качество проявляется в способности преобразовывать действительность (Рубинштейн, 1997).

Принцип субъектности как авторства собственного развития и уникальных путей формирования психики относится к ключевым принципам современной психологии развития. Впервые этот принцип был сформулирован А.В. Брушлинским. Согласно работам А.В. Брушлинского, важнейшее качество человека – «быть субъектом» – заключается в инициировании и осуществлении разных видов деятельности для достижения необходимых результатов (Брушлинский, 1999а, с. 30). Человек, реализуя деятельность в соответствии со своими жизненными смыслами, сохраняет интегративную уникальность и целостность как субъекта личности. В концепции Д.Н. Завалишиной интеграция как важнейшая функция субъекта рассматривается в двух планах: внутренний и внешний. Внутренний план интеграции проявляется в целостности и взаимосвязанности психических свойств, состояний и т.д. Внешнее выражение интеграции осуществляется в активном взаимодействии с миром посредством «соотнесения и согласования внешнего (объективных требований, обстоятельств) и внутреннего (своих

возможностей, ценностей)» (Завалишина, 2002, с. 50). Внешний план интеграции как функция субъекта ориентирован на решение возникающих перед человеком задач.

В концепции А.В. Брушлинского феномен субъекта осмыслен как сложная многомерная психологическая характеристика человека, основным признаком которой является активность. Автор выделяет три плана анализа психологии субъекта: динамический, структурный и регулятивный (Цит. по: Знаков, 2005). Недизъюнктивность как непрерывность развития во времени предполагает становление субъектности в процессе разных видов активности (познание, деятельность, общение и т.д.). Структурный план связан с особенностями организации преобразовательной активности человека, отражающих совокупность его отношений к миру и специфический способ самоорганизации личности. Регулятивный план анализа психологии субъекта соотносится с психикой как высшего уровня отражения действительности и высшего типа регуляции всей жизни человека. Опираясь на систему обратной связи со средой, субъект регулирует свою деятельность, анализирует свои поступки и оценивает возникшие изменения.

При рассмотрении категории *субъект* обращение к параметру «активность – пассивность» является необходимым, поскольку можно дифференцировать качество взаимодействия человека с миром и особенности регуляции его поведения. По И.Л. Джидарьян (1988), активность представляет собой более высокий уровень функционирования психического, проявляющийся в целеполагании, антиципации, потребности в развитии и самореализации. В то время как пассивность отражает более низкий уровень функционирования психического, выражающийся в качественно другом взаимодействии человека с объективной реальностью и самоосуществлении личности.

В.В. Знаков (2016) обратил внимание на конструкт *понимающий субъект*. Согласно автору, понимающим можно назвать человека тогда, когда он попадает в ситуацию, требующей понимания, и характеризуется

мотивацией к ее пониманию. «Любая ситуация включает воспринимающего, понимающего и оценивающего ее человека», - подчеркивает В.В. Знаков (Знаков, 2016, с. 85). Понимание как процесс и результат порождения смысла понимаемого характеризуется индивидуальной спецификой (Знаков, 2005), которая заключается в приписывании смысла знанию и формировании своего отношения к социальной действительности.

Д.А. Леонтьев обращает внимание на новую реконструкцию проблемы субъектности, где саморегуляция определяется как «общий принцип организации отношений субъекта с миром, основанный на сличении обратной связи с критериями желательного как механизме коррекции его активности» (Леонтьев Д., 2010, с. 152). Исходя из такого понимания саморегуляции, человек решает ряд проблем в ситуациях неопределенности и давления неблагоприятных обстоятельств: принятие рисков и ответственности, контроль процесса достижения целей, сохранение собственной целостности и направленности жизнедеятельности, активное отношение к самому себе как к объекту своего рефлексивного и деятельного отношения. Способность к этому, по мнению А.К. Осницкого (2001), человек обретает при условии накопления опыта взаимоотношения с окружающими и опыт использования собственных средств саморегуляции.

В работах Е.А. Сергиенко (2013) показано, что зрелые формы поведения отражают степень согласованности в развитии континуума *субъект-личность*, где личность выступает стержневой структурой субъекта. Именно личность «командует» тем, в каком направлении происходит самоорганизация и саморазвития. Автор подчеркивает, что «субъект отвечает за конкретную реализацию через координацию выбора целей и ресурсов индивидуальности человека в данных жизненных обстоятельствах, условиях, задачах» (Сергиенко, 2012, с. 1). Субъект определяет способ самоорганизации и саморегуляции личности.

Подводя итоги этим исследованиям, следует отметить, что они сформировали понимание субъекта как человека на высшем уровне своей

активности, целостности (системности) и автономности. На этом уровне человек предельно индивидуализирован: здесь проявляются его особенности мотивации, способностей и психической организации в целом.

В работе Е.А. Сергиенко отмечается, что регрессивные формы развития могут рассматриваться как маркеры будущих изменений, выполняя подготовительную или антиципирующую функцию: «они позволяют организму, индивиду, личности адаптироваться в отношениях с миром с учетом инволюции» (Сергиенко, 2012, с. 1).

В рамках дифференционно-интеграционной теории развития концептуальные структуры понимаются как носители психических свойств субъекта, с помощью которых человек концептуализирует события мира и на основе которых происходит анализ и синтез всех поступающих новых впечатлений и сведений (Н.И. Чуприкова, Е.В. Волкова). Другой подход к анализу концептуальных структур представлен в работах Л.М. Веккера и М.А. Холодной, которые рассматривают концепт как психический носитель свойств понятийного мышления.

Автор единой теории психических процессов Л.М. Веккер (2000) подчеркивал, что понятийное мышление является высшим уровнем организации познавательной сферы и обладает следующими характеристиками: пространственно-временная структура (разные уровни абстрагирования), модальности (разные способы кодирования информации), интенсивность (количество психической информации). Под концептом автор понимал интеллектообразующую интегративную единицу, «инвариант образного перевода с языка речевых символов на язык пространственно-временных структур» (Веккер, 2000, с. 350). Психическая структура концепта представлена двумя компонентами: внутренним (пространственно-временным) и внешним (образным). В соответствии с концепцией Л.М. Веккера концептуальные структуры (концепты) формируются на «пересечении» сущности понятийного мышления и процесса интеллектуальной деятельности человека.

Рассматривая иерархическую организацию концепта, Л.М. Веккер указывал на существование родовых и видовых признаков, которые позволяют определить характеристики конкретного объекта и различить объекты между собой. Автор выделил типы концептов в зависимости от уровня обобщенности признаков: (1) высокий – абстрактно-логические понятия; (2) средний – многокомпонентная структура; (3) низкий – преимущественно образный компонент. Указанные типы различаются мерой иерархичности: конкретные и высокообобщенные концепты имеют тенденцию к фиксации обобщенных («уплощение» уровней), в то время как изображения концептов среднего уровня фиксируют как родовые, так и видовые признаки. Л.С. Выготский (1982) выделял меру общности понятий, под которой понимал степень обобщенности мысли об объекте и полноты представленности самого объекта в ней. Согласно автору, понимание природы понятийного мышления состоит в выявлении психологических механизмов движения понятий от частного к общему и от общего к частному в реальной жизни мысли (Выготский, 1982).

Опираясь на разработки Л.М. Веккера, М.А. Холодная (2012, 2019) под концептом определяет ментальное образование «внутри» индивидуального ментального опыта, референтное определенным знакам и имеющее набор специфических свойств. Анализ работ автора позволяет выделить свойства концептуальных структур: разноуровневый характер организации, обратимость словесно-образного перевода, сложность когнитивного состава, разнообразие психических модальностей, избирательная связь с другими концептами. Согласно М.А. Холодной когнитивный состав концепта включает сенсорно-эмоциональную, словесно-речевую и образную модальности. Сенсорно-эмоциональная модальность отражает накопленный опыт взаимодействия человека с предметной средой, зафиксированный в виде впечатлений и переживаний. Словесно-речевая модальность складывается на основе усвоения слов естественного языка и их значений. Образная модальность передает особенности организации

визуального опыта, раскрывающие типичные и существенные признаки объекта.

Важными показателями, характеризующими особенности структурной и содержательной организации концепта, являются *мера иерархичности* и *мера дифференцированности* (Холодная, 2012, 2019). Под мерой иерархичности понимается степень сложности семантического поля и уровень обобщенности визуального прототипа концепта. Мера дифференцированности имеет отношение к содержательной структуре и отражает признаковый состав. В исследованиях подчеркивается, что зрелость концепта проявляется в «мере разноуровневости, активности процесса словесно-образного перевода, сложности когнитивного состава и системного характера» (Холодная, 2012, с. 74).

Е.В. Волкова рассматривает концепт как высший уровень организации ментальных структур (Волкова, 2016) и высший уровень в системе индивидуальных ментальных ресурсов (Волкова, 2018). Обобщая современные теоретические исследования, автор указывает на мультипликативную природу концепта:

– с одной стороны, он является социальным образованием, отражением культуры, с другой стороны, он является индивидуальным образованием, включающим весь опыт человека (Волкова, 2013);

– концепт идеален (идеальная модель объекта) и в тоже время он материален (выражен в знаково-образной или звуковой форме);

– концепт является результатом механизмов дифференциации и интеграции;

– концепт, управляя обратной афферентацией, реализует двойственную функцию (концептуализация происходящего, регуляции поведения и деятельности).

В работах З.Д. Поповой и И.А. Стернина (2007) под концептом понимается «дискретное ментальное образование, являющееся базовой единицей мыслительного кода человека, обладающее относительно

упорядоченной внутренней структурой, представляющее собой результат познавательной (когнитивной) деятельности личности и общества» (Попова, Стернин, 2007, с. 24). Авторы подчеркивают, что концепт включает не только информацию о предмете или явлении, а также интерпретации данной информации в общественном сознании и отношении общественного сознания к отображаемому явлению или предмету. Согласно данному подходу, в полевой организации концепта выделяются ядро и периферия. Ядро как совокупность наиболее частотных признаков отражает самые сильные реакции респондентов на стимульное слово. З.Д. Попова и И.А. Стернин предлагают анализировать все осознаваемые ментальные информационные компоненты концепта, что позволяет исследователям смоделировать организацию представлений человека или группы людей о конкретном фрагменте реальности. В работе Н.В. Уфимцевой (1996) подчеркивается необходимость анализа первой реакции респондента, поскольку она позволяет выявить имплицитные представления о неосознаваемых элементах значений и смыслов, являющиеся отражением вербальной памяти человека, мотивов, оценок и его культурных стереотипов.

С.Л. Рубинштейн (1997, 2003), обсуждая проблему соотношения эксплицитного и имплицитного, отмечал, что при восприятии учитываются как сама ситуация, так и выходящее за ее пределы.

Автор подчеркивал, что восприятие и реальность (жизнь) человека выступают как взаимодействие двух реальностей. Он акцентировал прерогативу чувственного в познании реальности: «чувственная данность выступает как поверхностный план глубинных слоев сущего, в которую погружен объект чувственного восприятия» (Рубинштейн, 1997, с. 14). Согласно С.Л. Рубинштейну, абстрактное мышление направлено на мысленное извлечение из бесконечности конкретного единичного действительного взаимодействия – выявление скрытого, сущего. Опираясь на вышесказанное, можно предположить, что под внутренним можно понимать концепт как скрытое в глубинах сознания.

Концептуальные структуры представляют собой ментальный субстрат, контролирующий состояние индивидуальных интеллектуальных ресурсов. От уровня сформированности концептов зависит то, как человек понимает и интерпретирует действительность, включая оперирование понятиями. Концепты определяют не только процесс воспроизведения понятийных знаний, но и процесс возникновения новых идей и решений. Концепты обуславливают продуктивность интеллектуальной деятельности за счет своей способности порождать ментальные пространства, обладающие особыми конструктивными свойствами (Холодная, 2012, 2014).

Таким образом, *субъектность в аспекте совладания* проявляется в конструктивно-преобразовательной силе (Абульханова, 2000; Рубинштейн, 1997), опосредованной внутренним миром человека и выражающейся в творческом порождении новых решений стрессовых ситуаций. В настоящем исследовании качества субъекта совладания проявляются в мере дифференцированности и иерархичности концепта *Стресс* как основы конструктивно-преобразовательной активности субъекта, обуславливающей выделение признаков стрессовых ситуаций, построение смысловой реальности в условиях стресса и регуляцию поведения в сложных жизненных обстоятельствах.

1.2.2. Содержание и иерархическая организация концепта *Стресс*

Концепт *Стресс* в психологическом понимании – это ментальная модель, отражающая представления индивида о причинах возникновения и развития стресса и его проявлениях, определяющая выбор стратегий совладания. Концепт *Стресс* формируется в предметной среде, которая представлена условиями, содержанием и особенностями протекания стрессовых ситуаций. Особенности организации концепта *Стресс*, опираясь на подход Ю.И. Александрова с соавторами (2009), включает малодифференцированные и дифференцированные элементы субъективного

опыта. Можно предположить, что к малодифференцированным структурам представлений о стрессе относятся сенсорно-эмоциональные элементы опыта, отражающие отношения со средой в оценках «хорошо-плохо». За дифференцированными элементами стоят более сложные соотношения мира и индивида, которые могут проявляться в иерархически упорядоченных и содержательных компонентах концепта. «Формирование новых систем в процессе индивидуального развития обуславливает прогрессивное увеличение дифференцированности в соотношении организма и среды», - подчеркивают авторы (Александров, Александрова, 2010, с. 25).

В соответствии с фундаментальным положением об иерархической организации концептуальной структуры (Веккер, 2000; Волкова, 2008, 2014; Холодная, 2012, 2019) нами предложена концептуальная модель уровневой организации концепта *Стресс* (рис. 2).

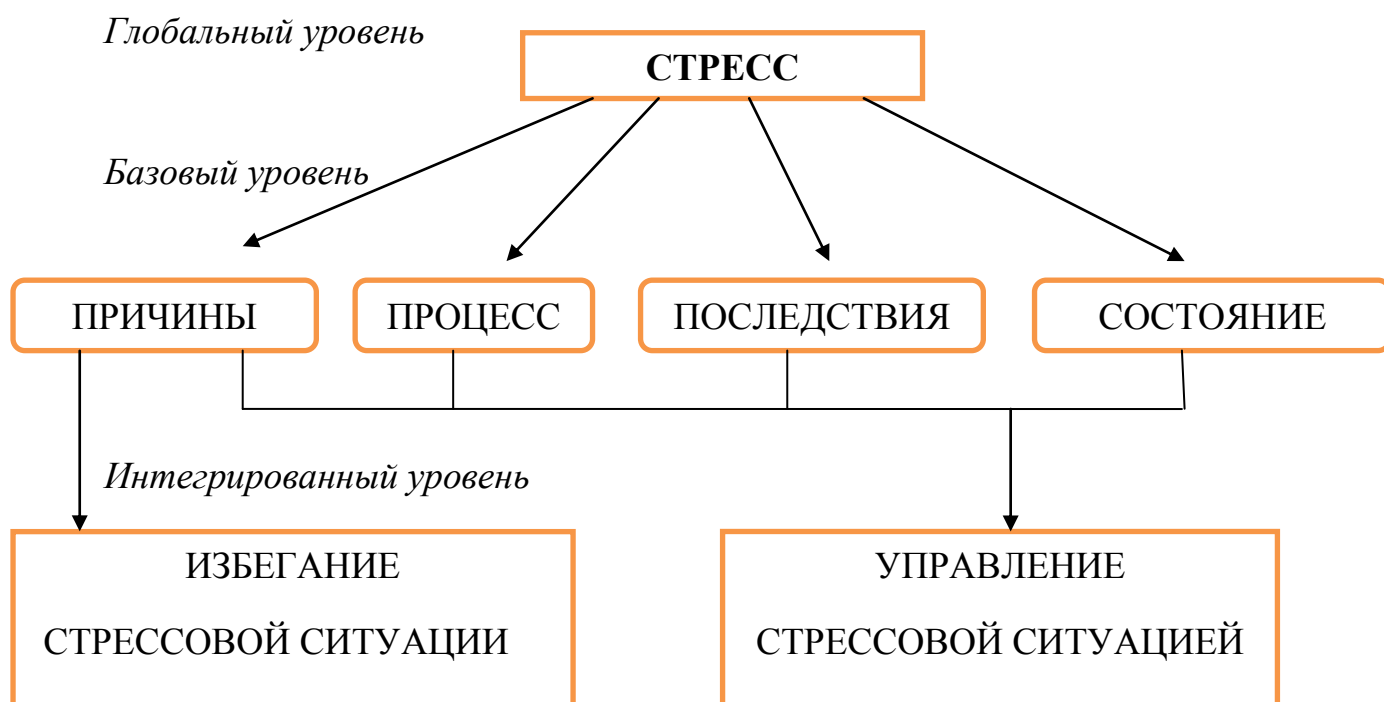


Рис. 2. Уровневая организация концепта *Стресс*

На рис.2 отражены три уровня концепта: глобальный, базовый и интегрированный. На глобальном уровне реализуется процесс

дифференциации: человек способен отличать стресс от других близких состояний. На базовом уровне подключаются процессы интеграции, позволяющие сгруппировать признаки стресса в классы, выделенные по содержательному основанию. Многообразие проявлений стресса может быть классифицировано по содержательным категориям: (1) причины – характеристики трудных ситуаций, (2) проявления или симптомы стрессового состояния, (3) последствия, (4) процесс развития стресса. Интегрированный уровень в организации концепта *Стресс* предполагает работу функциональной интеграции, проявляющуюся в выявлении связей между категориями. На интегрированном уровне концепта *Стресс* человек генерирует результат в виде субъектного или несубъектного решения (продуктивное/непродуктивное). Субъектное решение заключается в управлении стрессом, что обеспечивает преобразование трудной ситуации и как следствие развитие человека. Отказываясь от управления стрессовой (трудной) ситуации, человек теряет субъектность, реализует защитные формы поведения и демонстрирует регресс.

Для обоснования уровневой организации концепта *Стресс* категория *субъект* является определяющей. Активность субъекта, по А.В. Брушлинскому, заключается в творческой деятельности по преобразованию трудной ситуации. Сопоставляя условия, ожидания и полученные результаты, человек переоткрывает приемлемые способы достижения цели и полезного поведения в определенной культуре (в терминах Ю.И. Александрова с соавторами, 2009).

В работах Т.Л. Крюковой (2005, 2008) совладающее поведение относится к социальному поведению человека, который, выступая субъектом, сознательно и целенаправленно взаимодействует с трудной ситуацией (когда она поддается контролю) или приспосабливается к ней (когда не поддается контролю). Автор конкретизировала субъектные характеристики совладающего поведения: осознанность, целенаправленное преобразование проблемы или ее избегание, направленность на стрессовую

ситуацию, своевременность, регуляция уровня стресса. Автор утверждает, что рост субъектности в течение жизни, обусловленный лучшим пониманием самого себя, своих целей и паттернов поведения, способствует целенаправленному управлению трудными ситуациями и определяет творческий поиск адекватных вариантов решений. Напротив, возрастание непродуктивного совладания по мере взросления человека связано со снижением уровня субъектности и активизации малоэффективного поведения. Совладающее поведение, по мнению Т.Л. Крюковой, является «зеркалом» его субъектной активности (Крюкова, 2008, с. 89). Исследователь подчеркивает, что пассивная позиция человека не способствует становлению полноценного стиля совладающего поведения – только активность «преобразуют бытие (окружающий мир, ситуацию, себя в этой ситуации)» (Крюкова, 2005, с. 13).

В работах Е.А. Сергиенко (2008) показано, что регуляторной функцией субъекта выступает контроль поведения. Эффективность контроля поведения связана с возможностями реализации психических ресурсов для решения жизненных задач, значимость которых определяется субъектом на основе смыслов и ценностей личности, им же отбираются осознанно и/или неосознанно стратегии их решения (Сергиенко, 2008, с. 71). Высокий уровень контроля поведения обеспечивает использование преимущественно продуктивных стратегий совладания, поскольку имеет тесные связи с эмоциональной регуляцией (там же, с. 79). Согласованность взаимодействия структур порождает зрелые формы поведения, осуществляя адаптацию в процессе развития, деятельности и жизни субъекта.

Причинами стресса могут выступать разнообразные внешние и внутренние факторы, приводящие к напряженному состоянию человека. В.А. Абабков и М. Перре (2004) разработали единые параметры для оценки объективного и субъективного контекста стрессовой ситуации: валентность, контролируемость, неопределенность, изменчивость, повторяемость. Внешние факторы характеризуют особенности объективированного

контекста жизни человека. К таким трудностям относятся: смерть супруга, тяжелая болезнь члена семьи, потеря работы, финансовые трудности, рождение ребенка и т.д. (цит. по: Гринберг, 2002). А.В. Либина (2008) разработала классификацию сложных ситуаций в зависимости от доминирующего фактора (конфликт, опасность, травма, противоречивость условий и т.д.). В аспекте профессионального стресса факторы развития связаны с содержанием и организацией труда, особенностями корпоративной культуры и стилем руководства, рабочими перегрузками и ролевыми позициями (Леонова, 2004; Картрайт, Купер, 2004; Купер и др., 2007). Учебная деятельность студентов характеризуется специфическими стрессогенными факторами (Емельянов, 2001; Крюкова, 2005; Ломтатидзе, Ершова, 2011). Повседневные стрессоры могут быть классифицированы по жизненным сферам: работа, межличностное общение, нарушение планов, финансы, планирование, семья, внешняя среда и т.д. (Головей и др., 2018).

Внутренние причины – стрессоры психологического контекста – связаны с когнитивной оценкой внешних требований и трудных ситуаций (Битюцкая, 2007; Лазарус, 1970; Холодная и др., 2007), а также с имплицитной установкой на стресс в целом (Макгоникалл, 2018). По Р. Лазарусу, когнитивная оценка трудной ситуации дифференцируется на вредную (*loss*), угрожающую (*threat*) и развивающую (*challenge*). Имплицитные представления о стрессе классифицируются на позитивные (*полезный стресс*) и негативные (*вредный стресс*) (цит. по: Макгонигал, 2018). Е.В. Битюцкая (2007) дифференцировала общие и частные признаки трудной ситуации, выделяемые при когнитивном оценивании. К общим признакам трудной ситуации относятся значимость, беспокойство, повышенные затраты собственных усилий; частные признаки зависят от типа и содержания ситуации. Для молодежи неподконтрольность, неопределенность, необходимость быстрого реагирования, трудности в прогнозировании и принятии решений, оценка недостаточности собственных знаний и опыта являются частными признаками трудной ситуации. М.А.

Холодная (2008) в терминах интеллектуального контроля выделила две пересекающиеся ментальные шкалы оценки трудной ситуации. Шкала «разрешимость – неразрешимость» отражает представления человека о возможности устранения ситуации; шкала «преодолимость – непреодолимость» – оценка человеком своих ресурсов для преодоления трудностей. Следовательно, понятие субъективной трудности в первую очередь определяется значимостью ситуации для человека (Анцыферова, 1994).

Анализ литературных данных свидетельствует о том, что *состояние стресса* проявляется в сдвиге от нормального состояния в сторону напряженного и дискомфортного. Разнообразные симптомы стресса изучены на нейрогуморальном, физиологическом, эмоциональном, когнитивном, мотивационном, социально-психологическом уровнях (Аббков, Перре, 2004; Бодров, 2006; Китаев-Смык, 1983; Сапольски, 2015; Селье, 1992). Профессиональный стресс как частный вид психологического стресса имеет свою специфику и отличается от таких неблагоприятных функциональных состояний как монотония, утомление, психическое пресыщение (Леонова, Величковская, 2002). Проявления острой стрессовой симптоматики в аспекте профессиональной деятельности выражаются в физиологическом дискомфорте, когнитивной и эмоциональной напряженности, затруднениях в поведении и общении, ухудшении общего самочувствия (Леонова, 2006).

Категория *последствия* отражает представления человека об отсроченных эффектах стресса. Последствия могут выражаться в позитивных или негативных проявлениях (*эустресс* и *дистресс* по Г. Селье). Негативные эффекты связаны с нарушением физического здоровья, психического благополучия, ухудшением показателей выполняемой деятельности человека, а также изменением в функционировании групп и т.д.

Посттравматическое расстройство является проявлением психической дезадаптации, возникающей вследствие воздействия экстремальных и психотравмирующих стрессоров высокого уровня интенсивности

(Тарабрина, 2009). В трудовой деятельности негативные последствия проявляются в развитии специфических заболеваний (Касл, 1995), деформаций типа А поведения, синдрома выгорания и т.д. (Водопьянова, Старченкова, 2005; Леонова, 2004). Последствиями стресса в семье могут выступать нарушение семейной целостности и снижение общего благополучия (Куфтяк, 2008, 2011).

Категория *процесс* включает представления человека об особенностях протекания стресса: развернутости во времени, интенсивности и стадиях формирования. Развернутость во времени отражает динамическую характеристику стрессовых ситуаций, проявляющуюся в продолжительности и повторяемости (Абабков, Перре, 2004). Интенсивность процесса связана с силой воздействия стрессоров и степенью активизации ресурсов. По мнению Г. Селье, экстренная мобилизация на угрозу связана с активацией поверхностной энергии; компенсаторные механизмы включаются в ответ на длительный стрессор и задействуют глубинную энергию (Селье, 1992). Стадии формирования стресса описаны в теории общего адаптационного синдрома (там же), комплексной стратегии анализа профессионального стресса (причины – субъективная оценка трудовых задач – острый стресс – хронический стресс и профессиональные деформации) (Леонова, 2004).

Категория *управление* включена в организацию концепта *Стресс* по ряду причин. Во-первых, проблема когнитивного оценивания трудной ситуации обсуждается исследователями в аспекте выбора стратегий совладания (Битюцкая, 2007; Иванова, 2013; Макгонигалл, 2018; Лазарус, 1970; Холодная и др., 2007; Hobfoll, 1989). Во-вторых, результативный аспект концептуализации – особенности концептуальной модели трудной ситуации – рассматривается как фактор совладающего поведения (Холодная, Хазова, 2017). Категория *управление*, сформированная в концепте *Стресс*, является результатом успешной ментальной деятельности субъекта по преобразованию стрессовых ситуаций. В-третьих, сформированный интегрированный уровень отражает зрелость концептуальной структуры

Стресс и способствует зрелым формам совладания, выражающимся в согласованном взаимодействии копинг-стратегий между собой.

Подробное описание содержательных категорий концепта *Стресс* обусловлено диагностической процедурой, с помощью которой будут оцениваться особенности организации концепта *Стресс* у молодежи разных культур.

Таким образом, психологическое и психолингвистическое исследование концепта *Стресс* позволяет определить особенности организации представлений человека о стрессовых ситуациях, а также выявить паттерны совладания в зависимости от уровня сформированности концептуальной структуры и содержательной дифференцированности представлений о стрессе.

1.2.3.Соотношение когнитивной оценки трудной (стрессовой) ситуации и стратегий совладания

Проблема когнитивного оценивания трудной ситуации как важной составляющей процесса преодоления психологического стресса была сформулирована Р. Лазарусом в 60 гг. XX в. (Lazarus, Folkman, 1984). Согласно процессуальной концепции Р. Лазаруса, субъективное восприятие ситуации и ее когнитивная оценка (primary cognitive appraisal) определяет выбор совладающих стратегий проблемно- и/или эмоционально-ориентированного стилей (secondary cognitive appraisal) (Lazarus, 1966; Лазарус, 1970). Категоризация конкретной трудной ситуации как угрожающей и тревожной приводит к переживанию психологического стресса и осознанному реагированию на него. Например, J.P.Vjorck & L.H. Cohen (1993) конкретизировали, что оценка трудной ситуации как угрозы способствует активизации проблемно-ориентированного и религиозного совладания; эмоциональная и социальная поддержка востребуется значительно реже. Если стрессовая ситуация категоризируется как вызов, то

индивид в большей степени демонстрирует проблемно-ориентированный копинг, чем обращение к религии и позитивной переоценке. В рамках транзактного подхода когнитивная оценка является медиатором между личностью и средой (Lazarus, 1982); совладание обусловлено преимущественно ситуационными переменными и рассматривается как «реактивный процесс, наступающий вслед за стрессовым стимулом» (Иванова, 2013, с. 121). Конструкт *когнитивная оценка трудной ситуации* расширил представления ученых о психологической природе стресса и закрепил факт существования субъективной реальности (наряду с физиологическими механизмами) в ситуациях угрозы.

Роль прошлого опыта в когнитивном оценивании трудной ситуации описывалась в работах Р.Р. Гринкера и Дж.П. Шпигеля (1945 г.), в которых показано: умственная оценка трудной ситуации предполагает «анализ, установление различий и выбор действий, основанный в значительной степени на прошлом опыте» (цит. по: Битюцкая, 2013, с. 41). М. Арнолд (50-60-е гг.) указала на существование процессов разной степени осознанности в когнитивном оценивании – быстрый интуитивный процесс и длительная осознанная рефлексия, которые могут протекать одновременно.

По С.К. Нартовой-Бочавер, «психологическая ситуация представляет собой единство внешних условий и их субъективной интерпретации, ограниченное во времени и побуждающее человека к определенной активности. Ситуация – это психологические «окрестности» события внутреннего мира, которое может иметь различную значимость в масштабе жизненного пути субъекта, тяготеть как к поворотному событию, так и к повседневности, привычкам обыденного существования. Ситуация содержит сложный клубок намерений и притязаний субъекта, она детерминирована его предшествующим поведением и обращена в будущее посредством предъявления новых требований к субъекту и ситуации» (Нартова-Бочавер, 1997, с. 21).

Дальнейшие исследования психологических механизмов когнитивного оценивания трудных ситуаций сфокусировались на дифференциации условий и факторов, определяющих выбор стратегий совладания. В концепции С. Хобфолла (1989) продемонстрирована связь субъективной оценки ресурсов и копинг-стратегий. Переживание стресса как результата угрозы потери ресурсов купируется пассивными стратегиями (Иванова, 2013; Hofboll, 1989). Восприятие трудной ситуации как субъективно безвыходной (неподконтрольной и непонятной) способствует избегающему поведению и отсутствию усилий, направленных на изменение ситуации (Битюцкая, Баханова, Корнеев, 2015).

Определяющим в понимании стрессовой ситуации, по Л.И. Анцыферовой, является возможная потеря ценности. Для того, чтобы сохранить, защитить, утвердить данную ценность, субъект прибегает к различным приемам изменения ситуации. «Чем более значительное место в смысловой системе личности занимает находящийся в опасности объект и чем более интенсивной воспринимается личностью угроза, тем выше мотивационный потенциал совладания с возникшей трудностью» (Анцыферова, 1994, с. 5).

Е.С. Битюцкая (2007а, 2007б) разработала критерии когнитивного оценивания трудной ситуации и их связь с особенностями совладания. К ним относятся: значимость, неподконтрольность, неопределенность, недостаточная прогнозируемость, динамичность, а также сопоставление собственных ресурсов и опыта с трудными ситуациями. Например, оценка неподконтрольности и неопределенности ситуации способствует активизации защитного копинга; ощущение сложности в принятии решения и дефицита ресурсов приводит к просоциальному совладанию; «видение» ситуации в будущем активизирует активное преодоление. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации, по Е.В. Битюцкой, определяется как процесс субъективного восприятия и интерпретации, в результате чего формируется субъективная картина ситуации, представленная в

индивидуальном сознании. В работах Е.В. Битюцкой показано, что прогнозируемость ситуации значимо коррелирует с активным копингом: более точный прогноз о развитии событий стимулирует обдумывание способов реагирования на возникшие затруднения и детальное планирование действий. Субъект пытается избежать решения проблемы, когда испытывает трудности в выборе адекватного варианта, а также при отсутствии четкой цели и ясной программы дальнейших действий. Кроме того, выявлена связь данного фактора со стратегией обращения за помощью: чем выше трудность принятия решения, тем чаще человек привлекает других людей и пытается обговорить ситуацию (Битюцкая, 2011). Автор подчеркивает, что «большое значение имеют имплицитные представления испытуемых о возможных основаниях для категоризации ситуаций» (Битюцкая, 2007, с. 20).

К. Макгонигал (2018) выделила стратегии взаимодействия человека со стрессовыми ситуациями в зависимости от его имплицитных представлений. Имея позитивные представления о стрессе, субъект ориентирован на преобразование стрессовой ситуации. В то время как негативные представления о стрессе способствуют пассивному избегающему поведению.

М.А. Холодная (2007, 2008, 2012) разработала «систему координат», в которой показаны особенности выбора копинг-стиля в зависимости от оценки трудной ситуации. Человек применяет проблемно-ориентированные стратегии при восприятии ситуации как «разрешимая и могу справиться». Мобилизационные стратегии активизируются при оценке трудной ситуации как «неразрешима, но я могу справиться». Социотропное совладание востребуется при неспособности самостоятельно преодолеть затруднения и неуверенности в разрешимости ситуации. Эмоционально-доминантное совладание применяется при восприятии ситуации как «неразрешима/не могу справиться». Достоинством этого подхода является изменчивость характера субъективной оценки и вариативность совладающего стиля.

Л.И. Анцыферова (1994) утверждает, что главным результатом когнитивного оценивания является заключение человека о подконтрольности

трудной ситуации. Если человек ощущает контроль над ситуацией, то он использует конструктивные (преобразующие) стратегии. Согласно исследованиям Т.Л. Крюковой (2005), в неконтролируемых или не достаточно контролируемых ситуациях индивиды не могут применять стратегии, направленные на активное преобразование ситуации и прямое воздействие на источник стресса. В таких случаях они обращаются к пассивным позитивным стратегиям (*Позитивный фокус, Духовность* в методике «Юношеская копинг-шкала») или социальному копингу. С.К. Нартова-Бочавер (1997) отмечает, что в неконтролируемых ситуациях инструментальные и эмоциональные копинг-стратегии могут быть эффективными, «парадоксальным образом снижая невротизацию личности» (Нартова-Бочавер, 1997, с. 25).

Представленные подходы зарубежных и отечественных ученых вносят существенный вклад в понимание сложной природы восприятия и интерпретации трудной ситуации. Однако анализ соотношения между первичной когнитивной оценкой и копинг-стратегиями является «привязанным» к характеристикам конкретной ситуации и не учитывает накопленный (ментальный) ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций. Психологический анализ концептуального опыта совладания со стрессовыми ситуациями позволяет преодолеть указанное ограничение.

Процесс концептуализации обеспечивает анализ ситуации, выделение ее существенных и отличительных признаков, ее категоризацию, выявление причинно-следственных связей при ее объяснении, вариативную интерпретацию происходящего и т. д. Особенности концептуализации происходящего проявляются в том, что люди по-разному оценивают и интерпретируют одну и ту же ситуацию, объект, событие. Благодаря процессу концептуализации субъект наделяет объекты внешней и/или внутренней среды ресурсным значением, приписывая им смысл (личностную значимость) и ценность (полезность) для достижения определенных (позитивных) результатов (Хазова, 2014; Холодная, 2015). Концептуализация

ситуации как угрожающей, неконтролируемой, безысходной способствует истощению ментальных ресурсов и, как следствие, реализации непродуктивного совладания. Качество концептуализации обусловлено уровнем сформированности понятийных (концептуальных) способностей.

1.2.4. Мера дифференцированности и иерархичности концепта *Стресс как факторы совладающего поведения*

Особенности вербально-смысловой регуляции поведения и деятельности осмысливалось в трудах известных физиологов, психофизиологов и психологов. Так, И.П. Павлов (1947) утверждал, что слово является «сигналом сигналов»; оно представляет собой реальный условный раздражитель наряду с перво-сигнальными раздражителями. Согласно концепции Л.С. Выготского, слово выступает необходимым условием для образования понятий. Слово является средством активного выделения вниманием, абстрагирования и фокусировки на отдельных признаках воспринимаемых объектов (Выготский, 1956).

В монографии Н.И. Чуприковой показано, что словесные сигналы представляют собой сигналы высших обобщенно-отвлеченных результатов познания и осуществляют высшую регулирующую функцию (Чуприкова, 1985). При реагировании на вербальные стимулы активизируется вся вербально-смысловая система слов и понятий. «При этом одни ее элементы приходят в состояние возбуждения, ведущего к достижению полезного результата деятельности, а другие, наоборот, блокируются тормозным процессом», – подчеркивает Н.И. Чуприкова (Чуприкова, 2019, с.291).

В работах Е.В. Волковой отмечается, что слово является фактором регуляции и концептуализации жизнедеятельности человека (Волкова, 2008). Концепт как психическая модель внешнего мира во внутреннем мире человека «с определенной мерой приближения связана со специфическим классом нервно-мозговых процессов» (Волкова, 2018, с. 218).

Концептуальные структуры, стоящие за разными словами-знаками, формируются в актах суждения и транслируются от поколения к поколению посредством слова в процессе обмена между людьми результатами познавательной деятельности. Концептуализация представляет собой процесс построения концепта, особенности организации которого обуславливают успешность адаптации человека к условиям среды и продуктивность его жизнедеятельности.

Понимание концепта *Стресс* как носителя психических свойств субъекта совладания позволяет обратиться к таким показателям как *мера дифференцированности* и *мера иерархичности* концепта. Первый показатель – *мера дифференцированности* – связан с содержательной организацией концепта *Стресс* и отражает разнообразие признаков, описывающих категории (*причины, состояние, последствия, процесс, управление*). *Мера иерархичности* концепта *Стресс* представляет собой уровень обобщенности признаков в структуре индивидуальных представлений о стрессовых ситуациях. Сложность семантического поля и визуального прототипа концепта связана с соотношением видовых и родовых признаков, которое свидетельствует о зрелости или незрелости концептуальной структуры.

Мера дифференцированности сопоставима с понятием *тонкое различительное чувство* (в терминах Н.И. Чуприковой), которое отражает дискриминативную способность мозга. Под дискриминативной способностью мозга автор понимает «разграничение сложных ансамблей возбуждения, являющихся результатом взаимодействия и синтеза непосредственных сигнальных афферентаций и словесных сигналов предварительной инструкции» (Чуприкова, 2019, с. 218). Согласно данной концепции, индивидуальные различия проявляются в скорости различения и реакций выбора у человека, обусловленные способностью мозга к нахождению сходства и различий разного рода стимулов-объектов.

Мера иерархичности концепта может сравниться со степенью сложности индивидуальной конструктивной системы, рассмотренной в

концепции Дж. Келли (Келли, 2000). Субъект, имеющий низкую степень сложности индивидуальной конструктивной системы, характеризуется упрощенной моделью реальности и ограниченным набором субъективных измерений. В то время как высокая степень сложности индивидуальной конструктивной системы заключается в построении субъектом многомерной модели реальности и выделением в ней разных сторон.

В работе Ю.И. Александрова с соавторами (2009) показано, что дифференцированные элементы характеризуют более сложные отношения со средой, определяют конкретный выбор среди альтернатив и обуславливают особенности поведения.

Согласно концепции Н.И. Чуприковой, развитие дифференцированности репрезентативно-когнитивных психологических структур происходит за счет увеличения количества размерностей (репрезентация разных свойств и отношений) и увеличения структурных уровней (Чуприкова, 2007).

В монографии М.А. Холодной (2012) рассматривается соотношение дифференцированности и иерархизированности семантики концепта как развертывание ментального пространства по горизонтали (множество предметно-предикативных признаков) и по вертикали (множество разнообобщенных категориальных признаков).

В литературе представлен ряд эмпирических исследований, обсуждающих особенности организации разных концептов – нейтральных, эмоционально-значимых, профессиональных. Уменьшение иерархизированности («уплощение») вербальной и визуальной семантики наблюдается в случае эмоционально значимого понятия *Болезнь* по сравнению с нейтральным концептом *Почва* (Холодная, 2012, с. 119). Анализ концепта *Работа* выявил низкий уровень обобщенности визуального компонента у молодых людей (Волкова, Тен, 2017). В исследованиях Е.В. Волковой показано, что зрелость концепта *Вещество* соотносится с высокой точностью и высокой скоростью ответа (Волкова, 2015); детализированный

уровень концептуальных структур химии обеспечивает избирательность внешних воздействий благодаря целевому соотношению внешних и внутренних условий бытия (Волкова, 2017).

Анализ особенностей организации концепта *Стресс* и соотношения индивидуально-психологических представлений о стрессовых ситуациях со стратегиями совладания был проведен на сотрудниках современных российских организаций. В цикле исследований показано, что рабочие завода и операторы контакт-центра достоверно отличаются по особенностям организации концепта *Стресс* (Куваева, 2019, 2020), несмотря на то, что они имеют схожие профили профессионального стресса (Куваева, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014; Куваева, Агапова, 2018, 2019). В частности, специалисты по работе с клиентами характеризовались большей дифференцированностью признаков и более длинными ассоциативными рядами; они чаще фиксировали особенности стрессового состояния, негативные последствия и особенности протекания стрессовых ситуаций. Содержательные категории *причины* и *управление* одинаково представлены в структуре концепта *Стресс* у операторов и рабочих завода. Визуальные портреты концепта у респондентов обеих групп отражали преимущественно обобщенные признаки стресса (Куваева, 2018, 2019), однако 20 % операторов рисовали стрессоры, связанные с трудовой деятельностью (Куваева, 2018б).

В ряде собственных работ показано соотношение особенностей организации концепта *Стресс* и копинг-стратегий у представителей традиционного и инновационного монотонного труда. На примере стратегии *социальная поддержка* продемонстрировано, что она является значимым ресурсом для рабочих завода, имеющих недифференцированный концепт (Куваева, 2019). В то время как специалисты по работе с клиентами применяли данную стратегию как активный способ управления стрессовыми ситуациями (Куваева, 2018а).

Анализ взаимосвязи между особенностями организации концепта *Стресс* и уровнем стресса (шкала TV0 «Интегральный показатель

профессионального стресса» в методике ИДИКС А.Б. Леоновой) выявил, что персонал, испытывающий выраженный или высокий стресс на работе, отличался разнообразными представлениями о стрессовых ситуациях. Структура концепта *Стресс* у сотрудников с выраженным профессиональным стрессом достоверно чаще содержала категорию *управление*. В то время как персонал с умеренным и высоким уровнями профессионального стресса статистически реже фиксировали данную категорию в структуре концепта *Стресс* (Куваева, 2020).

В литературе представлены исследования, отражающие связь совладающего поведения с показателями концептуальных структур и концептуальных способностей. Установлено, что интеллектуально одаренные старшеклассники в отличие от обычных сверстников являются более продуктивно-направленными в разрешении затруднений (Хазова, 2014). Студенты с высоким уровнем концептуальных способностей активно используют преимущества эмоционально- и социально-ориентированных копингов (Алексапольский, 2008; Холодная, 2012). Пожилые люди с высокими показателями сформированности концептуальных структур отличаются вариативностью и мобильностью социальных и эмоциональных стратегий (Холодная, 2012). Как отмечают исследователи, «лица с высокими понятийными способностями отличаются более выраженной направленностью на концептуализацию происходящего: в условиях отсутствия необходимой информации они готовы породить некоторое новое ментальное содержание, в котором воспроизводится объективированная «ментальная картина» события в единстве его отличительных, категориальных и существенных признаков» (Холодная, Хазова, 2017, с. 9). Таким образом, литературные данные свидетельствуют о том, что при столкновении со стрессовыми ситуациями люди с развитыми концептуальными способностями склонны видеть проблему в широком контексте, анализировать разные стороны ситуации и конструктивно находить оптимальные способы управления затруднениями.

Проблема зрелого совладающего поведения является дискуссионной в психологии и разрабатывается в аспекте формально-динамических свойств индивидуальности, интеллектуальных и диспозиционных переменных. В работе А.В. Либиной (2008) описаны ключевые признаки зрелого совладания: активная предметно-ориентированная поведенческая активность, высокая социальная психомоторная направленность, гибкость мышления, сдерживание конкурирующей деятельности и импульсивных поступков. В то время как незрелые формы совладания характеризуются стереотипностью решений и переключением на другую активность (Либина, 2008).

В исследованиях Т.В. Корниловой (2010) показано, что высокий вербальный интеллект связан с отказом от избегания; испытуемые, уверенные в возможности интеллектуального и личностного роста, реже применяют эмоционально-ориентированные стратегии.

В докторской диссертации Т.Л. Крюкова (2005) выявила соотношение диспозиционных переменных и особенностей совладания: чем выше уровень обобщенности и сложности личностной переменной (самоотношение, жизненные смыслы, ответственность), тем чаще она выступает предиктором проблемно-ориентированного совладания. В то время как выбор менее продуктивных копинг-стилей обусловлен менее обобщенными качествами (уровень субъективного контроля, депрессивность, тревожность).

Результаты теоретического анализа содержательной структуры концепта *Стресс* и обзора исследований о соотношении оценки трудной ситуации с копинг-стратегиями представлены в Таблице 1.

**Особенности совладающего поведения в зависимости
от концептуализации стрессовых ситуаций**

Аспекты концептуализации стрессовых ситуаций	Когнитивные ориентации	
	Управление	Избегание
<i>Содержательные переменные ситуации</i>		
Причины (источники изменений и воздействий)	Внимание и анализ элементов ситуации	Отрицание стрессора, отсутствие анализа
Состояние (сдвиг от нормального)	Повышение стрессовой симптоматики	Уменьшение стрессовой симптоматики
Последствия (отсроченные эффекты)	Долгосрочная перспектива, влияние на результат	Краткосрочная перспектива, отсроченность результата
Процесс (особенности протекания)	Контролируемость	Неконтролируемость
<i>Субъектные переменные</i>		
Личностный смысл	Персональная ответственность, мотивация на разрешение ситуации	Отказ от ответственности, мотивация избегания
Имплицитная установка на стресс	Позитивная	Негативная
Стиль поведения	Активное взаимодействие со стрессовой ситуацией	Отвлечение от ситуации

В параграфе 1.3.1 подробно рассматривался вопрос об особенностях категоризации трудной ситуации и выбора стратегий совладания. В аспекте концептуализации важно понимать, каким образом человек ментально (когнитивно) перерабатывает информацию и какие факторы оказываются значимыми. Концептуализация стрессовых ситуаций может быть проанализирована через содержательные и субъектные переменные. *Концептуализация содержательных характеристик ситуации* заключается в степени «участия» когнитивных процессов (восприятия, внимания,

мышления) и в разном поведении человека в осложненных условиях жизни. В ряде исследований (Bruner, Postman, 1947; Ebata, Moos, 1991; Kahnemann, 1973; Mullen, Suls, 1982; Shontz, 1975) показано, что избегающий копинг связан с перцептивной защитой, которая проявляется в дефиците восприятия угрожающего стимула, невнимательности к элементам ситуации, отказом от размышления о травме и ее последствиях. В то время как наступательное поведение (encounter) выражается в когнитивном и эмоциональном приближении к стрессору, перцептивной бдительности (vigilance) и сосредоточением на разных элементах стрессовой ситуации. Восприятие процесса и последствий ситуации как неконтролируемых и незамедлительных (или краткосрочных) способствует избегающему совладанию; в то время как стратегии приближения (attention approach strategies) способствуют контролю процесса и оценке последствий в долгосрочной перспективе (Lazarus, 1983; Mullen, Suls, 1982; Roth, Cohen, 1982). В работах Byrne (1964), Bell & Byrne (1978) подчеркивается соотношение между копинг-поведением и стрессовым состоянием: избегание угрожающего стимула уменьшает стресс и тревогу; сближение с трудной ситуацией – повышает стресс, при этом увеличивается контроль над ситуацией и появляется возможность ее изменения в интересах субъекта.

Анализ когнитивных стратегий переработки стрессовой информации позволяет выделить преимущества и издержки каждого типа совладающего поведения (Cohen, Lazarus, 1973; Roth, Cohen, 1986; Janis, 1958, 1977, 1982). Исследователи отмечают, что у проблемно-ориентированного копинга выделяется больше преимуществ, в то время как избегающее совладание характеризуется большими негативными последствиями. К преимуществам совладания по типу *сближение со стрессором* относятся внимательность, тщательная детальная оценка, активный поиск новой информации, целенаправленная деятельность, персональная ответственность и ощущение влияния на угрозу. Среди «затрат» проблемно-ориентированного копинга выделяются увеличение дистресса и непродуктивное беспокойство, которые

при ориентации на стрессор «когнитивно и эмоционально перерабатываются». К преимуществам избегающего копинга относится уменьшение проявлений стресса и усиление надежды на удачное стечение обстоятельств; к «издержкам» – недостаточное понимание стрессора и его последствий, отказ от персональной ответственности и целенаправленной деятельности, что провоцирует повторение ситуаций, вызывающих стресс. Ряд авторов отмечают, что уменьшение негативной симптоматики при избегающем поведении носит временный характер, отрицание стрессовой ситуации в долговременной перспективе поддерживает или укрепляет психологическое неблагополучие (Рассказова, Гордеева, Осин, 2013).

В работах Н.А. Сироты и В.М. Ялтонского (1994) показано, что преобладание избегающих стратегий над стратегиями разрешения проблем и поиска социальной поддержки относится к признакам дезадаптивного совладания. При таком соотношении копинг-стратегий человек недостаточно осознает стрессовое воздействие (в наших терминах *причины трудной ситуации*), демонстрирует мотивацию избегания неудач и совладание, не ориентированное на разрешение трудной ситуации.

Анализ литературных данных позволил выделить *субъектные переменные* в концептуализации стрессовых ситуаций, которые связаны с субъективной значимостью и базовыми убеждениями на стресс. Личный смысл играет ключевую роль в формировании активной жизненной позиции, обуславливает всесторонний и адекватный анализ возможностей и путей достижения поставленных целей (Волкова, 2017). Активно взаимодействуя и преобразуя стрессовую ситуацию, субъект порождает новое ментальное пространство – новые смыслы и новые возможности для дифференцированного взаимодействия с миром. Совладающее поведение дает человеку возможность опережающего отражения трудной ситуации, антиципации последствий собственных действий при ее разрешении или приспособлении к ней (Крюкова, 2008, с. 93).

Субъект как источник самоорганизации может привлекать разные ресурсы для преобразования стрессовой ситуации. Например, индивидуальный проблемно-ориентированный копинг связан с принятием персональной ответственности, самостоятельной работой над ситуацией и состоянием; коллективный копинг – опора на внешние ресурсы и привлечение людей для разрешения затруднений. В работах Т.Л. Крюковой (2008) подчеркивается, что стиль совладания имеет специфику, связанную с многоальтернативным выбором способа поведения при стрессе. Субъект может проводить опережающий анализ последствий (антиципация) и предпочитать наиболее продуктивные стратегии в определенном контексте в конкретное время. Недизъюнктивность (в терминах А.В. Брушлинского) процесса совладания проявляется в непрерывности субъектной активности до момента разрешения или приспособления к стрессовой ситуации.

Для анализа продуктивности и непродуктивности совладающего поведения целесообразно рассмотреть еще одну размерность в структуре субъекта совладания – смысловую реальность. По Д.А. Леонтьеву (2003), смысловая реальность является многомерной и одновременно включена в несколько систем отношений. Согласно С.Л. Рубинштейну, объекты и явления действительности представлены субъекту в образе, который отражает реальные жизненные отношения между субъектом и объектом. Конструкт *личностный смысл* как составляющая индивидуального сознания, характеризуется пристрастностью и демонстрирует особенности взаимосвязи «потребностно-мотивационной сферы субъекта с реальностью его жизни в мире» (Леонтьев А.Н., 1977, с. 153). Под смыслом понимается «отношение между субъектом и объектом» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 165), которое характеризуется конкретной направленностью и выделением объекта в образе мира, а также личностной значимостью объекта в жизни субъекта.

Рассмотрение проблемы концептуализации стрессовых ситуаций в терминах смысловой реальности акцентирует внимание на том, что активная позиция человека в трудных ситуациях активизирует процессы

смыслостроительства (в терминах Д.А. Леонтьева). Восстановление смыслового соответствия сознания и бытия субъекта осуществляется за счет творческой перестройки прежних связей, «которая включает соизмерение, соподчинение и упорядочивание отношений субъекта с миром» (Д.А. Леонтьев, 2003, с. 269), обеспечивающая повышение осмысленности жизни (Василюк, 1984). Разрешение стрессовой ситуации предполагает трансформацию смысловой реальности личности в соответствии с трансформировавшимися жизненными отношениями. Активное управление субъекта событиями жизни требует избирательного отношения к внешним воздействиям (существенным или несущественным) и к «нюансам», критически важным для разрешения проблемной ситуации. Указанные условия – избирательное отношение к внешним воздействиям и учет деталей – обеспечиваются сформированными концептуальными структурами (Волкова, 2017), которые обуславливают особенности поведения человека. Избегание стрессовых ситуаций связано с пассивной позицией человека и отсутствием личностного смысла, что приводит к снижению «сопротивляемости, избирательности по отношению к внешним воздействиям или простому приспособлению к ним» (Рубинштейн, 2003, с. 403).

Трудность однозначного определения продуктивности конкретной копинг-стратегии связана с тем, что одно и то же поведение может скрывать разный смысл. Рассмотрим данный аспект на примере религиозного и духовного совладающего поведения.

Анализ литературных данных демонстрирует, что обращение к религии в стрессовых ситуациях характеризуется разной ресурсной ролью: переосмысление трагических событий, поиск новых источников силы (Pargament, 1997; Pargament et al. 2013); обретение эмоционального комфорта, контроль импульсов и саморегуляция (Шаньков, 2015); поиск оптимального решения проблемы (Koenig et al. 1998, p. 513); смягчение эмоциональных последствий от нахождения в стрессовой ситуации (Koenig et al., 2001). Духовное совладание в отличие от религиозного имеет отношение

к сфере сакрального: событие воспринимается как часть более широкой картины или этап в достижении цели (Gall, Guirguis-Younger 2013). При этом подчеркивается, что религиозность противопоставляется вытеснению и избеганию столкновения с реальностью.

Понимание религии как когнитивной схемы (Taylor Newton, McIntosh, 2010) позволяет предположить, что различия в конкретных религиозных верованиях влияют на то, как люди понимают стрессовые события. Концептуализация стрессовых ситуаций в аспекте религиозного совладания может быть рассмотрена в позитивном и негативном аспектах. На основании данных масштабного метаанализа (Ano, Vasconcelles 2005) отмечается, что позитивное религиозное совладание связано с духовной близостью и поддержкой, положительной переоценкой ситуации и чувстве общности с другими. Негативное религиозное совладание проявляется в рассмотрении трудной ситуации как результата действия злых сил и восприятие Бога как карающего. Выбираемый тип религиозного совладания соотносится с разными последствиями: позитивная религиозная поддержка приводит к физическому и психологическому благополучию, негативная – к повышению депрессии, тревоги и дистрессу. Необходимо отметить, что обращение к религиозному копингу зависит как от ситуационных (Maynard, Gorsuch, Bjorck, 2001), так и от культурных факторов (Шаньков, 2015).

Завершая данный параграф, подчеркнем ведущую роль вербально-смысловой регуляции в концептуализации совладающего поведения. Концепт *Стресс*, стоящий за словом, представляет собой коррелят индивидуальной картины мира; особенности организации концепта *Стресс* обуславливают взаимодействие стратегий в структуре совладания. Концептуальный опыт преодоления стрессовых ситуаций определяется мерой дифференцированности и мерой иерархичности концепта *Стресс*. Смысловая реальность субъекта трансформируется в трудных ситуациях, что приводит к порождению новых смыслов и становится значимым фактором в выборе стратегий при преодолении затруднений.

Культура как «поле коллективных смыслов» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 412) формирует концепты, которые «существуют по-разному в разных слоях, и в этих слоях они по-разному реальны для людей данной культуры», – уточняет Е.В. Волкова (Волкова, 2015, с. 145). В понимании Н.И. Чуприковой сознание является культурно-групповым и общественным феноменом: «люди ... непрерывно обмениваются результатами своей индивидуальной отражательной психической деятельности... На этой основе в ряду поколений происходит постоянное накопление, аккумуляция результатов отражательной деятельности мозга отдельных индивидов» (Чуприкова, 1985, с. 180), что способствует накоплению культурных инноваций (Фитч, 2013).

1.3. Роль этнокультурной группы в концептуализации стрессовых ситуаций

1.3.1. Понятие этнокультурной группы

В современной науке представлена дискуссия о феноменах *этнос* и *культура*, их отличительных признаках и соотношении между собой (Герасименко, 2015). Термин *этнос* используется для обозначения любых этнических общностей: группа людей осознает себя членами общества и имеет согласованное мнение об этнодифференцирующих признаках (Стефаненко, 2009). В работе Л.Г. Почебут (2012) подчеркивается, что для этноса как общности людей является важными «единая система отношений к природе, к членам своей и чужой общности, к самому себе, к идеям и ценностям, совместно выработанным людьми в процессе этногенеза» (Почебут, 2012, с. 13). Ю.В. Бромлей утверждает, что этносы выступают носителями культуры, которая передается из поколения в поколение (Бромлей, 1983). Культура является одним из этнодифференцирующих признаков (Стефаненко, 2009).

Культура в психологическом понимании представляет собой определенную систему ценностей и правил поведения, разделяемые большой

группой людей и передаваемые из поколения в поколение. Наряду с устойчивыми характеристиками культура претерпевает динамические изменения, обусловленные воздействием разных факторов (экономических, политических, социально-психологических и т.д.).

В культурно-исторической концепции Л.С. Выготского раскрыто соотношение реальной (индивидуальной) и идеальной (культурной) форм, их трансформация и взаимопереходы. По мнению автора, идеальное – это аспекты мира культуры, за которыми стоит предметно-практическая деятельность общественного субъекта в ее историческом развитии. Детерминацию индивидуального сознания Л.С. Выготский понимал как механизм, опосредованный культурой. Реальными носителями культуры являются знаки – стабильные значения, сложившиеся в ходе развития культуры. «Знак, находящийся вне организма, как и орудие, отделен от личности и является, по существу, общественным органом или социальным средством», – писал автор (Выготский, 1982, с. 146). Исследователь отмечал, что природа знака двойственна: с одной стороны, он индивидуален и принадлежит миру культуры, с другой, он присутствует в сознании отдельного субъекта. Выготский Л.С. (1982) утверждал, что именно коллективная деятельность формирует индивидуальное сознание посредством интериоризации, в которой особую роль играет знак как реальный носитель человеческой культуры.

В работе Д.А. Леонтьева культура понимается как «определенное хранилище, фабрика ценностей и смыслов» (Леонтьев, 2003, с. 414). Трансляция смыслов в культуре осуществляется через демонстрацию образов поступков (моделей поведения), которые усваиваются человеком через диалог (в широком смысле).

Л.С. Почебут определяет культуру как «динамическая система правил, эксплицитных и имплицитных, установленных группами с целью обеспечить свое выживание, включая установки, ценности, представления, нормы и модели поведения, общие для группы, но реализуемые различным образом

каждым специфическим объединением внутри группы, передаваемые из поколения в поколение, относительно устойчивые, но способные изменяться во времени» (Почебут, 2012, с. 30).

Культура с системных позиций понимается как структура, представленная набором элементов (систем) и единиц, символизирующих пути достижения коллективных результатов в данном сообществе на данном этапе его развития (Александров, Александрова, 2010, с. 25). В культуре представлена информация, обеспечивающая выживание индивидов, а также условия («каналы») научения полезным поведенческим актам. Язык выступает видоспецифическим инструментом передачи информации внутри культуры и реализации коллективной деятельности. Индивид, активно взаимодействуя со средой, переоткрывает информацию посредством социальных представлений: он узнает разрешенные (поощряемые) способы достижения целей и запретные (неодобряемые) паттерны поведения. Селекция как механизм формирования элементов культуры и субъективного опыта направлена на достижение положительного результата.

По Ю.И. Александрову с соавторами, реализация поведения представляет собой отражение того, как исторически формировалось поведение в культуре. «Культура не только определяет характер формируемых элементов субъективного опыта, но и влияет на отбор геномов, обуславливая, в частности, культурную комплементарность геномов в обществе» (Александров, Александрова, 2009, с. 27).

Д. Мацумото (2007) предлагает близкое определение культуры: культура – урегулирование проблемы выживания (средовые трудности, физические и социальные нужды), достигаемое с помощью определенных инструментов. «Культура – это уникальная информационная система, разделяемая группой людей и передаваемая из поколения в поколение. Эта система позволяет группе удовлетворять потребности, координировать достижение жизнеспособности, направлять социальное поведение, добиваться благополучия и определять смысл жизни» (Мацумото, 2002;

Matsumoto, 2007). Культурные различия в информационных системах обусловлены объективными (эксплицитными) и субъективными (имплицитными) элементами культуры. К экологическим факторам относятся климат, плотность населения и благосостояние; особенности их проявлений направляют индивидуальное поведение и обуславливают различия в выборе стратегий адаптации. Ситуационный контекст обеспечивает человека моделями (скриптами) поведения, культуры приспособливают скрипты в соответствии со своими контекстно-специфическими ограничениями. Индивидуальный уровень измерения психологической культуры предполагает анализ вербальных отчетов респондентов о культуре (Matsumoto, 2006).

Г. Триандис ввел понятие *культурный синдром*, под которым понимал «паттерн разделяемых установок, верований, категоризаций, норм, ценностей, организованный вокруг конкретной темы, обсуждаемой на определенном языке в течение определенного исторического периода в определяемом географическом регионе» (Triandis, 1996, с. 408). Примерами таких синдромов он считает: нормативная регуляция, культурная сложность (cultural complexity), активность – пассивность, индивидуализм, коллективизм, вертикальные и горизонтальные отношения.

Согласно Г. Триандису, культуры различаются по сложности и разнообразию, которые обусловлены разными факторами (религиозными, экономическими, политическими, образовательными, социальными и т.д.). Синдром «активность – пассивность» включает соотношение активных и пассивных элементов в поведении (конкуренция, активные действия, самореализация vs. рефлексивное мышление, передача инициативы другим, кооперация). Под индивидуализмом понимается независимость и автономность от разных коллективов, приоритет персональных целей над групповыми. В то время как коллективизм предполагает подчинение индивидуальных целей групповым нормам и ценностям. Например, в азиатских и африканских культурах преобладают элементы коллективизма, в

странах Запада и Северной Америки – признаки выраженного индивидуализма. В некоторых культурах социальная иерархия обуславливает особенности социального поведения, в других – социальное поведение является более эгалитарным. Таким образом, коллективистические культуры характеризуются большей нормативностью, пассивностью, простотой; в то время как индивидуалистическим культурам свойственны свобода, активность и сложность.

Markus и Kitayama (1991) вместо параметра «индивидуализм – коллективизм» предложили классифицировать культуры на независимые и взаимозависимые: они отличаются влиянием социального контекста при объяснении поведения человека.

В ряде исследований рассмотрены особенности и вариации отношений человека с разными группами внутри своей культуры (Hui, Triandis, 1986; Uleman et. all., 2000). По Г. Триандису, аллоцентризм проявляется в хороших межличностных отношениях, гармонии, взаимозависимости, лояльности и надежности; при идеоцентризме указанные переменные выражены в меньшей степени. Uleman и др. (2000) дифференцировали три референтные группы (семья, родственники, друзья), а также шесть типов взаимозависимости (эмоциональная, поддерживающая, репутационная близость, близость по идентичности, близость как сходство с другими, гармония с группой).

Датский ученый Геерт Хофстеде разработал модель измерений культуры (Hofstede, 2011). Он первым проанализировал элементы субъективной культуры и выделил следующие параметры: дистанция власти (power distance), индивидуализм (individualism), маскулинность (masculinity), избегание неопределенности (uncertainty avoidance), долгосрочная ориентация (long-term orientation).

Обобщая теоретический анализ феноменов этноса и культуры, под *этнокультурной группой* понимается коллектив людей, воспроизводящий из поколения в поколение уникальную информационную систему и на основе

которой происходит обучение адаптивным паттернам поведения. Т.Л. Крюкова и Т.В. Гущина (2015) подчеркивают, что эффективность и качество адаптивности субъекта задаются различными иерархическими уровнями регуляции и саморегуляции его социального поведения (диспозиционные, динамические, регулятивные). Экологические факторы социального поведения обеспечивают человеку и группе обратную связь, на основе которой осуществляется осознанная саморегуляция поведения, в том числе выбор стратегий совладания в стрессовых ситуациях.

В понимании Н.И. Чуприковой сознание является культурно-групповым и общественным феноменом: «люди ... непрерывно обмениваются результатами своей индивидуальной отражательной психической деятельности... На этой основе в ряду поколений происходит постоянное накопление, аккумуляция результатов отражательной деятельности мозга отдельных индивидов» (Чуприкова, 1985, с. 180), что способствует накоплению культурных инноваций (Фитч, 2013).

1.3.2. Интерпретации стресса в разных языках

Для выявления общих и культурно-специфических интерпретаций стресса проведен анализ словарных дефиниций *Стресс* и семантически близкого понятия *Напряжение*. Для решения данной задачи использовались толковые словари на языке оригинала. Содержание словарных статей и перевод представлены в Приложении 1 (Таблицы 1, 2); сводная таблица интерпретаций приведена в Приложении 1 (Таблица3).

Анализ дефиниций в русском языке показал, что стресс – это состояние напряжения организма в ответ на различные неблагоприятные факторы (Егорова, 2014; Ожегов, 1990; Словарь русского языка, 1981). При этом интенсивность факторов и симптомов могут различаться. Слова *Напряжение* и *Напряженность* имеют отношение к состоянию человека, которое связано с активизацией сил и сосредоточением внимания на трудностях. С.И. Ожегов (1990) включил признак *нервный* в толкование стресса, *неспокойный* - в

определение напряженности. Обобщая словарные статьи, необходимо подчеркнуть, что концепт *Стресс* в русском языке представлен в терминах причин и состояния; признаки стресса – *напряженный, сильный, нервный, беспокойный, неблагоприятный, активный*.

Изучение анализируемых дефиниций в армянском языке продемонстрировало специфические особенности. Слово *Стресс* отсутствует в печатных толковых словарях, трактуется в специализированной психологической литературе и отражено в современных электронных словарях (www.armdict.com). В них стресс понимается как психическое состояние с выраженными физиологическими проявлениями, возникающими в ответ на средовые изменения. Концепт *Напряжение* детально описан в толковом словаре армянского языка (Агаян, 1976): физико-технические явления (величина давления, сила электричества во время заряда), психические проявления (сосредоточенность внимания и мысли, беспокойство), социально-психологические причины (ухудшение отношений). Вероятно, у армянской молодежи при анализе первых реакций и имплицитных представлений о стрессе будут выявлены содержательные категории *состояние* и *причины*, а также признаки – *напряженный, давящий, беспокойный, сосредоточенный*. Можно предположить, что армянская молодежь продемонстрирует отнесенность понятия *Стресс* к категории психологических терминов.

В словарях татарского языка (Ганиев, Гаффарова, 2014; Татаро-русский словарь, 1998, 2007; Толковый словарь татарс..., 2013) стресс толкуется как состояние напряжения организма или нервного перенапряжения. Среди значений слов *Напряженность* и *Напряжение* указываются трудности в межличностных отношениях (неудобный разговор, натянутые отношения), подчеркивается энергозатратность стрессовых ситуаций и необходимость разрешения затруднений. Обобщая вышесказанное, к основным характеристикам концепта *Стресс* в татарском языке относятся: связь с межличностными отношениями, повышенные психо-физиологические

затраты, потребность в управлении трудными ситуациями; фиксация признаков состояния в словах *напряженный, нервный, сложный*.

Концепты *Стресс* и *Напряжение* представлены в толковых словарях турецкого языка (Büyük Türkçe Sözlük, 1990; Türkçe Sözlük, 2005). Анализируя словарные статьи, выявлены признаки причин (внешние факторы), особенности стрессового состояния (нервное напряжение) и последствия (нарушения). В словах *Напряжение* и *Напряженность* демонстрируются особенности состояния человека (волнение, нервозность, беспокойство, дискомфорт, «гнетущее состояние»). Согласно словарным статьям, причинами напряжения выступают неудовлетворенные потребности, препятствия в достижении целей и осложненное положение. В определениях подчеркивается социальная детерминация развития напряжения (признаки «отношения» и «общество»). Мы предполагаем, что концепты *Стресс* у турецких студентов будут фиксировать состояние нервного напряжения, возникающего в ответ на факторы индивидуальной и социальной жизни. Основные признаки концепта *Стресс*, вероятно, проявятся в словах *напряженный, нервный (нервозный), волнительный, беспокойный*.

Словарь современного китайского языка (2016) указывает, что в основе концептов *Стресс* и *Напряжение* находится иероглиф, несущий образ *скрученное полотенце* и обозначающий *напряженность*. Принимая во внимание зависимость значения иероглифа от контекста, мы проанализировали все смысловые конструкции в словарных статьях (Приложение 1, Таблица 2). Основные стрессоры, зафиксированные в толковании, - это внешняя нагрузка, давление, «взложенное бремя», общественное мнение, прессинг в транспорте, перенаселенность, экстренность и дефицит чего-либо. Состояние передается через взволнованность, возбужденность, сосредоточенность сил и внимания, повышенную готовность к действию и указание на трудности совладания. Следовательно, в китайском языке под стрессом понимается сосредоточенная

напряженность, выражающаяся в готовности реагировать на трудности. Минимальный набор признаков концепта *Стресс* включает: *напряженный, взволнованный, возбужденный, давящий, общественный, готовый, сосредоточенный, трудный*.

Таким образом, анализ дефиниций показал общее и различное в концептах *Стресс* в разных языках. Общее заключается в интерпретации стресса в терминах причин и характеристик состояний; специфика проявилась в отражении категории *управление* в татарском и китайском языках. Изучение признакового состава продемонстрировало, что слово *напряженный* фиксируется в концептах *Стресс* во всех исследуемых языковых культурах; признак *нервный* фиксируется в русской, татарской и турецкой культурах. Фактор межличностных отношений выделен в концептах *Стресс* армянского, татарского, турецкого и китайского языках. Обобщенные результаты проведенного анализа отражены в Таблице 2.

Таблица 2

**Признаки и содержательные категории,
отраженные в дефинициях *Стресс* в разных языках**

Языки	Признаки	Содержательные категории
Русский	Напряженный, сильный, нервный, беспокойный, неблагоприятный, активный	Причины Состояние
Армянский	Напряженный, давящий, беспокойный, сосредоточенный	Причины Состояние
Татарский	Напряженный, нервный, сложный	Причины Состояние Управление
Турецкий	Напряженный, нервный (нервозный), волнительный, беспокойный	Причины Состояние Последствия
Китайский	Напряженный, взволнованный, возбужденный, давящий, общественный, готовый, сосредоточенный, трудный	Причины Состояние Управление

1.3.3. Сравнение исследуемых этнокультурных групп

Сопоставление этнокультурных групп можно проводить через анализ культурных синдромов и психологических переменных. На наш взгляд, теорию культурного синдрома Триандиса и параметрическую модель Хофстеде дополняет анализ психологических параметров – особенности восприятия пространства и времени, стили мышления и особенности переработки информации.

Опираясь на статистические результаты сравнения культур Г. Хофстеде, выделим общие и специфические особенности таких этнокультурных групп как русские, турки и китайцы (Таблица 3; код доступа: <http://www.geerthofstede.nl/>, дата обращения – 26.11.2019). Этнокультурные группы (армяне и татары) отсутствует в протоколах статистического обзора Хофстеде.

Таблица 3

Сравнение культур России, Турции и Китая

Параметры	Суть параметра	Данные Г. Хофстеде		
		Россия	Турция	Китай
Дистанция власти	степень важности власти и иерархии	93	66	80
Индивидуализм	степень ориентации на личные цели и независимость	39	37	20
Маскулинность	нацеленность на достижение результата, поддержание традиционных ролей	36	45	66
Избегание неопределенности	степень принятия неясных и	95	85	30

	неструктурированных ситуаций			
Долгосрочная ориентация	ориентация на будущее, готовность к инновациям	81	46	87

Согласно данным, представленным в Таблице 3, русская и китайская культуры характеризуются высокой дистанцией власти и иерархизированностью межличностных отношений; в то время как турецкая культура занимает промежуточное положение по данному параметру.

Сравнение культур по параметру *индивидуализм* показало преобладание коллективистических установок в принятии решений и реализации поведения, при этом китайская культура характеризуется более выраженным коллективизмом. Ряд психологических исследований подтверждают социальную ориентированность китайцев (Hui, Triandis, 2015), принадлежность турецкой и китайской культур к коллективистскому типу (Почебут, Мейжис, 2010; Спешнев, 2014; Стефаненко, 2009). В то время как современную русскую культуру относят к культуре смешанного типа со сдвигами в сторону индивидуализма (Крюкова, Гуцина, 2015; Леонтьев, 2009; Почебут, Мейжис, 2010).

По параметру *маскулинность* русская, турецкая и китайская культуры находятся в диапазоне промежуточных значений, однако в китайском обществе отмечается более выраженное ролевое распределение.

Параметр *избегание неопределенности* по-разному выражен в русской, турецкой и китайской культурах: китайцы характеризуются принятием ситуаций неопределенности; в то время как русские и турки избегают неясных и неструктурированных событий. Конфуцианство, даосизм, теория «инь-янь» и буддизм являются философскими основаниями жизни китайского народа (Русское и китайское..., 2002; Chen, 2001), что проявляются в спокойствия человека в трудных ситуациях. Согласно Д.

Мацумото: «культуры с высоким избеганием неопределенности переживают повышенную тревогу и стресс» (Matsumoto, 1989, p. 95).

По параметру *долгосрочная ориентация* русская и китайская культуры оказались похожими: они ориентированы на достижение целей в будущем. В то время как показатель данного параметра у турецкой культуры находится в диапазоне средних значений.

Перейдем к анализу психологических переменных, позволяющих объяснить различия между представителями разных этнокультурных групп. В работах В.В. Знакова (2016) отмечается, что для жителей восточно-азиатских культур характерен холистический стиль мышления, в то время как для представителей западных культур – аналитический. Признаки холистического мышления проявляются в полезависимости, обнаружении отношений среди объектов на фоне поля, толерантности к противоречиям, убеждении в изменчивости природного и социального мира, учете разной информации при интерпретации поведения других людей. В исследовании семантического пространства этнической картины мира у китайцев показано, что иероглифическая письменность, визуальный способ переработки информации и право-полушарный художественный стиль мышления взаимосвязаны между собой (Помченко, 2006).

Краткий обзор исследований свидетельствует о специфике восприятия пространства и времени у представителей разных этнокультурных групп. В работе Voroditsky (2001) показано, что англичане используют горизонтальные пространственные метафоры («лучшие дни позади»), в то время как китайцы – горизонтальные в сочетании с вертикальными («верхний месяц в значении последний») (цит. по: Александров, Александрова, 2010).

Восприятие пространства и времени отличается у представителей русской, армянской, турецкой и китайской этнокультурных групп. В русской языковой картине мира выявлены признаки «плоскостного» или «равнинного» мышления, т.к. «категория дистанции» в русском языке тесно

связана с горизонтальной ориентацией пространства» (Яковлева, 1994, с. 31). В турецком языке отражено горизонтальное восприятие пространства; вертикальное освоение сопоставимо с вторжением в непринадлежащий человеку мир (Напольнова, 2010). Отражение пространства в китайском языке, как в русском и турецком языках, характеризуется горизонтальной ориентацией: освоение пространства начиналось с очага китайской цивилизации – бассейна Желтой реки, «на периферии которого находились гористые местности со свойственной им вертикальной ориентацией» (Тань, 2004, с. 28).

В картине мира китайского языка время представлено в линейно-исторической модели и ассоциируется «с тропинкой в прошлое, протоптанной представителями человеческого рода...наблюдатель или говорящий как бы повернут лицом в прошлое, делая шаг по этому пути, он удлиняет историю еще на одно поколение» (там же, с. 38). В языковой картине мира турецкого языка время течет в направлении взгляда человека, неотвратимость будущего выражается во встречном движении событий (Напольнова, 2010, 2012). Кочевой образ жизни турецкого народа способствовал «движению в одном направлении со временем», активности человека и открытию новых территорий. Тяжелейшие испытания в жизни армянского народа стали причиной избегания слово *прошлое* при описании армянами самих себя: оно ассоциируется с высокой тревогой и «имеет отношение к армянскому геноциду как непроработанной травме» (Berberyan, Berberyan, 2016, с. 134).

На основе теоретического сравнительного анализа этнокультурных групп по культурным синдромам и психологическим переменным сформулируем ожидаемые результаты. Принимая во внимание особенности восприятия пространства/времени и холистический стиль мышления, в визуальных портретах концепта *Стресс* у респондентов можно ожидать «плоскостные» (необъемные) изображения, отражающие целостные ситуации и многообразие признаков стресса. Вероятно, при

концептуализации стрессовых ситуаций у турецких студентов будут представлены события из будущего, у китайцев – из прошлого. Выраженное избегание неопределенности, характерное для русской и турецкой культур, вероятно, проявится в признаках тревоги, напряженности и востребованности стратегии *Беспокойство* у представителей данных этнокультурных групп. Низкие показатели по культурному синдрому *индивидуализм*, возможно, отразятся в социально-ориентированном совладании у китайских студентов (в частности, *Общественные действия* по методике «Юношеская копинг-шкала»); повышенное значение по параметру *маскулинность* – в мотивации разрешения стрессовых ситуаций. Различия по культурному синдрому *долгосрочная ориентация* будут продемонстрированы в востребованности проблемно-ориентированных стратегий у русской и китайской молодежи.

1.3.4. Представления о стрессе и стратегий совладания у молодых представителей разных этнокультурных групп

В работах Л.Т. Крюковой (2008) утверждается, что культурный контекст выступает самостоятельной детерминантой успешного или неуспешного совладания, определяя выбор конкретных стратегий. Выраженность и частота выбора проблемно-ориентированного совладания в большей степени зависит от социо-культурных и социально-психологических факторов. Эмоционально-ориентированный копинг в большей степени детерминирован диспозиционными переменными; детерминация избегающего поведения является более сложной. Автор утверждает, что предиктором успешности деятельности и уровня адаптированности человека выступает преимущественно проблемно-ориентированный стиль совладания.

На основе анализа литературных данных выявлены причины и проявления психологического стресса у молодежи разных этнокультурных групп. В независимости от культурной принадлежности стрессорами у молодежи 15-19 лет являются: (1) трудности учебной деятельности; (2)

материальные затруднения; (3) семейные сложности; (4) сексуальные проблемы; (5) проблемы отношений со сверстниками; (6) трудности взаимодействия с педагогами; (7) карьера и жизненные перспективы; (8) проблемы будущего страны; (9) сложности самооценки (Крюкова, 2005). При сравнении стрессоров у учащихся разных возрастных групп установлено, что студенческая молодежь более всего уязвима к трудностям в академической и семейной сферах.

Обзор исследований продемонстрировал наличие стресса в жизни современной российской молодежи. На основе интервью выявлено, что стресс представляет собой дискурс социальной жизни России: общественные изменения и их последствия оказывают влияние на повседневную жизнь человека и его здоровье (Pietila и Rytkonen, 2008). К наиболее выраженным трудностям у мужчин и женщин в России относятся: материальные проблемы, наличие вредных привычек у мужчин, жилищные затруднения, отсутствие интересной работы, проблемы с воспитанием детей (Крюкова, Дубова, 2009). В исследовании Е.Ю. Чеботаревой (2018) отмечается, что российская молодежь испытывает сложности в организации повседневной деятельности, не способна влиять на происходящее и проявляет пассивность. Анализ значимости стресса в разных сферах показал, что для россиян стресс в контексте болезнь/здоровье является более важным, чем карьерный и рабочий стресс (Гущина, Крюкова, Якимчик, 2014). Субъективное ощущение неопределенности и «туманности» будущего отмечается у российских студентов (Ларионова, 2012).

Психологическое исследование социальных представлений о стрессе у русских респондентов показало, что стресс относится к реалиям повседневной жизни и характеризуется амбивалентными чувствами (Кленова, 2015). При анализе полевой организации представлений о стрессе выявлены ядерные признаки, среди которых выделяются слова *переживание* и *эмоциональная возбужденность*. Следующий слой сформирован характеристиками: «ответная реакция организма на негативные эмоции»,

«напряженное состояние организма», «неспособность справиться с ситуацией». Периферический слой представлений конкретизирует негативные проявления стресса, к которым относятся «душевная боль», «утомление», «фрустрация». На основе данных вербального материала автор пришла к выводу, что стресс интерпретируется преимущественно в терминах внутренних факторов, чем внешних угроз.

На наш взгляд, значимость исследования М.А. Кленовой заключается в выявлении имплицитного понимания стресса у русской молодежи. Анализируя описанные социальные представления о стрессе с помощью предложенных содержательных категорий концепта *Стресс*, отчетливо проявляются признаки, характеризующие *причины, состояние, последствия* и *управление* стрессом (за исключением категории *процесс*). Придерживаясь методологии Л.М. Веккера, М.А. Холодной, Е.В. Волковой, при изучении концепта *Стресс* как ментальной модели будут анализироваться как вербальная, так и визуальная формы экспликации представлений о стрессе. Разработчики методики «Моя трудная жизненная ситуация» утверждают, что рисуночные инструменты позволяют выявить «потребность, мотив, личностный смысл, особенности эмоционального реагирования» при восприятии стрессовой ситуации (Битюцкая, Карцева, 2013). Разносторонний анализ особенностей организации концепта *Стресс* выявляет индивидуальный ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций и его специфику в разных культурах.

Исследование лексем *работа* в русском и *эш* в татарском языках показало совпадение ассоциативных полей (Исламова, Болгарова, 2017). Самые частотные реакции на стимульное слово в сопоставляемых языках – «тяжелый», «деньги», «труд», «дело». Ассоциации у русских отличаются разнообразием признаков с отрицательной коннотацией: русская молодежь чаще представляет себе работу как комфортную, умственную, в помещении. Для татарской молодежи понимание работы соотносится с физическим трудом с компонентами значения «тяжелый», «трудность».

В соответствии с задачами нашего исследования проведен анализ литературы, описывающей структуру совладания у русских студентов. Применение опросника «Юношеская копинг-шкала» на разных группах респондентов показало различия в факторных структурах: выделены 6-факторное решение (Крюкова, 2007; Холодная и др., 2007) и 3-факторное решения (Волкова Н.Э., 2018). По мнению Т.Л. Крюковой, содержание полученных факторов совпадает с классификацией стилей совладания Э. Фрайденберг и Р. Льюиса (продуктивный, социальный, непродуктивный); 6-факторная структура, вероятно, более точно улавливает внутреннее конфликтное и противоречивое состояние сознания у молодежи. Другое объяснение такой дробной структуры совладания у студентов может быть связано с «неустоявшимся» стилем преодоления трудных ситуаций и проявлением инфантильности.

Анализ повышенной напряженности жизни у армянской молодежи выявил специфические стрессоры, связанные с широким контекстом жизнедеятельности и историческими событиями. Внутривосточная нестабильность и сложная внешнеэкономическая ситуация характеризует современную Армению (Геворкян, 2017). Население испытывает потребность в защищенности и стабильности, в сохранении национальных ценностей и поддержании крепкого государства как гаранта безопасности и общественного порядка (Мкоян, 2016). Безработица и низкий уровень жизни способствует эмиграции молодежи в другие государства. К трагическим событиям прошлого относится геноцид армянского народа (Ottoman Turkish Genocide), совершенный турками в начале XX в. и унесший жизнь 1.5 млн. человек. Исследователи отмечают, что в психологической интерпретации геноцид является транс-поколенческой (вторичной) травмой (Kademian, 2016), центральной темой которой являются разрушение семейных связей и жизни в целом. Анализ переживаний участников геноцида показал, что армяне испытали депривацию физиологических потребностей, физическое насилие, постоянный страх смерти, чувство беспомощности и потерю

близких людей (Kalayjian et. al., 1996). Можно предполагать, что в представлениях о стрессе у армянской молодежи будут проявляться признаки общей напряженности, беспокойства и тревоги. Вероятно, воспоминания о геноциде и тяжелых исторических событиях не будут отражены в концепте *Стресс*, поскольку эта информация сопряжена с травматичным опытом народа.

Изучение особенностей совладания при геноциде как труднейшей жизненной ситуации выявило источники силы у армян: сохранение национальной идентичности, «оставаться вместе» для разделения боли и страдания, идея выживания «вопреки», обращение к религии и посещение церкви (там же). На наш взгляд, указанные стратегии совладания определили особенности преодоления стрессовых ситуаций у армянского населения в целом и современной молодежи в частности.

Краткий обзор литературных источников позволил выявить сложности жизни у турецкой молодежи, которые связаны с интенсивным развитием университетского образования, высокой конкуренцией и неблагоприятной ситуацией на рынке труда. Экзаменационный стресс относится к факторам повышенной напряженности и вызывает неприятные состояния у турецких школьников и студентов (Bahadir – Yilmaz, 2016; Bayram et al., 2014; Ocucu, Demir, 2009). Одна пятая студентов испытывают депрессию из-за финансовых затруднений и проблем со здоровьем (Arslan et. al., 2019). Получены данные о том, что представления турок о низкой самооценке в трудных ситуациях и чувство беспомощности положительно коррелируют с такими переменными как депрессия, тревога, академические трудности, межличностные сложности и проблемы со здоровьем (Kaaya et. al., 2017). Выраженный академический стресс турки купируют с помощью асертивного поведения, оптимистического восприятия трудностей и отказа от социальной поддержки (Bahadir – Yilmaz, 2016).

Анализ стрессогенных факторов в повседневной жизни китайской молодежи выявил следующие особенности: высокая конкуренция, плохие экономические условия семьи, совмещение учебы с работой, сложности трудоустройства после окончания университета, гиперопека родителей (Chen et. al., 2009; Ji, Zhang, 2011). Студенты из частных университетов испытывают высочайший стресс из-за конкуренции на рынке труда (Chen et. al., 2009). 90 % студентов подрабатывают для улучшения своего материального положения. Две трети студентов чувствуют пессимизм относительно будущей карьеры (Ji, Zhang, 2011). Гиперопека родителей связана с государственной политикой рождения одного ребенка и культивированием хорошей репутации в китайском обществе (Chou et. al., 2011). Как отмечают исследователи, родители обеспечивают лучшие условия для ребенка и ограждают его от трудностей. При этом они имеют завышенные ожидания и больше заинтересованы в академических успехах, чем в психологическом благополучии ребенка. Сравнительные исследования уровня стресса у представителей разных восточных культур показали, что китайская молодежь переживает наиболее высокий стресс по сравнению со студентами из Малазии и Индии (Madlan et. all., 2012), Японии и Кореи (Chen, 2001; Chen et. al., 2009).

Дизайны кросс-культурных исследований совладающего поведения строятся преимущественно на сравнении западных (индивидуалистических) и восточных (коллективистических) культур. В исследовании Poltavski и Ferraro (2003) выявлен более высокий стресс у русских студентов по сравнению с американцами, в то время как учащиеся из США чаще отмечают нарушения здоровья как негативные последствия стресса. Фрайденберг с соавторами (Frydenberg et. all., 2003) выявили, что молодежь из коллективистических культур (палестинцы, колумбийцы) по сравнению с представителями индивидуалистических культур (немцы, австралийцы) характеризуется разнообразием копинг-стратегий и чаще активизирует социальное совладание. Русские, поляки и австралийцы отличаются по

преобладающему стилю совладания (Крюкова, 2005). Русская молодежь востребует социальный копинг в преодолении трудностей, поляки – непродуктивный, австралийцы – сочетание продуктивных и непродуктивных стратегий (в терминах Э. Фрайденберг, Р. Льюиса). Старшеклассники из Турции по сравнению с немецкими учащимися отличаются более высоким уровнем стресса и большей потребностью в социальной поддержке (Yeresyan, Lohaus, 2014).

Анализ особенностей совладания у молодежи, принадлежащей к близким культурам, выявил паттерны преодоления стрессовых ситуаций. Русские студенты считают себя достоверно более эффективными по сравнению с казахами (Григорьева, 2016); более проблемно-ориентированными и социально-ориентированными – по сравнению с армянами (Сенкевич и др., 2012). Армянская молодежь демонстрирует большую зависимость от взрослых в принятии решений, в то время как русские студенты в большей степени опираются на самих себя в сложных ситуациях (Самохвалова и др., 2018). Татары по сравнению с русскими имеют более высокие показатели по шкалам *религиозная традиционная вера, самоконтроль, принятие ответственности, положительная переоценка* (Abitov et al., 2017). Выявленные различия между русскими и татарами объясняются влиянием исламских традиций: терпение отражает способность переносить трудности и позитивно их воспринимать, быть ближе к Богу и искупить грехи (там же). Татары по сравнению с русскими студентами в большей степени ориентированы на семью, безопасность и покой (Алишев, 2013), что, вероятно, связано с повышенным уровнем тревожности у представителей данной культурной группы (Алишев, Габдулхакова, 2013).

В ряде исследований обнаружена специфическая особенность в структуре совладания у русских. Российская молодежь в отличие от французов достоверно чаще принимает на себя ответственность в трудных ситуациях ($p=0.000$); анализирует причины и последствия, проявляет гибкость и вариативность стратегий совладания (Чеботарева, 2018). Русские

достоверно чаще применяют стратегию *Самообвинение* по сравнению с молодежью из Польши и Австралии (Крюкова, 2005). В то время как сопоставление выраженности данной стратегии у палестинцев, австралийцев, колумбийцев и немцев не выявило достоверных различий (Frydenberg, Lewis, et. al., 2003).

Востребованность религиозного совладания отмечается у армянской, татарской и турецкой молодежи. Для армян как первой христианской нации (Kademian, 2016) религия и принадлежность к церкви являются значимыми ценностями (Мкоян, 2017а; Мкоян, 2017б). В исследованиях отмечаются увеличение числа верующей молодежи в Армении (цит. по: Мкоян, 2016), а также идентификация с армянской ортодоксальной религией в условиях эмиграции (Kademian, 2016; Parazyan, 2016). При сравнении смысло-жизненных ориентаций религия является объединяющей для армянской молодежи, в то время как у русских она не относится к важным факторам (Berberyan, Berberyan, 2016). Большинство татарской молодежи считают себя мусульманами, исповедуют ислам и соблюдают татарские традиции (Гузельбанова, 2012). Религиозность молодых татар проявляется в открытых выступлениях, инициативах о создании религиозных организаций, запросов на выделения мест для чтения намазов в вузах, открытии молодежного центра исламской культуры и виртуальной группы в социальной сети (там же). Большинство турецкого населения являются мусульманами, многие турецкие традиции основаны на законах шариата. Организация повседневной жизни в турецком обществе определяется эзанами: призывы к молитвам задают ритм человека (Напольнова, 2012).

Исходя из задач нашего исследования, заслуживает особого внимания вопрос о востребованности и особенностях проявления коллективного копинга в разных этнокультурных группах. На наш взгляд, эта проблема тесно связана с системой общественных ценностей и ресурсной ролью другого человека в преодолении стрессовых ситуаций. Русские студенты демонстрируют социальный стиль совладания (Крюкова, 2005; Kwiatkowska,

2013) и признаки поведения, присущие коллективизму (Крюкова, 2013; Ларионова, 2012). Однако вопрос о преобладании социально-ориентированного копинга в структуре совладания у русских остается дискуссионным. В армянской культуре отмечается важность опоры на семью и родственные связи, тесные эмоциональные контакты между детьми и родителями (Берберян, Тучина, 2016; Мартиросян, Биктагирова, 2014; Самохвалова и др., 2018; Тушнова, 2015; Kalayjian et. al., 1996). У татар ценность близких отношений способствует социальному отвлечению и избегающему поведению в трудных ситуациях, в то время как уверенность в себе снижает обращение к избегающему совладанию (Салихова, Ахметова, 2017). В социальной структуре турецкого общества выделяются четыре группы родства, отличающихся по степени близости: малая семья и родители, двоюродные родственники, родственники жены или мужа; незнакомцы (Напольнова, 2015, 2016). Анализ референтных групп у современных китайцев показал, что коллективизм является более выраженным с друзьями и коллегами, в меньшей степени – с супругами, родственниками и соседями (Gorengenli, 1997).

Таким образом, систематизация и обобщение фундаментальных методологических принципов и общих теоретических положений, сложившихся в отечественной и мировой науке, позволили сформулировать **теоретическую гипотезу исследования**: соотношение организации концепта *Стресс* и специфика совладающего поведения различается у студентов разных этнокультурных групп. Процессы концептуализации сопряжены с принадлежностью к этнокультурной группе как полю «коллективных смыслов» (Леонтьев Д.А., 2003, с. 412); концепты «существуют по-разному в разных слоях, и в этих слоях они по-разному реальны для людей данной культуры», – уточняет Е.В. Волкова (Волкова, 2015, с. 145).

В кросс-культурном исследовании будут проверены следующие **исследовательские гипотезы:**

1. Метод направленного ассоциативного эксперимента и визуального портрета концепта может быть использован для выявления особенностей концептуализации стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп.
2. Различия в концептуализации стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп связаны с особенностями ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций, выраженностью модальностей концепта *Стресс*, мерой дифференцированности/иерархичности концепта *Стресс* и предпочитаемыми стратегиями совладания.
3. Соотношение организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей различается в зависимости от выраженности модальностей, меры дифференцированности и меры иерархичности концепта *Стресс*.

ГЛАВА II.
ОРГАНИЗАЦИЯ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ КОНЦЕПТА
***СТРЕСС* И СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАНИЯ**
У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП

Теоретический анализ показал, что особенности организации концепта *Стресс*, сформированные в разных этнокультурных группах, могут определять стратегии совладающего поведения. Для выявления специфики концептуализации стрессовых ситуаций в разных этнокультурных группах необходимо разработать дизайн исследования и подобрать психодиагностический инструментарий. В соответствии с правилами сбора эмпирических данных стимульный материал необходимо предъявлять респондентам на родном языке. Поскольку в литературе не обнаружены варианты методик для оценки концепта *Стресс* и стратегий совладания (Adolescent Coping Scale) на армянском, турецком и китайском языках, то потребуется процедура прямого/обратного перевода и оценка надежности шкал на выборках исследования. При обработке результатов необходимо будет учитывать различия в диапазоне размерности шкал и целесообразно перевести «сырые» баллы в шкалу стенов. Идея о трехфакторной структуре совладания, предложенная Э. Фрайденберг и Р. Льюисом, будет эмпирически проверена в аспекте концептуализации стрессовых ситуаций. Исследование выраженности разных модальностей позволит сопоставить концепт *Стресс* с другими концептами (*Работа, Семья*) и выявить типы признаков, которые выделяет человек при вербально-смысловом управлении стрессовыми ситуациями. Анализ особенностей визуального и вербального компонентов ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций прояснит самые сильные реакции на стимульное слово, признаковый состав концепта *Стресс*, а также оценить меру дифференцированности и меру иерархичности концепта *Стресс*.

2.1. Организация исследования

Сбор эмпирических данных осуществлялся с учетом требований к кросс-культурным исследованиям, организованным по неэкспериментальному плану (Дружинин, 2002). Дизайн исследования представлен сравнением особенностей организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов пяти этнокультурных групп (русские, армяне, татары, турки, китайцы). Эмпирическое исследование организации концепта *Стресс* и преодоления стрессовых ситуаций у студентов проведено в соответствии с Всеобщей декларацией этических принципов (22.07.2008) и этическими принципами Российского психологического общества (14.02.2012).

Период проведения диагностики респондентов и требования к условиям организации были едиными для представителей исследуемых культурных групп. Тестирование молодежи проходило в начале первого семестра (сентябрь, октябрь). Респонденты опрашивались академическими группами в аудиториях университета. Важным условием при выборе даты диагностики студентов стало отсутствие контрольных работ в течение дня. Цель исследования и методики были представлены респондентам перед началом тестирования. Обязательное требование заключалось в получении письменного согласия испытуемого на участие в исследовании. Каждый респондент был обеспечен индивидуальным пакетом психодиагностических методик (бумажная форма), тестирование осуществляется на условиях анонимности и безвозмездности. Экспериментатор участвовал в контроле времени при выполнении методик, исследующих особенности организации концепта *Стресс*. Опросник для оценки копинг-стратегий заполнялся студентами без ограничения времени.

Общение с респондентами на диагностической встрече осуществлялось на родном языке. Взаимодействие с русскими испытуемыми и студентами-татарами осуществлялось на русском языке и не требовало привлечение дополнительных специалистов. Студенты-татары как жители Российской

Федерации являются билингвами, на достаточном уровне владеют государственным языком и проходят обучение по русско-язычным программам. Профессиональный переводчик и носитель языка присутствовали при диагностике армянских, турецких и китайских студентов. Это позволяет исследователю-организатору оперативно и корректно ответить на вопросы участников исследования.

Исходя из задач исследования, подбор респондентов происходил в соответствии со следующими требованиями:

- (1) Принадлежность испытуемого к конкретной этнокультурной группе;
- (2) Возрастной диапазон с учетом ограничения по методике «Юношеская копинг-шкала»;
- (3) Обучение респондента на первом курсе университета;
- (4) Социо-гуманитарный профиль образовательной программы и сопоставимые специализации в разных университетах мира.

Сбор эмпирических данных проводился в 2014-2018 гг. среди студентов-первокурсников российских и зарубежных университетов. Российские университеты представлены Уральским федеральным университетом им. Б.Н. Ельцина и Казанским (Приволжским) федеральным университетом (Екатеринбург, Казань). Зарубежные студенты, привлеченные в данное исследование, обучаются в Ереванском государственном университете (Армения), Фракийском университете, университетах Гази, Анадолу, Ататюрка (Турция). Всего в исследовании приняли участие 712 человек, из них 510 девушек и 202 юношей, средний возраст респондентов - 19.2 ± 2.0 . Этнокультурная принадлежность определялась на основе этнической идентификации каждого испытуемого. Детальная информация о выборочной совокупности представлена в Таблице 4.

Состав участников исследования

Этнокультурные группы	Всего респондентов в группе (чел.)	Юноши (чел.)	Девушки (чел.)	Средний возраст
Русские	329	82	247	18.7 ±1.07
Армяне	153	13	140	18.1 ± 0,97
Татары	73	14	59	18.1 ± 076
Турки	72	41	31	22.5 ± 2.38
Китайцы	77	46	31	21.6 ± 2.40
Общее количество	712	202	510	19.2±2.0

Согласно данным, представленным в Таблице 4, половина выборки сформирована русскими студентами, одна третья – респондентами из Армении. Несмотря на небольшой численный размер подгрупп из Татарстана, Турции и Китая, привлеченное количество студентов является достаточным для проведения сравнительных исследований с другими подгруппами. Анализ распределения респондентов по полу свидетельствует о том, что социо-гуманитарный профиль обучения является более востребованным у русских, армянских и татарских девушек; в то время как на этих программах в Турции и Китае учится большее количество юношей.

Преследуя цель подбора студентов социо-гуманитарных специальностей, исследование реализовано на факультетах «Социология, политология, социальная работа», «Филология», «Международные отношения». Распределение респондентов по профессиональным специализациям приведено в Таблице 5. Большой размер группы русских по отношению с другими группами респондентов обусловлен представленностью трех специализаций. В то время как студенты из других этнокультурных групп (армяне, татары, турки, китайцы) обучаются на одной специализации.

Анализ гендерных предпочтений специализаций показал, что девушки из России и Армении чаще выбирают программы социальных и политических наук по сравнению с юношами. Русские и татарские девушки чаще обучаются на филологических факультетах, чем молодые люди. Лингвистические программы являются более востребованными у русских девушек, а также у турецких и китайских юношей.

Таблица 5

**Распределение респондентов
по учебно-профессиональным специализациям**

Группы	Специальности	Юноши (чел.)	Девушки (чел.)	Всего (чел.)
Русские	Социология. Политология. Социальная работа	49	125	174
	Филология	8	49	57
	Лингвистика. Международные отношения	25	73	98
Армяне	Социология. Политология. Социальная работа	19	142	161
Татары	Филология	14	59	73
Турки	Лингвистика. Международные отношения	41	31	72
Китайцы	Лингвистика. Русский язык как иностранный	46	31	77
Всего		202	510	712

2.2. Психометрическая проверка методик на кросс-культурной выборке и статистическое обеспечение исследования

Дизайн исследования (рис. 3) включает процедуру подготовки психодиагностического комплекса для иностранных студентов. К этой процедуре привлекалась группа экспертов в составе лингвистов-востоковедов (по каждой языковой культуре), филологов и носителей языка, а также эксперты в области психологии стресса и совладающего поведения. Сотрудники Института Конфуция Уральского федерального университета, филологи армянского языка, специалисты из департамента международных отношений и переводчики кафедры востоковедения УРФУ, профессиональные туркологи участвовали в подготовке версий методик для кросс-культурного исследования (список экспертов приведен в Приложении 2).

Этапы адаптации методического комплекса являются общими для армянских, турецких и китайских студентов. Последовательность подготовки методик приведена ниже:

1. Перевод инструкций и вопросов в разных вариантах.
2. Сопоставление вариантов перевода между собой и выбор наиболее адекватного варианта.
3. Обеспечение эквивалентности содержания вопросов путем перевода отобранного варианта на исходные языки (английский или русский).
4. Сопоставление версий методик, полученных с помощью прямого и обратного вариантов перевода, с целью оценки ясности и понятности инструкций и вопросов.
5. Внесение корректировок в адаптированные версии после консультаций с экспертами уровня PhD (лингвисты, психологи, культурологи).

Работа с данными диагностики имела специфические особенности. Обработка ответов респондентов по методике «Юношеская копинг-шкала» состояла в подсчете показателей в соответствии с ключом. Ответы участников, полученные в методиках оценки особенностей организации концепта *Стресс*, были переведены экспертами-востоковедами на русский язык.

Для оценки признакового состава концепта *Стресс* привлекались эксперты – специалисты в психологии стресса и совладания, экстремальной и медицинской психологии, практикующие психологи и университетские преподаватели (список экспертов приведен в Приложение 2). Четырнадцать экспертов участвовали в этой работе (11 жен./3 муж.; ср. возраст – 41 год). Большинство экспертов имеют базовое психологическое образование (11 чел.), 1 чел. – философское, 1 чел. – медицинское, 1 чел. - лингвистическое образование. Они оценивали прилагательные по степени соответствия модальностям и содержательным характеристикам концепта (результаты экспертной работы представлены в Приложение 2, Таблица 1-3). При интерпретации особенностей организации индивидуального опыта по преодолению трудных ситуаций использовались прилагательные, получившие высокую степень согласованности между экспертами ($\geq 75\%$). Списки прилагательных, релевантных модальностям и содержательным характеристикам концепта *Стресс*, подробно приведены в 2.3.1. и 2.3.3.

Другой тип психологического исследования особенностей организации концепта *Стресс* состоял в выявлении имплицитных представлений (самых сильных реакций на стимульное слово), определении меры иерархичности и дифференцированности концепта. Первая реакция на стимульное слово *СТРЕСС* исследуется с помощью направленного ассоциативного эксперимента, который позволяет выявить скрытые от наблюдения особенности индивидуального опыта преодоления стрессовых ситуаций. Оценка меры иерархичности концепта *Стресс* (вербальный и образный компоненты) осуществляется в соответствии с подходом М.А.

Холодной. Новизна исследования заключается в выделении содержательных характеристик концепта *Стресс*.

Математическая обработка данных, полученных в результате проведенного кросс-культурного исследования, осуществлялась с помощью пакета статистических программ SPSS 22.0. Выбор методов статистического анализа обусловлен особенностями данных и количеством сравниваемых подгрупп респондентов (Бююль, Цёфель, 2005; Митина, 2011; Наследов, 2013; Сидоренко, 2003):

- дескриптивный анализ для оценки нормальности распределения данных, частотности и выраженности исследуемых показателей;
- коэффициент α Кронбаха для оценки внутренней согласованности пунктов методики совладающего поведения;
- процедура процентильной стандартизации для преобразования полученных «сырых» баллов в шкалу стенов;
- однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA) для выявления зависимости особенностей организации концепта *Стресс* и стратегий совладания от независимого фактора «этнокультурная принадлежность»;
- факторный анализ (вращение Varimax) для определения структуры стратегий совладающего поведения у студентов;
- процедура иерархической кластеризации (метод Ward) для выявления структуры совладающего поведения у респондентов с разной мерой дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций;
- процедура апостериорных множественных сравнений (критерий Шеффе) для выявления различий в организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов разных этнокультурных групп;
- общее линейное моделирование (одномерный, многомерный подход).

Применение нелинейного преобразования данных обусловлено результатами дескриптивного анализа исследуемых показателей. Поскольку

распределение не соответствовало нормальному (критерий Колмогорова-Смирнова), то сырые баллы по каждой шкале были трансформированы через процентильную стандартизацию¹ в единую шкалу стенов (Митина, 2011, с. 56). В Приложении 3 представлены результаты дескриптивной статистики по психодиагностическому комплексу до и после процедуры трансформации. Преобразованные данные использовались при выявлении соотношения между особенностями организации концепта *Стресс* и стратегиями совладающего поведения, а также выявлении кросс-культурных различий в исследуемых переменных.



Рис. 3. Дизайн исследования

¹ Для реализации этой задачи мы использовали процедуру процентильной стандартизации в Excel-форме, подготовленную А.Д. Наследовым.

2.3. Методы оценки особенностей организации концепта *Стресс*

В Таблице 6 представлена структура анализа особенностей организации концепта *Стресс*, которая включает исследование (1) особенностей ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций, (2) организацию концепта *Стресс* (мера иерархичности, мера дифференцированности).

Таблица 6

План анализа организации концепта *Стресс*

Единицы анализа концепта	Метод/ Формулировка задания	Тип анализа / параметры оценивания
<i>Особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций</i>		
ИмPLICITное представление о стрессе	Направленный ассоциативный эксперимент/ «Напишите как можно больше прилагательных, соответствующих слову СТРЕСС» (время – 3 мин.)	Частотный анализ первой реакции на стимульное слово: признаки в ядерной и периферической зонах
Сенсорная модальность		Количественный анализ когнитивных признаков: тяжелый, острый, жесткий, колючий, потный, красный, угловатый
Эмоционально-оценочная модальность		Количественный анализ когнитивных признаков: тревожный, беспокойный, нервный, напряженный, нервозный, сильный, дискомфортный, неприятный, вредный, грустный, усталый, грубый, страшный, хаотичный, негативный, непродуктивный
Пространственно-временная модальность		Количественный анализ когнитивных признаков: хронический, продолжительный, глубокий, изменяющийся, стремительный, постоянный, длительный, эпизодический, непрерывный, частый, объемный
<i>Организация концепта Стресс</i>		
Мера иерархичности (словесно-речевой компонент)	Направленный эксперимент/ «Сформулируйте ряд проблем, возникающие в связи с исследованием, объектом которого является СТРЕСС» (время – 2 мин.).	Критериальный анализ уровня сложности проблем: 0 баллов – не выделены, 1 балл – представлены в виде видовых признаков, 2 балла – сочетание видовых и родовых признаков, 3 балла – представлены в виде родовых признаков.

Мера иерархичности (образный компонент)	Визуальный портрет концепта <i>Стресс</i> / «Сделайте рисунок, который в образной форме воспроизводит СТРЕСС с учетом его наиболее важных и существенных характеристик» (время - 2 мин.).	Критериальный анализ уровня обобщенности визуального прототипа: 0 балл – портрет не представлен, 1 балл – представлены внешние признаки стрессовой ситуации, 2 балла – отображены признаки стрессового состояния человека, 3 балла – модели и схемы причинно-следственных связей развития стрессовых ситуаций.
Мера дифференцированности	Комплекс методов оценки особенностей организации концепта (без дополнительного времени)	Категориальный анализ содержательных характеристик: <i>причины, состояние, последствия, процесс, управление</i>

Диагностическая процедура, включающая направленный ассоциативный эксперимент и визуальный портрет концепта *Стресс*, хорошо себя зарекомендовала при исследовании индивидуально-психологических представлений о стрессе у сотрудников реального сектора экономики – рабочих приборостроительного завода и операторов IT контакт-центра (Куваева, 2018, 2019, 2020).

2.3.1. Оценка ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций

Для выявления особенностей организации ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций применялся направленный ассоциативный эксперимент. Респондент на протяжении трех минут фиксировал прилагательные, ассоциирующиеся со словом *Стресс*. Психологический анализ ассоциативного ряда включает: (1) исследование имплицитного представления о стрессе; (2) определение выраженности модальностей концепта *Стресс*; (3) анализ меры содержательной дифференцированности. Показатель концепта *Стресс* – длина ассоциативного ряда – не учитывался при обработке данных, поскольку китайские иероглифы являются многозначными и зависят от контекста употребления.

Первая реакция респондентов на слово *Стресс* в ассоциативном ряду является самой сильной (Уфимцева, 2016) и социально-приемлемой характеристикой понятия в конкретной группе/культуре. Анализ первой реакции на стимульное слово позволяет выделить ядерную и периферийную зоны (Попова, Стернин, 2007), которые определяются по частоте упоминания признака в группе респондентов:

- ядро (≥ 7 упоминаний),
- ближняя периферия (4-6),
- дальняя периферия (2-3),
- крайняя периферия (1 упоминание).

Весь ассоциативный ряд, написанный респондентом, анализировался для определения выраженности трех модальностей концепта (сенсорной, эмоционально-оценочной, пространственно-временной), которые отражают разные способы кодирования и переработки информации (в терминах Л.М. Веккера). Сенсорные признаки в структуре концепта *Стресс* передают опыт преодоления стрессовых ситуаций в виде разнообразных ощущений: зрительных, слуховых, обонятельных, тактильных, вкусовых. Эмоционально-оценочные признаки концепта *Стресс* отражают разные эмоции и состояния человека, его когнитивную оценку трудных ситуаций и диспозиционную установку на стресс в целом. Пространственно-временные признаки указывают на продолжительность, расстояние, объем, форму и размер.

Процедура выявления прилагательных, релевантных разным модальностям концепта *Стресс*, включала ряд этапов.

На первом этапе подготовлен список прилагательных, состоящий из 117 слов и отобранные следующими способами:

- анализ словарных статей в разных языках (взяты прилагательные *напряженный, сильный, нервный, трудный, давящий, беспокойный, перевозный, разрушающий, волнительный, непреодолимый, активный*);
- заимствование 35 биполярных шкал, рекомендованных М.А. Холодной;

- отбор эмоционально-оценочных признаков концепта, выделенных лингвистами З.Д. Поповой и И.А. Стерниным;
- частотный анализ прилагательных, эмпирически выявленных в каждой языковой культуре;
- подбор синонимов и антонимов к наиболее частотным прилагательным (по необходимости).

На втором этапе проведена экспертная оценка отобранных прилагательных по степени их соответствию сенсорной, эмоционально-оценочной и пространственно-временной модальностям (4-балльная шкала). Результаты экспертизы приведены в Приложение 2 (Таблица 3).

Третий этап связан с выявлением прилагательных, получивших высокую согласованность среди экспертов ($\geq 75\%$). Результаты экспертной работы показали, что 34 когнитивных признака являются релевантными трем модальностям концепта *Стресс* (Таблица 7; Приложение 2, Таблица 5).

Таблица 7

Прилагательные, релевантные модальностям концепта *Стресс*

Сенсорная модальность	Эмоционально-оценочная модальность	Пространственно-временная модальность
<ul style="list-style-type: none"> ▪ тяжелый, ▪ острый, ▪ жесткий, ▪ колючий, ▪ потный, ▪ красный, ▪ угловатый 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ тревожный, ▪ беспокойный, ▪ нервный, ▪ напряженный, ▪ нервозный, ▪ сильный, ▪ дискомфортный, ▪ неприятный, ▪ вредный, ▪ грустный, ▪ усталый, ▪ грубый, ▪ страшный, ▪ хаотичный, ▪ негативный, ▪ непродуктивный 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ хронический, ▪ продолжительный, ▪ глубокий, ▪ изменяющийся, ▪ стремительный, ▪ постоянный, ▪ длительный, ▪ эпизодический, ▪ непрерывный, ▪ частый, ▪ объемный

Как видно из Таблицы 7, в эмоционально-оценочной модальности концепта *Стресс* представлено большее количество признаков стрессовых ситуаций по сравнению с сенсорной и пространственно-временной модальностями. Сенсорные признаки относятся к категориям веса (*тяжелый*), тактильных ощущений (*жесткий, колючий, острый, потный, угловатый*) и зрительных впечатлений (*красный*). Эмоционально-оценочные признаки передают состояние человека (*тревожный, беспокойный, нервный, напряженный, дискомфортный, неприятный, усталый*), его эмоции (*грустный, страшный*), когнитивные оценки (*вредный, негативный, непродуктивный, сильный*) и т.д. Пространственно-временная модальность концепта *Стресс* включает слова, описывающие время (от *длительного* и *частого* до *эпизодического*), степень воздействия (*глубокий*), изменчивость (*изменяющийся*), объем (*объемный*).

Для выявления модальностной организации концепта *Стресс* обрабатывались ответы респондентов, полученные с помощью направленного ассоциативного эксперимента и переведенные с родного языка испытуемого на русский язык. Далее ответы соотносились со списками релевантных прилагательных, получивших высокую степень согласованности среди экспертной группы.

2.3.2. Оценка меры дифференцированности концепта *Стресс*

Для выявления меры дифференцированности концепта *Стресс* используются данные ассоциативного ряда, сформулированные проблемы и рисунки респондентов.

Обработка прилагательных из ассоциативного ряда каждого респондента состоит в соотнесении со списком признаков, релевантных содержательным характеристикам концепта *Стресс*. Для проверки нашей гипотезы мы использовали только те прилагательные, имеющую наибольшую согласованность среди экспертов ($\geq 75\%$).

Процедура верификации прилагательных включала два этапа работы экспертов. На первом этапе эксперты оценивали 85 прилагательных ($n=1153$, ≥ 5 % встречаемости) и определяли соответствие признака одной или нескольким категориям (Приложение 2, Таблица 1). В результате экспертизы выделены 17 прилагательных. По мнению экспертов, к категории *причины* относятся признаки *сильный, ужасный, страшный, психологический, проблемный, экзаменационный, неожиданный, внезапный, непреодолимый*. Характеристика *состояние* передается прилагательными *эмоциональный, гневный*; *последствия* – признаками *усталый, депрессивный, больной, утомленный*. Содержательная категория *управление* включила прилагательные *легкий* и *контролирующий*. Указанные прилагательные вошли в список, который оценивался экспертами на следующем этапе.

На втором этапе эксперты оценивали расширенный список прилагательных (43 шт.) по степени соответствия каждого прилагательного конкретной содержательной категории (оценки экспертов – Приложение 2, Таблица 2). Список прилагательных, получивших наибольшую согласованность среди экспертов, представлен в Таблице 8.

Таблица 8

Список прилагательных, релевантных содержательным категориям концепта *Стресс* (согласованность экспертов ≥ 75 %).

Содержательные категории	Прилагательные
Причины (источники изменений и воздействий)	Проблемный, трудный, экзаменационный, психологический, рабочий, внезапный, неожиданный, тяжелый, ужасный, страшный, неопределенный, тревожный, беспокойный, давящий, сильный, волнительный
Состояние (сдвиг от нормального)	Напряженный, нервный, эмоциональный, тревожный, волнительный, грустный, гневный, потный
Последствия (отсроченные эффекты)	Утомленный, усталый, разрушающий, развивающий, депрессивный
Процесс (особенности протекания)	Хронический, длительный, глубокий
Управление (способы воздействия на)	Контролируемый, активный, избегающий, пассивный, сильный

трудную ситуацию и состояние человека)	
--	--

При выделении содержательных категорий в задании «Формулировка проблем» учитывалось «наполнение» ответа, а не уровень сложности проблемы. Примеры формулировок проблем в соответствии с содержательными категориями концепта *Стресс* представлены в Таблице 9.

Таблица 9

Содержательные категории концепта *Стресс* и примеры формулировок

Содержательные категории	Формулировки проблем
Причины (источники изменений и воздействий)	Ссора, нищета, «стресс появляется от плохого социального положения», «Причины возникновения стресса», «Какие факторы влияют на человека?»
Состояние (сдвиг от нормального)	Внутреннее беспокойство, потливость, «Протекание стресса с биологической точки зрения в организме», симптомы
Последствия (отсроченные эффекты)	Бессонница, депрессия, головная боль, «Влияние стресса на общество», «Как стресс влияет на нашу социальную жизнь?»
Процесс (особенности протекания)	«Способы развития стресса», продолжительность, фазы развития стресса
Управление (способы воздействия на трудную ситуацию и состояние человека)	«Способы борьбы со стрессом», «Пути выхода из стресса», варианты снятия стресса (методики), спокойствие, «заставляет задуматься»

Процедура оценки содержательных категорий в задании «Визуальный портрет концепта *Стресс*» сопровождается описанием определения каждой категории в отдельности и приведением рисунков в качестве примеров (Приложение 3, Таблицы 4-7).

Причины развития стрессовых ситуаций

В рисунках отражены трудные ситуации или отдельные факторы повышенной напряженности человека. Стрессовые воздействия фиксируются

в неблагоприятных погодных условиях, осложненных межличностных взаимоотношениях, учебных и трудовых проблемах, чрезвычайных происшествиях, травматических жизненных событиях, повседневных затруднениях, социально-экономических потрясениях. Примеры визуальных прототипов приведены на рис. 4.



«Когда проблема долго не решается»

Трудности взаимодействия с начальником

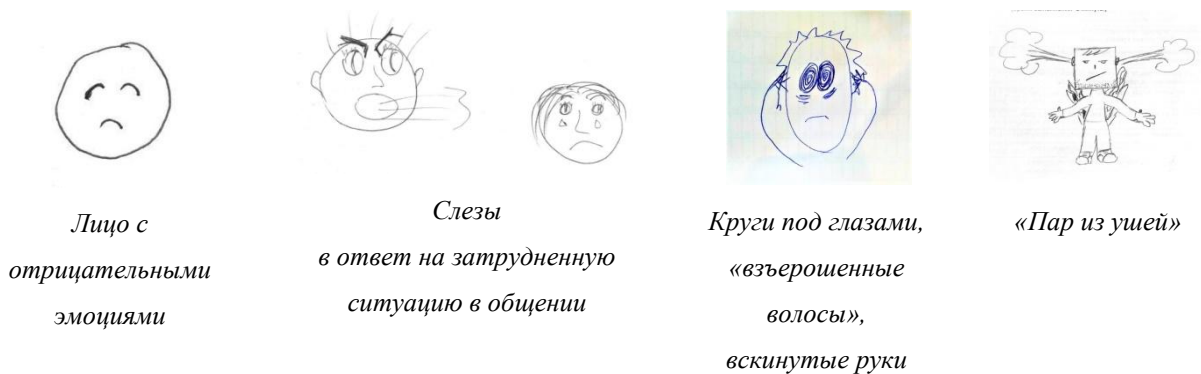
Воздействие разных факторов на человека

Гиря

Рис. 4. Примеры изображений причин стресса

Состояние

Содержательная характеристика фиксируется в отражении напряженного или дискомфортного состояния человека (рис. 5). Физиологические проявления прорисовываются через слезы, взъерошенные волосы, синяки под глазами, «дергание глаза» и т.д. Психологические проявления передается через отрицательные эмоции, «хаос в голове», «зацикленность на проблеме», «мозг кипит» и т.д.



Лицо с отрицательными эмоциями

Слезы в ответ на затрудненную ситуацию в общении

Круги под глазами, взъерошенные волосы, вскинутые руки

«Пар из ушей»

Рис. 5. Примеры изображений стрессового состояния

Последствия

Изображения фиксируют последствия в области физического здоровья, психического благополучия, профессиональной деятельности и т.д. (рис. 6). Подписи, сделанные к рисункам, учитываются при разнесении к категории (например, «бессонница», «боль в сердце», «синдром выгорания» и т.д.).



Рис. 6. Примеры изображений последствий стресса

Процесс

Данная содержательная характеристика представлена в виде причинно-следственных связей, моделей, графиков, схем (см. рис. 7). Особенность этой категории заключается в фиксации динамики стрессовых ситуаций.

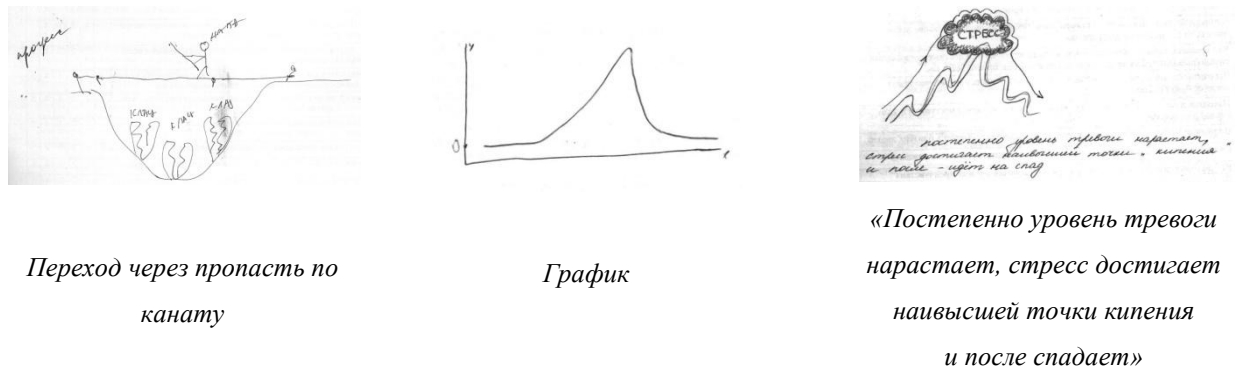
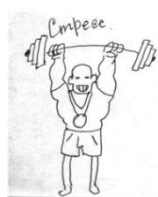


Рис. 7. Примеры изображений процесса стресса

Управление

Рисунки отражают разные способы преобразования трудной ситуации и регуляции состояния человека (рис. 8). Проблемно-ориентированное совладание (рис. 8а) передается через достижение поставленной цели

(«поднять штангу»), разворачивание интеллектуальной деятельности («думает, как решить проблему», «иду решать проблему»), реагирование на изменение условий (использование зонта в дождливую погоду). Мобилизационный копинг (рис. 8б) демонстрируется посредством изображения музыкальных символов, религиозной атрибутики, символов веры, спортивных занятий, изменения установок на трудную ситуацию. Социальное совладание (рис. 8г) представлено в фигурах близких людей (родители, супруги, друзья) и представителей помогающих профессий (психолог, врач). Пассивное совладание передается изображениями отдыха (море, пляж, кровать, сон и т.д.). Неконструктивные стратегии (рис. 8в) прорисовываются в виде алкогольных напитков, сигарет, неправильного питания, агрессивных действий («бить молотком компьютер»), саморазрушающего поведения («биться головой об стену»).



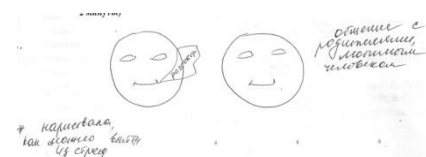
а) Поднятие штанги как победа



б) «Человек, меняющий отношение к проблеме»



в) Алкоголь, гамбургер, сигареты, книги



г) Общение с родителями и любимым человеком для поиска способа выхода из стресса

Рис. 8. Примеры изображений способов управления стрессом

Таким образом, оценка меры дифференцированности концепта *Стресс* заключается в подсчете количества содержательных категорий, отраженных в каждом задании. Максимальная мера дифференцированности концепта составляет 15 баллов. При подсчете определяющим является факт фиксации категории, а не количество признаков из каждой категории.

2.3.3. Оценка меры иерархичности концепта *Стресс*

В организации концепта *Стресс* выделены два показателя, связанные с мерой иерархичности, – словесно-речевая (задание «Формулирование проблем») и образная (Визуальный портрета концепта *Стресс*). Особенности иерархической организации концепта *Стресс* проявляются в упорядочивании признаков по степени сложности семантического поля и уровню обобщенности образа. Примеры изображений портретов концепта Стресс, представленные на разных уровнях иерархичности приведены в Приложении 3 (Таблицы 1-3).

Оценка меры иерархичности концепта

(вербальный компонент)

Определение меры иерархичности словесно-речевого компонента заключается в выявлении уровня сформулированных проблем. Согласно инструкции, респондент в течение двух минут записывает проблемы, которые, по его мнению, возникают при исследовании стресса. Критерии «разнесения» ответов респондентов в соответствии с уровнями концептуализации представлены ниже.

0 баллов

Респондент не смог сформулировать проблемы или написал ответы, не имеющие отношения собственно к стрессу.

1 балл

Данный уровень представлен конкретной концептуализацией – видовые признаки концепта или перечисление конкретных примеров стрессовых ситуаций. Респонденты формулируют ответы преимущественно в виде слов или словосочетаний.

2 балла

Ответы переходного уровня характеризуется одновременной фиксацией видовых и родовых признаков – конкретных примеров стрессовых ситуаций и проблем исследования стресса.

3 балла

Формулирование проблем выполнено на высоком уровне сложности – обобщенная концептуализация. Респонденты используют словосочетания и фразы-предложения, отражающие суть проблемы.

Примеры ответов испытуемых на разных уровнях сложности представлены в Таблице 10.

Таблица 10

**Критерии определения меры иерархичности концепта *Стресс*
(вербальный компонент)**

Степени сложности	Примеры формулировок проблем (из протоколов)
0 баллов	Стресс порождает стресс; нежелание людей рассказывать о себе; сложность подбора людей на исследование; отсутствие помещения для проведения исследования; стресс сложно изучать и т.д.
<i>Уровень видовых признаков</i>	
1 балл	Нищета, экзамен, напряженность, семейная ссора, смерть близкого человека, плохое социальное положение и т.д.
<i>Переходный уровень (сочетание видовых и родовых признаков)</i>	
2 балла	1. Проблемы в семье. 2. Депрессия. 3. Как решить трудную ситуацию?. 4. Как развивается стресс?
<i>Уровень родовых признаков</i>	
3 балла	Симптомы, длительность, нагрузка, источники возникновения стресса, эмоциональный стресс, факторы развития стресса, особенности протекания стресса

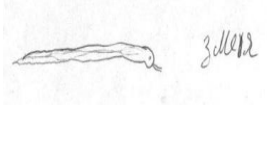


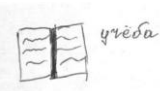

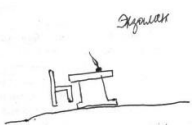


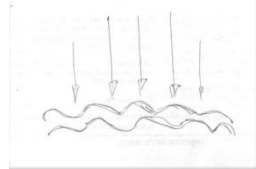



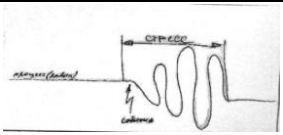
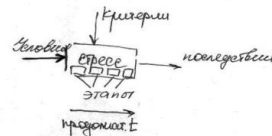
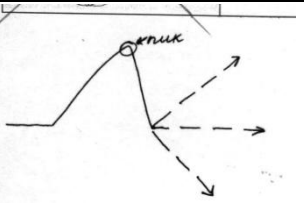
Определение меры иерархичности образного компонента заключается в выявлении уровня обобщенности образа. Согласно инструкции, респондент в течении двух минут делает рисунок и фиксирует наиболее существенные характеристики стресса. Поясняющие подписи, сделанные испытуемыми,

учитываются при обработке протоколов. Атлас визуальных прототипов концепта *Стресс* представлен в Приложение 3.

На основе идей М.А. Холодной (2012) разработаны критерии оценки меры иерархичности визуального компонента концепта *Стресс* (Таблица 11).

Таблица 11

**Критерии оценки меры иерархичности
визуального портрета концепта *Стресс***

Мера обобщенности образа	Примеры рисунков (из протоколов)		
<p>1 балл (фиксация трудной ситуации или причин развития стресса)</p>	<p><i>Что вызывало стресс?</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>Змея</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Плохая погода</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>«Дом, который бомбят турки»</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>Учебные трудности</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Стопки документов</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Экзамен</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>Совокупность проблем</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Проблема</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Воздействие сверху на поверхность</p> </div> </div>		
<p>2 балла (проявления стрессового состояния)</p>	<p><i>Как стресс проявляется у человека?</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>«Что делать?»</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Слезы, «кипение в голове»</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Гормон стресса кортизол</p> </div> </div>		
<p>3 балла (причинно-следственные связи развития стресса)</p>	<p><i>Как развивается стресс?</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>Процесс стресса</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Структурно-динамическая модель стресса</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>График развития стресса</p> </div> </div>		

0 баллов

Респондент не смог визуализировать стресс: поле для рисунка оказалось пустым или написано слово *Стресс* в разных вариациях.

1 балл

Изображения передают целостные трудные ситуации или ее отдельные характеристики без демонстрации психофизиологического «статуса» стресса. Универсальные характеристики стрессовых ситуаций передаются через внешнее давление, неопределенность, новизну, неожиданность, нерешенный вопрос, наличие проблемы. Изображенные события могут различаться по степени экстремальности: война, теракт, нищета, любовная драма, потеря близких, многозадачность, дедлайн, проигрыш футбольной команды, учебные и трудовые трудности, встреча с опасным животным, дорожно-транспортное происшествие, плохая погода и т.д.

2 балла

Изображения фиксируют «фотографию» стрессового состояния: они передают напряженное или дискомфортное состояние человека. Физический дискомфорт прорисовывается в неприятных симптомах («комочек в горле», «крутит живот», «круги под глазами», «перекошенное тело», сгорбленная спина, повышение артериального давления, головная боль и т.д.). Эмоциональные переживания фиксируются через изображение грусти, гнева, ярости, слез. Интеллектуальное напряжение передается в виде хаоса в голове, изображением вопросительных знаков и формулированием конкретных вопросов («Как перейти через эту пропасть?»). Рисунки, отображающие физиологию стресса, демонстрируют название гормонов (адреналин, норадреналин, кортизол), работу разных систем организма («активизация симпатического отдела», «отток кровотока от желудочно-кишечного тракта»).

3 балла

Изображения характеризуются высокой обобщенностью: модели и схемы отражают причинно-следственные связи развития стрессовых ситуаций и признаки реагирования человека на них. Портреты концепта *Стресс*

выглядят как структурные, динамические и/или структурно-динамические концепции; часто встречается профессиональная терминология. Структурные модели отражают обобщенные характеристики стресса (причины, состояние, последствия, фазы, управление), либо фиксируют специализированную информацию (физиологическая структура стрессовой реакции). Структурно-динамические модели включают изображения стресса с учетом развернутости во времени. Динамические модели показывают стадии развития стресса, напоминающие фазы общего адаптационного синдрома («тревога – сопротивление – истощение» по Г. Селье). Динамические схемы рисуются в виде графика, расположенного в системе координат.

Рисунки на «3 балла» соотносятся с определением: «Стресс – это процесс реагирования человека (организма) на трудную ситуацию с целью поиска решений и нормализации состояния». Среди изображений высокого уровня обобщенности встречаются визуализации в виде целостных ситуаций, в которых виден контекст затруднений и активность человека в разрешении проблемы.

2.4. Методы оценки стратегий совладающего поведения у студентов

Для оценки особенностей совладающего поведения применялся опросник Adolescent Coping Scale (ACS), разработанный в 1993 году австралийскими психологами Эрикой Фрайденберг и Раймоном Льюисом. Данный опросник предназначен для выявления структуры совладания у респондентов юношеского возраста и периода ранней взрослости. Русскоязычная версия ACS адаптирована на репрезентативной выборке в 1999 – 2002 гг. Т.Л. Крюковой (Крюкова, 2007). Адаптированные и опубликованные версии ACS для армянской, турецкой и китайской выборок не были обнаружены.

Диагностическая ценность ACS по сравнению с другими методиками оценки совладающего поведения состоит в выявлении многообразия

копингов (18 стратегий). Данный инструмент дифференцирует копинги продуктивного, социального и непродуктивного стилей. Выбор методики обусловлен возможностью выявления различий в востребованности религиозного копинга, позитивного мышления и персональной ответственности за стрессовые ситуации у студентов разных этнокультурных групп.

Общая форма ACS применялась с целью исследования типичных стратегий совладания у первокурсников. Опросник состоит из 79 закрытых утверждений. Респондент оценивает каждое утверждение по 5-балльной шкале Лайкерта (1 - «я никогда так не поступаю, это неприемлемо», 2 – «очень редко», 3 – «иногда», 4 – «часто», 5 – «делаю так, поступаю так часто»).

Стратегии продуктивного стиля представлены ниже:

- *Решение проблемы* – систематическое обдумывание проблемы с учетом других точек зрения.
- *Работа/достижение* – добросовестное отношение к учебе (работе) и высокие достижения.
- *Позитивный фокус* – оптимистический взгляд на трудные ситуации и поддержание бодрости, напоминание себе о существовании худших ситуаций.
- *Религиозная поддержка*² – молитвы о помощи и наставлении, чтение святого писания.

Социальный стиль совладания включает стратегии:

- *Социальная поддержка* – стремление поделиться проблемой с другими, заручиться поддержкой, одобрением, советами.
- *Принадлежность* – интерес к тому, что думают другие, и действия, направленные на получение их одобрения.

² Вслед за М.А. Холодной с соавторами (2007), которые полагают, что в традициях отечественной психологической школы содержание данной шкалы в большей мере соответствует термину *Религиозная поддержка* (Холодная и др., 2007).

- *Друзья* – общение с близкими и друзьями и приобретение новых друзей.
- *Профессиональная помощь* – поиск решения с квалифицированным специалистом.
- *Общественные действия* – поиск поддержки путем организации групповых действий для разрешения проблем, посещение собраний.

Непродуктивный стиль образуют стратегии:

- *Беспокойство* – беспокойство о будущем вообще и о своем будущем в особенности.
- *Самообвинение* – строгое отношение к себе, ощущение ответственности за проблему.
- *Разрядка* – улучшение самочувствия за счет «выпускания пара», вымещение своих неудач на других, слезы, крик, алкоголь, сигареты или наркотики.
- *Уход в себя* – замкнутость и отказ от взаимодействия с другими.
- *Несовладание* – отказ от каких-либо действий по разрешению трудной ситуации вплоть до болезненных состояний.
- *Игнорирование* – сознательное блокирование проблемы.
- *Чудо* – надежды на лучшее и удачное стечение обстоятельств.
- *Активный отдых* – занятие физкультурой и спортом.
- *Отвлечение* – пассивный отдых в виде чтения книг, просмотра телевизора и развлечений.

Опираясь на идеи субъектного подхода в психологии и разработанную уровневую организацию концепта *Стресс*, можно предложить альтернативную структуру анализа совладающего поведения при интерпретации полученных результатов (Таблица 12).

**Структура анализа совладающего поведения
с учетом особенностей концептуализации стрессовых ситуаций**

Особенности совладания	Стратегии совладания	
	Субъектные	Внесубъектные
Ориентация на управление	<i>Управление стрессовой ситуацией</i>	
	Решение проблемы Работа/достижение	Профессиональная помощь Общественные действия
	<i>Управление эмоциональным состоянием</i>	
	Разрядка Позитивный фокус Уход в себя	Социальная поддержка Чувство принадлежности Друзья
Ориентация на избегание	Несовладание Игнорирование	Чудо Активный отдых Отвлечение
Культурная специфичность	Беспокойство Самообвинение	Религиозная поддержка

Интегрированный уровень концепта *Стресс* включает представления об управлении трудными ситуациями и эмоциональным состоянием. Управление трудной ситуацией заключается в целенаправленном поведении по разрешению проблемы: анализ причин, отслеживание процесса и предотвращение возможных последствий. Индивидуальный проблемно-ориентированный копинг связан с принятием персональной ответственности; опора на внешние ресурсы выражается в привлечении людей для разрешения стрессовых ситуаций. Управление состоянием включает поведение, направленное на саморегуляцию. Избегающее поведение проявляется в сознательном отказе от целенаправленной деятельности по разрешению стрессовой ситуации, а также ориентация на внесубъектные ресурсы и переключение на другие виды деятельности (несвязанные со стрессовыми ситуациями).

Анализ внутренней согласованности шкал опросника (Приложение 4, Таблица 5) показал варьирование α Кронбаха в диапазоне от 0.381 (*Отвлечение*) до 0.851 (*Религиозная поддержка*). Показатель α Кронбаха по

шкале *Отвлечение* равен 0.381, что свидетельствует, вероятно, о специфическом понимании содержания вопросов представителями разных культур. В независимости от культурной принадлежности респондента самая высокая согласованность у шкал: *Религиозная поддержка* (0.851), *Самообвинение* (0.802), *Активный отдых* (0.799). Согласно полученным данным, инструмент вполне адекватно работает на кросс-культурной выборке.

ВЫВОДЫ

В данной главе представлена диагностическая процедура, сочетающая направленный ассоциативный эксперимент и визуальный портрет концепта *Стресс*; разработаны критерии оценки особенностей организации концепта (мера иерархичности, мера дифференцированности, особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций). Выявлены прилагательные, релевантные модальностям и содержательным категориям концепта *Стресс*. Массив полученных данных переведен в единую шкалу стенов, что позволяет сопоставлять показатели у представителей разных этнокультурных групп по разным методикам. Обоснованы методы статистического анализа данных. Впервые разработана структура анализа совладающего поведения с учетом особенностей концептуализации стрессовых ситуаций.

ГЛАВА III.
ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ
ОРГАНИЗАЦИИ КОНЦЕПТА *СТРЕСС*
И СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У СТУДЕНТОВ
СОЦИО-ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ
РАЗНЫХ ЭТНОКУЛЬТУРНЫХ ГРУПП

Изложение результатов исследования представлено в соответствии с поставленными задачами. Описание соотношения организации концепта *Стресс* и стратегий совладания выполнено в соответствии с дизайном исследования (Главе 2). Полученные данные свидетельствуют о пригодности диагностической процедуры, сочетающей направленный ассоциативный эксперимент и визуальный портрет концепта *Стресс*, для оценки особенностей концептуализации стрессовых ситуаций у представителей разных этнокультурных групп. Результаты исследования подтверждают двойственную функцию концепта *Стресс*, проявляющуюся в концептуализации стрессовых ситуаций и регуляции совладающего поведения. Получены данные о специфике ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций и структуре совладания у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп. Продемонстрировано, что этнокультурная принадлежность студента оказывает главный эффект на организацию концепта *Стресс*. Показано статистическое влияние показателей Мера дифференцированности и иерархичности концепта *Стресс* на показатели стратегий совладания (общее линейное моделирование).

3.1. Особенности концептуализации стрессовых ситуаций у студентов

Концептуализация как процесс построения концепта обусловлена индивидуально-психологическими особенностями и культурно-историческими условиями жизнедеятельности человека (Волкова, 2018).

Анализ ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций и особенностей организации концепта *Стресс* позволит выявить специфику концептуализации стрессовых ситуаций у молодежи социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

3.1.1. Особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов

В параграфе рассматривается соотношение вербального и визуального компонентов, а также представленность содержательных категорий в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций у студентов социо-гуманитарных специальностей разных культур. Для выявления особенностей ментального опыта у молодежи анализировались результаты ассоциативного эксперимента и визуальные портреты концепта *Стресс*.

Анализ ассоциативных рядов включал исследование первой (самой сильной) реакции на стимульное слово, позволяющей описать имплицитные представления о стрессе (Уфимцева, 2016). Признаки концепта *Стресс* передавались респондентами с помощью разных частей речи: русские, армяне и татары использовали прилагательные и причастия, в то время как турки и китайцы обращались к существительным. Следует отметить, что указанные различия обусловлены спецификой языковых культур и являются предметом исследования лингвокультурологии (Маслова, 2004). Применение прилагательных связано с фиксацией постоянных признаков объекта (*нервный, напряженный, тяжелый* и т.д.). Применение причастий является необходимым для передачи действия над объектом (*давящий, беспокоящий, угнетающий, изнуряющий*).

После работы с корпусом ответов, приведения их к единой форме с учетом языковой культуры и вычисления частоты встречаемости слов, выявлено 183 уникальных признака концепта *Стресс* (Приложение 5, Таблица 1).

Анализ первых реакций свидетельствует о компактности ядерной зоны концепта *Стресс*, включающей отличительный признак стрессового состояния (*напряженный*, 9 %) и эмоциональную оценку (*нервный*, 8 %). Ближняя периферия образована 34 признаками (49.6 %), отражающими основные содержательные характеристики концепта (*причины, состояние, последствия, управление*). Категория *причины* соотносилась с прилагательными *тяжелый, страшный, ужасный, трудный, внезапный, экзаменационный, рабочий, учебный*. Категория *состояние* включала признаки *эмоциональный, гневный, грустный*. Категория *последствия* зафиксирована в ответах *депрессивный* и *усталый*. Дальняя и крайняя периферия концепта *Стресс* представлена 75 уникальными признаками, что свидетельствует о детализированности и многообразии индивидуально-психологических представлений о стрессовых ситуациях у молодежи.

Анализ имплицитных представлений показывает, что стресс рассматривается студентами социо-гуманитарных специальностей как состояние напряженности и нервозности, возникающее под воздействием разных факторов и сопровождающееся негативными последствиями.

Сходные результаты получены у студентов социо-гуманитарной специальности «Юриспруденция» (Сергеева, Куваева, 2017) и представителей одной из наиболее стрессогенных профессий (операторов контакт-центров) (Куваева, 2018). У будущих юристов и работающей молодежи выявлена схожая структура представлений о стрессе: компактное ядро, образованное признаками *нервный* и *напряженный*, и обширная периферия.

В Таблице 13 представлены сводные результаты качественного анализа визуального и вербального компонентов ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп.

**Особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций
у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп**

Группы	Особенности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций				
	Вербальный компонент			Визуальный компонент	Частотные содержательные категории
	Первые реакции (наиболее частотные признаки)	Кол-во уникальных признаков (шт.)	Специфические признаки		
Русские	Нервный, напряженный, усталый, волнительный, сильный, плохой, грустный, тяжелый, депрессивный	106	Длительный	Высокая вариативность образов стресса с высокой детализацией рисунков (варианты стрессовых ситуаций, физиологические и психологические проявления стресса, неконструктивные способы разрешения трудных ситуаций и снятия напряжения)	Причины Состояние Последствия Процесс Управление
Армяне	Нервный, напряженный, психологический	50	Длительный	Высокая вариативность образов стресса с высокой детализацией и подробными пояснениями к рисункам (макрострессоры, повседневные трудности, проявления стрессового состояния, <i>разбитое сердце</i>)	Причины Состояние Последствия Процесс
Татары	Нервный, грустный, ужасный, волнительный	32	Моментальный Экстренный	Высокая вариативность образов стресса с низкой детализацией рисунков (повседневные трудности, негативные эмоции, изоляция от других людей)	Причины Состояния Последствия Управление
Турки	Экзамен, напряженный, рабочий	38	Тревожный, беспокойный	Низкая вариативность образов стресса с низкой детализацией рисунков (учебная деятельность, экзамены, обеспокоенность материальным благополучием)	Причины Состояние
Китайцы	Напряженный, страшный, давящий	36	Активный Быстрый	Низкая вариативность образов стресса с низкой детализацией рисунков, отличающихся метафоричностью и символизмом (<i>хаос, скрученное полотенце, живая и неживая природа</i>)	Причины Состояние Управление

Русские студенты

Частотный анализ первой реакции на стимульное слово *Стресс* показал, что концепт *Стресс* у русских студентов состоял из богатого ядра (9 признаков, 40.2 %) и обширной периферии (Приложение 5, Таблица 2, рис. 1). В ядре представлены отличительный признак *напряженный* и такие эмоциональные оценки как *нервный*, *плохой*, *сильный*, *тяжелый*. Ближняя периферия сформирована негативно-окрашенными ассоциациями, связанными с описанием причин и проявлений стрессового состояния у человека. Дальняя и крайняя периферия включала многообразие признаков, описывающих субъективный опыт преодоления стрессовых ситуаций. Отличительной особенностью концепта *Стресс* у русских респондентов стало отражение временного параметра (признаки *постоянный*, *длительный*, *ежедневный*, *частый*, *продолжительный*, *затяжной*, *вечный*).

Анализ визуального прототипа концепта *Стресс* у русских студентов выявил высокую вариативность образов стресса с высокой детализацией рисунков (рис. 9; в Приложении 5 рис. 2), что свидетельствует о дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у представителей данной этнокультурной группы.



Рис. 9. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у русских студентов

Русская молодежь отображала *причины* стресса (пресс, мегаполис, дедлайн, отчисление, плохая погода, военная служба и т.д.) и *последствия* (бледность, вялость, синяки под глазами). *Состояние* стресса фиксировалось через сенсорные ощущения (слезы, иголки, дергающийся глаз, потливость) и эмоционально-оценочные признаки (нервное напряжение, злость,

эмоциональный всплеск, сердцебиение, паника). Пространственно-временная модальность отображалась в изображении конкретных ситуаций (работа за столом, человек заперт в пещере). Анализ ситуаций, связанных с межличностными отношениями, демонстрирует обособленность человека от других людей. Категория *управление* проявлялась в изображении разных способов разрешения стрессовых ситуаций: прослушивание музыки, применение лекарств, обращение к психологу, курение, алкоголь и т.д. Сопоставление особенностей визуального компонента с результатами анализа вербального компонента указывает на содержательную согласованность ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у русских студентов.

Полученные результаты свидетельствуют, что русские студенты понимают стресс как нервное напряжение, сопряженное с разными негативными проявлениями в течение длительного времени. Результаты дополняют исследования социальных представлений о стрессе у молодежи (Кленова, 2015) и особенностей организации концепта *Стресс* у операторов контакт-центров (Куваева, 2018).

Студенты из Армении

Частотный анализ первой – самой сильной – реакции на стимульное слово *Стресс* у армянских студентов свидетельствует о компактной ядерной зоне, включающей три признака, и умеренно разработанной периферии (Приложение 5, Таблица 3). В ядро (29.4 %) вошли отличительный признак *напряженный* и эмоционально-оценочный признак *нервный*, а также прилагательное *психологический*. Ближняя периферия сформирована обобщенными признаками из содержательных категорий *причины* (*тяжелый, беспокоящий*), *состояние* (*беспокойный, эмоциональный*) и *последствия* (*депрессивный*). Дальняя периферия включила эмоционально-оценочные и пространственно-временные признаки стрессовых ситуаций (*глубокий, длительный*). Следует обратить внимание на преобладание негативных признаков в ментальных репрезентациях стресса у армян, однако позитивные

аспекты опыта преодоления стрессовых ситуаций также присутствовали (признаки *хороший* и *радостный*). Общее в имплицитных представлениях о стрессе у русских и армянских студентов заключается в отражении *процесса* стресса (временной параметр *длительный, нескончаемый, бесконечный, долговременный*).

Анализ визуального компонента ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у армянских студентов выявил высокую вариативность образов стресса с высокой детализацией и подробными пояснениями к рисункам (рис. 10; в Приложении рис. 4), что свидетельствует о дифференцированности представлений о стрессе.



Рис. 10. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у армянских студентов

Отличительные признаки визуальных репрезентаций стресса у армян связаны с изображением глобальных событий («разрушенный мир», «дом, который бомбят турки», «стресс, если представят оружие ко лбу») и повседневных трудностей («это не жизнь, как мы живем», плохая семейная атмосфера, экзамены, похороны, потеря близкого человека). Признаки *стрессового состояния* передавались через отрицательные эмоции и такие пояснения к рисункам как «беспорядочная и нестабильная ситуация внутри», «чувства перемешаны», «ощущение безвыходности ситуации», «закрученная спираль», «человек не может найти выход». Изображения лиц характеризовались высокой детализацией, отражающей боль и страдания человека («стресс – это червь, который мучает нас изнутри, но об этом знаем

только мы»). Анализ пояснений респондентов выявил значимую роль близких отношений в жизни армян («каждый человек должен быть окружен любимыми людьми»), которые могут выступать источниками стресса («близкое окружение давит и пытается понять причину стресса», «друг разбивает ожидания и не помогает в сложных ситуациях»).

Специфический символ – *разбитое сердце* – часто присутствовал в рисунках у армянской молодежи. Респонденты интерпретировали данный символ как потерю близкого и любимого человека, страдания в сочетании с позитивным фокусом («много мучений, но в нем есть вера и оптимизм на будущее»). Полученные результаты объясняются тем, что для армянского населения разрушение привычной жизни и распад семьи связаны с травматичными глобальными событиями в прошлом – геноцид армян турками и обретение независимости страны при распаде СССР. В исследовании армянской картины мира (Гаспарян, 2017) показано, что концепт *Сердце* является своеобразным эквивалентом понятию *Душа*.

Таким образом, армянские студенты понимают стресс как нервное напряжение, сопровождающееся негативными проявлениями в течение длительного времени. Визуальные представления преобладают в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций у данной группы респондентов. Вербальный компонент специфицирован в признаке *психологический*, что согласуется с анализом значений слова *Стресс*: оно отсутствует в толковых словарях армянского языка и определяется только в психологической литературе (Глава 1, раздел 1.4.2).

Студенты-татары

Анализ первой реакции на стимульное слово у студентов-татар выявил четыре признака, входящих в ядерную зону имплицитных представлений о стрессе (43.8 %) (Приложение 5, Таблица 4). Ядро концепта построено через эмоционально-оценочные признаки (*нервный, грустный, ужасный, волнительный*). Ближняя и дальняя периферия представлены признаками, описывающими *причины* стресса (*плохой, тяжелый*) и *последствия*

(усталый). Крайняя периферия включила признаки, среди которых отмечается экстренность и мгновенность стрессовых ситуаций.

Визуальный компонент ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у татарской молодежи характеризовался высокой вариативностью образов с низкой детализацией рисунков (рис. 11; в Приложении 5 рис. 5). Анализ изображений выявил специфические стрессогенные факторы и индикаторы стрессового состояния. В портретах концепта *Стресс* зафиксированы факторы межличностной напряженности – отвержение, вербальная агрессия, несовпадение интересов, враждебность. Изображение изоляции как стрессовой ситуации («стена», «человек одинок», «отстаньте!») отличало визуализации татар по сравнению со студентами из других культур. Субъективная оценка изоляции отписывалась следующим образом: «стресс вынуждает образовывать вокруг себя барьер; как в лабиринте, человек не может найти выход, замыкается в себе и становится раздражительным». *Стрессовое состояние* передавалось через негативные эмоции (тревожность, раздражение, отсутствие настроения, «грустный, печальный, переживающий человек», «человек убивает себя изнутри»). Признаки *субъектности совладания* отмечаются в рисунках у татар, которые демонстрируют направленность на стрессовые ситуации: «Необходимо много усилий и труда, чтобы их преодолеть»; «Сможет ли человек выйти из стресса, зависит только от него».



Рис. 11. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у студентов-татар

Изучение соотношения признаков в визуальном компоненте концепта *Стресс* у татар показало преобладание эмоционально-оценочных и пространственно-временных признаков, что согласуется с выраженностью эмоционально-оценочной модальности среди первых (самых сильных) реакций на слово-стимул. Следует подчеркнуть, что татары под стрессом понимали нервные эмоциональные переживания, связанные с волнением и тревожностью. Однако отличительный признак стресса – *напряженный* – не представлен в ядре концепта *Стресс* у татар, в то время как молодежь других культур отражала данный признак как наиболее частотный. Сходство между результатами лексикографического анализа и имплицитными представлениями о стрессе у татарской молодежи заключается в интерпретации стресса как нервного состояния организма.

В исследовании А.О. Прохорова (2009) показано, что татары по сравнению с русскими испытывают более интенсивные психические состояния.

Турецкие студенты

Студенты фиксировали ассоциации посредством причастий и существительных, поскольку система турецкого языка ограничена количеством прилагательных. Анализ первых реакций о стрессе у турок выявил компактное ядро: оно образовано отличительным признаком *напряженный* и признаками о стрессорах *экзамен/работа* (Приложение 5, Таблица 6). Ближняя периферия включила эмоционально-оценочные признаки (*плохой, тягостный, давящий*), а также указание на межличностные и финансовые трудности в опыте преодоления стрессовых ситуаций. Дальняя и крайняя периферия состояла из признаков, вновь связанных с учебой и деньгами (*умственный, учебный, университет, безработица*), что подчеркивает важность академического и профессионального успеха в жизни турецкого студента. Другая отличительная особенность вербального компонента концепта *Стресс* у турецкой молодежи – это фиксация беспокойства (*тревожный, страшный,*

беспокойный, тревога за будущее), которая проясняет причины стресса и особенности состояния при преодолении стрессовых ситуаций.

Визуальный компонент ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у турок, в отличие от трех рассмотренных групп (русские, армяне, татары), характеризовался низкой вариативностью образов стресса и низкой детализацией рисунков. Студенты рисовали преимущественно трудные ситуации в учебе (книги, тетради, письменные столы, экзамены), в межличностных отношениях и материальном положении (машина, дом, деньги, «стану ли я успешным?») (рис. 12; в Приложение 5 рис. 8). Исследование визуального портрета концепта *Стресс* у турок подтвердило данные анализа вербального компонента: слово *Экзамен*, отражавшее самые сильные реакции в имплицитных представлениях, проявилось в изображении аббревиатур разных экзаменов в системе образования Турции (YDS³, LYS⁴, ALES⁵, KPSS⁶).



Рис. 12. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у турецких студентов

Обобщая вышесказанное, необходимо подчеркнуть отличительную особенность ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у турок – это конкретно-специфическая концептуализация. Они понимали стресс как

³ YDS - Yabancı Dil Seviye Belirleme Sınavı (экзамен определения уровня иностранного языка).

⁴ LYS - Lisans Yerleştirme Sınavı (распределительный экзамен на программы бакалавриата).

⁵ ALES - Akademik Personel ve Lisansüstü Eğitimi Giriş Sınavı (экзамен для поступления на последипломные программы).

⁶ KPSS - Kamu Personeli Seçme Sınavı (экзамен для поступления на государственную службу).

напряжение, связанное с экзаменами, работой и положением в обществе после окончания университета.

Китайские студенты

Согласно данным, представленным Таблицы 6 (Приложение 5), ядерная зона имплицитных представлений о стрессе выражена признаком *напряженный* (данный иероглиф передает образ *скрученное полотенце*). Внутри ядра отображены признаки, свидетельствующие о факторах внешней и внутренней напряженности (*давящий* и *страшный* соответственно). В дальней периферии зафиксированы признаки *активный* и *быстрый*. Анализ первых реакций у китайских студентов на слово-стимул показал, что стресс понимается ими как давящее напряжение, связанное со страхом и быстротой реагирования.

Особенности визуального компонента ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у китайцев заключались в низкой вариативности образов с низкой детализацией рисунков (как у турецкой молодежи). Низкая детализация рисунков подчеркивала обобщенные признаки стресса (напряженность, дискомфорт, внешнее давление). Однако отличительные особенности визуализаций стресса у представителей китайской культуры состояли в метафоричности рисунков и обращении к символам китайской философии (рис. 13). Метафоричность зафиксирована в пояснениях к рисункам: изображение *сердце распалось – солнце находится под землей* интерпретировалось респондентами как *расстроенное состояние человека привело к темноте*. Изображение стресса как *острая игла, которая прокалывает кирпич* расшифровывалось: «Когда кирпич прокалывают иглой, он может дрожать или трястись, а может мучиться, страдать и испытывать боль, после чего становится равнодушным. Потом я должен найти выход из ситуации». Специфика визуализации стресса проявилась в изображении первоэлементов (вода, воздух, огонь и т.д.) и символах природы (камень, дерево, солнце, рыба, трава, цветы, молния, облака). Символ *Спираль* (плоская кривая) оказался значимым в аспекте преодоления стрессовых

ситуаций: он соотносится с хаосом, беспорядком и спутанностью. Человеческие глаза на рисунках также изображались с помощью воронок-спиралей и без зрачков. Отличительными особенностями ментального преодоления стрессовых ситуаций у китайских студентов являлись признаки *неожиданность* и *внезапность* («свалиться как снег на голову»), требующие быстрой ответной реакции от человека. Реконструкция стрессовых ситуаций выполнялась китайскими студентами в пространстве природы и социального взаимодействия (человек у дерева, лодка в море, досуг в горах).

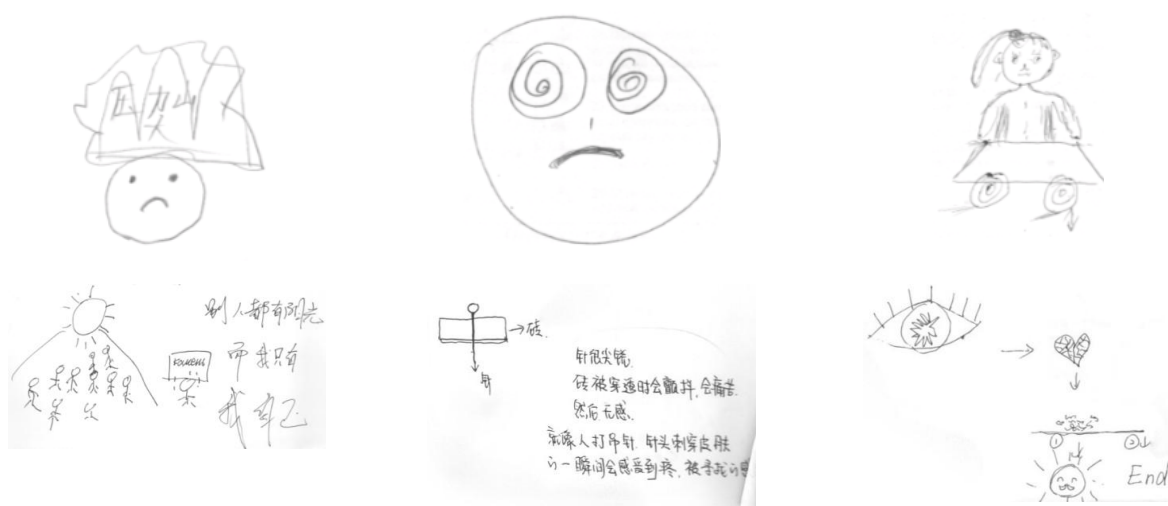


Рис. 13. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у китайских студентов

Анализ визуального портрета концепта *Стресс* у китайской молодежи показал, что процесс построения визуального портрета концепта *Стресс* у китайской молодежи происходит преимущественно через обобщенные признаки; конкретизация и дифференциации стрессовых ситуаций определяется контекстом. Пространственные, метафорические и символические характеристики отличают ментальный опыт преодоления стресса у молодых китайцев.

Значения иероглифов, написанных молодежью на слово-стимул, были обработаны с помощью частотного анализа (Таблица 14). Отличительный признак концепта *Стресс* – *напряженный* (образ *скрученное полотенце*) – оказался самым частотным иероглифом. Анализ других значений показал построение концепта *Стресс* в терминах внешней (тяжелый физический труд, многозадачность, ответственность) и внутренней детерминации (сильное напряжение, субъективная значимость, эмоциональные переживания, замешательство). Каждый десятый студент из Китая написал иероглиф, отражающий необходимость мобилизации в условиях неопределенности. Анализ иероглифов-ассоциатов также выявил обобщенные признаки в структуре концепта *Стресс*. Полученные результаты согласуются с дефинициями *Стресс* и *Напряжение* в китайском языке, зафиксированных в толковых словарях.

Таблица 14

**Частотные иероглифы (первые реакции на стимульное слово)
у китайских студентов ⁷**

№	Иероглифы	Транскрипция	Перевод
1	紧张 焦虑 不安	Цзиньчжан, цзяолюй, бу'ань	Скручивание, Беспокойство Тревога напряжение
2	烦 愤怒	Фань, Фэнь ну	Огонь, надоедать, раздражение, гнев, выход эмоций
3	恐	Кун	Легкий испуг, боязнь, страх
4	慌乱	Хуан Луань	Потерять голову, быть в смятении, сходить с ума
5	压力 压抑	Я-ли, Я-и	Давить снаружи Давить изнутри
6	迅速	Сюнь-су	Быстрый, скорый, стремительный

⁷ Результаты исследования отражены в статье: Куваева И.О., Ачан Н.М., Лозовская К.Б. Представления о стрессе у представителей разных культур // Вопросы психологии. № 1. 2017. С. 68-81.

Обобщая результаты подробного анализа особенностей ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп, следует подчеркнуть общий признак в представлениях о стрессе – *напряженный* (искл. татар), который также обнаружен при изучении дефиниций *Стресс* в каждой языковой культуре (параграф 1.4.2). Русские и армянские студенты отличались дифференциацией признаков и высокой детализацией рисунков в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций: они понимают под стрессом нервное напряжение в течение длительного времени. Армяне подчеркивали глобальные травматические события, связанные с потерей близких людей и изменение привычного образа жизни; русские – разнообразные проявления стресса и способы его преодоления. Ментальный опыт совладания со стрессовыми ситуациями у татар характеризовался бедными представлениями, сфокусированными на проявлениях стрессового состояния и быстроте его протекания. Ментальные репрезентации стресса у турецких и китайских студентов отличались низкой дифференцированностью, малой вариативностью образов и низкой детализацией рисунков. Специфика ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у китайцев проявилась в обобщенных признаках стресса (напряженности) и внезапности стрессовых ситуаций, требующих быстрого реагирования; у турок – в конкретно-специфической концептуализации в виде экзаменационной напряженности и тревоги за будущее.

Исследование соотношения вербального и визуального компонентов показало, что по мере увеличения числа уникальных признаков в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций появляется признак, связанный с длительностью процесса стресса (*длительный, продолжительный* и т.д.). В то время как небольшое количество признаков, зафиксированных в вербальном компоненте, соотносится с такими временными аспектами стресса как *моментальный, экстренный, быстрый, активный*. Анализ

взаимосвязи типа концептуализации и содержательной разработанности показал, что конкретная концептуализация связана с содержательной бедностью представлений о стрессе, обобщенная и дифференцированная – с большим количеством содержательных категорий в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций. Данное предположение является предварительным и требует дополнительных исследований на других группах респондентов.

3.1.2. Выраженность модальностей концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп⁸

В данном параграфе представлен количественный анализ особенностей организации концепта *Стресс* как высшего уровня организации ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций. Анализ выраженности сенсорной, эмоционально-оценочной и пространственно-временной модальностей у студентов социо-гуманитарных специальностей показал преобладание эмоционально-оценочных признаков над сенсорными и пространственно-временными в структуре концепта *Стресс* (Приложение 4, Таблица 1). Сенсорные признаки зафиксированы в словах *тяжелый* и *острый*; эмоционально-оценочные – *нервный*, *напряженный*, *плохой*, *страшный*, *уставший*, *беспокойный*, *злой*, *грустный*, *тревожный*, *сильный*. Пространственно-временные признаки описывались словами *длительный*, *хронический*, *продолжительный*, *постоянный*.

Подобное соотношение признаков в структуре концепта *Стресс* – преобладание эмоционально-оценочных над сенсорными и пространственно-временными – выявлено на выборке производственных рабочих, осуществляющих сборку, монтаж и отладку оборудования (Куваева, 2019), а

⁸ Результаты исследования отражены в статье: Волкова Е.В., Куваева И.О. Кросс-культурные особенности организации концепта «стресс» и стратегий совладания у молодых представителей разных культур // Мир психологии. 2019. № 4. С. 137 – 151.

также на выборке студентов при изучении концептов *Работа* и *Семья* (Дудникова Т.А., Волкова Н.Э., 2019).

Выраженность эмоционально-оценочных характеристик, согласно Ю.И. Александрову и Н.Л. Александровой, может свидетельствовать о недостаточной дифференцированности элементов субъективного опыта (Александров, Александрова, 2009). В монографии М.А. Холодной показано, что «именно сенсорно-эмоциональные составляющие играют роль фактора, подпитывающего энергетический тонус концептуальной структуры» (Холодная, 2012, с. 115). Можно предположить, что насыщенность ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций сенсорными и эмоциональными признаками выступает важным условием для формирования зрелого концепта *Стресс*, однако это требует дальнейших лонгитюдных исследований.

Согласно данным однофакторного дисперсионного анализ (ANOVA), индивидуально-психологические представления о стрессе значимо различаются в зависимости от принадлежности студента к определенной культуре. Мера выраженности сенсорной модальности концепта *Стресс* у студенческой молодежи разных культур представлена на рис. 14. График демонстрирует большую выраженность сенсорной модальности концепта *Стресс* у русских студентов, наименьшая выраженность – у турецких и китайских студентов. Достоверные различия (критерий множественных сравнений Шеффе с поправкой Бонферонни) выявлены между представителями этих культур – между русскими и турками/китайцами ($t_{рус.-тур.}=0.710$, $p=0.003$; $t_{рус.-кит.}=0.754$, $p=0.001$). Разработанность сенсорной модальности концепта *Стресс* у армян и татар значимо не отличалась от представителей других культур.

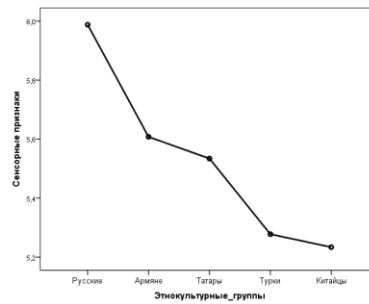


Рис. 14. **Выраженность сенсорной модальности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп**

График (рис. 15) показывает выраженность эмоционально-оценочной модальности концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп: русские и татары в наибольшей мере фиксировали эмоционально-оценочные признаки стресса, однако достоверных различий между представителями этих групп не установлено ($p \geq 0.05$).

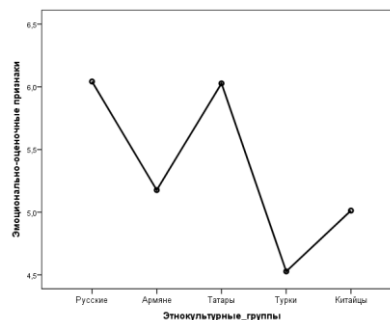


Рис. 15. **Выраженность эмоционально-оценочной модальности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп**

Статистический анализ подтвердил, что русские студенты и татары чаще фиксировали эмоциональные и оценочные признаки стресса по сравнению с армянами ($t_{рус.-арм.}=0.866$, $p=0.000$; $t_{арм.-тат.}=0.851$, $p=0.003$), турками ($t_{рус.-тур.}=1.515$, $p=0.000$; $t_{тат.-тур.}=1.500$, $p=0.000$) и китайцами ($t_{рус.-кит.}=0.710$, $p=1.030$; $t_{тат.-кит.}=1.014$, $p=0.004$). Статистические различия в выраженности эмоционально-оценочной модальности концепта *Стресс* между армянами, турками и китайцами не установлено.

Анализ пространственно-временной модальности продемонстрировал, что русские, армяне и татары в большей мере фиксировали пространственно-временные признаки концепта *Стресс* в своих ответах по сравнению с турками и китайцами (рис. 16).

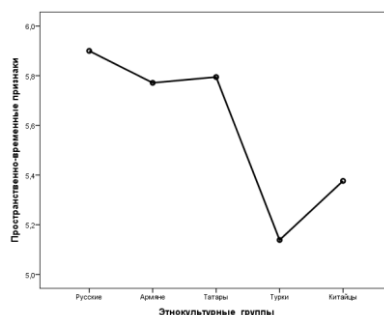


Рис. 16. **Выраженность пространственно-временной модальности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп**

Согласно результатам статистического анализа, русские значимо чаще фиксировали пространственно-временные признаки стрессовых ситуаций в концепте *Стресс* по сравнению с турками ($t_{\text{рус.-тур.}}=0.761$, $p=0.000$) и китайцами ($t_{\text{рус.-кит.}}=0.523$, $p=0.027$); армяне и татары – по сравнению с турками ($t_{\text{арм.-тур.}}=0.632$, $p=0.014$; $t_{\text{тат.-тур.}}=0.656$, $p=0.040$). График (рис. 16) показывает, что пространственно-временная модальность концепта *Стресс* в меньшей степени выражена у турок.

Таким образом, результаты сравнительного анализа выраженности модальностей концепта *Стресс* свидетельствуют о детальном и разнообразном признаковом составе концепта у русских студентов, менее детальном и разнообразном – у респондентов из Турции и Китая. Данный факт, вероятно, обусловлен особенностями языковых систем (Китай – иероглифическая письменность, Турция – небольшое количество прилагательных в языке). Концепт *Стресс* у армянских студентов в большей мере построен через пространственно-временные и сенсорные признаки. Студенты из Татарстана, как и русские респонденты, отражали преимущественно эмоционально-оценочные характеристики стресса, в

меньшей мере – сенсорные ощущения. У турецких студентов в структуре концепта *Стресс* доминировали сенсорные признаки. У молодежи из Китая, как и у респондентов из Армении, преобладали пространственно-временные характеристики стресса, но их выраженность значительно ниже.

Согласно данным, представленным в Таблице 15, в каждой культурной группе имеются студенты с выраженностью сенсорной, эмоционально-оценочной или пространственно-временной характеристикой феномена *стресс*, но доля таких студентов в каждой этнокультурной группе различна. Среди армянских, турецких и китайских студентов чаще встречаются молодые люди с выраженностью пространственно-временных признаков концепта; среди студентов-татар – как эмоционально-оценочных, так и пространственно-временных; среди русской молодежи – сенсорных, эмоционально-оценочных и пространственно-временных признаков.

Таблица 15

Доля студентов с большей выраженностью сенсорной, эмоционально-оценочной или пространственно-временной модальностями концепта *Стрессу* в разных этнокультурных группах (% от группы)

Этнокультурные группы	Модальности концепта <i>Стресс</i>		
	Сенсорная	Эмоционально-оценочная	Пространственно-временная
Русские	22.2	38.6	39.2
Армяне	16.3	27.5	56.2
Татары	13.7	43.8	41.1
Турки	6.9	16.7	76.4
Китайцы	7.8	31.2	61.0

Другой подход, позволяющий показать зависимость особенностей ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций от этнокультурной принадлежности, состоит в выявлении респондентов по доминирующей модальности и определении типов людей в каждой группе. Анализ

прилагательных показал, что среди студентов-татар отмечается почти равное количество молодых людей, репрезентирующих в большей мере эмоционально-оценочные или пространственно-временные признаки стресса (Таблица 15). Они фиксировали субъективные оценки и проявления стрессового состояния с помощью прилагательных *нервный, напряженный, злой, грустный, плохой*; пространственно-временные признаки – прилагательные *долгий, молниеносный, глубокий, изменяющийся*. В то время как у студентов из других групп в большей степени выражена пространственно-временная модальность концепта *Стресс*.

В выборке русской молодежи примерно в равной степени представлено количество респондентов с сенсорной, эмоционально-оценочной и пространственно-временной модальностями концепта *Стресс*. Сенсорные признаки передавались русскими студентами через прилагательное *тяжелый*, цветовые характеристики (*серый, красный, черный*) и тактильные ощущения (*колкий, жесткий, острый, шершавый*). Пространственно-временная модальность концепта *Стресс* у студентов из России сформирована признаками *длительный, хронический, постоянный, частый*. Эмоционально-оценочные описания стресса у русских совпадают с признаками, которые отмечали студенты из Татарстана.

Среди респондентов из Армении, Турции и Китая отмечается больше всего студентов с пространственно-временной модальностью и незначительное количество «сенсорики». Студенты из Армении выделяли признак глубины (*глубокий*) и разную длительность стрессовых ситуаций (*вечный, постоянный, бесконечный, хронический, мгновенный, частый, короткий*). Турецкая молодежь отмечала временной параметр в признаке *будущее*, указывая на неопределенность после завершения обучения в университете. Студенты из Китая выделяли высокую скорость протекания стрессовых ситуаций (признаки *стремительный, молниеносный, немедленный, быстрый, кратковременный*).

Количественный и качественный анализ соотношения модальностей в структуре концепта *Стресс* показал, что процессы концептуализации происходят по-разному в зависимости от культурной принадлежности студента. Полученные результаты дополнили исследование имплицитных представлений о стрессе (первых реакций на стимульное слово), выявленных в ассоциативном эксперименте.

3.1.3. Мера дифференцированности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп⁹

Анализ описательной статистики (Приложение 4, Таблица 3) показал размах меры дифференцированности концепта *Стресс* от 0 до 10 при максимально возможном количестве 15 баллов ($mean=4.78\pm 1.71$), что свидетельствует о разносторонних представлениях о стрессе у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп. Следует отметить, что концепт *Стресс* у студентов построен преимущественно через содержательные категории *причины* и *состояние*, в меньшей степени – в признаках *процесса* и *управления*.

Для выявления особенностей организации концепта *Стресс* у молодых представителей разных этнокультурных групп обратимся к результатам общего линейного моделирования (одномерный подход). В настоящем исследовании в качестве независимых переменных выступают *пол*, *специальность* и *культурная принадлежность* студента, в качестве зависимой переменной – показатель меры дифференцированности концепта *Стресс*. Мера дифференцированности концепта *Стресс* определялась как количество содержательных категорий, отраженных в ответах респондентов в ассоциативном эксперименте и визуальном портрете концепта *Стресс*.

⁹ Результаты исследования отражены в статье: Волкова Е.В., Куваева И.О. Мера дифференцированности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения субъекта: кросс-культурный подход // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 3.

Проверка пригодности полученных данных для ОЛМ показала возможность применения данного вида анализа: критерий Бокса на эквивалентность ковариационных матриц ($p > 0,05$) и критерий Ливиня равенства дисперсий ошибок ($p > 0,05$). Типы шкал соответствовали требованиям ОЛМ: независимые переменные (факторы) – в категориальной шкале, зависимая переменная – в количественной шкале.

В Таблице 16 отображены результаты оценки эффектов влияния межгрупповых факторов (ОЛМ, одномерный подход) на зависимую переменную – меру дифференцированности концепта *Стресс*.

Таблица 16

**Оценка эффектов межгрупповых факторов
(зависимая переменная – мера дифференцированности концепта *Стресс*)**

Источник	Сумма квадратов типа III	ст.св.	Средний квадрат	F	p
Скорректированная модель	219.,805	11	19.982	5.590	0.000
Свободный член	9790.519	1	9790.519	2738.910	0.000
Пол	7.027	1	7.027	1.966	0.161
Этнокультурная группа	133.552	4	33.388	9.340	0.000
Специальность	3.199	1	3.199	0.895	0.344
Пол * культура	14.728	4	3.682	1.030	0.391
Пол * специальность	3.977	1	3.977	1.113	0.292
Этнокультурная группа * специальность	0.000	0			
Пол * этнокультурная группа * специальность	0.000	0			
ошибка	2473.626	692	3.575		
Всего	24744.000	704			
Скорректированный итог	2693.432	703			

a. R-квадрат = ,082 (Скорректированный R-квадрат =0.067)

b. Вычислено при помощи альфа = 0.05

Согласно данным, представленным в Таблице 16, получены следующие результаты:

- Независимый фактор *Этнокультурная группа* оказывает достоверное влияние на распределение показателя Мера дифференцированности концепта *Стресс* (средние значения для русских, армян, татар, турок и китайцев составили соответственно 5.80; 5.12; 5.55; 4.32 и 5.33, $F=9.340$, $p=0.000$).
- Независимый фактор *Пол* не оказывает достоверного влияния на распределение показателя Мера дифференцированности концепта *Стресс* (средние значения для мужчин и женщин составили соответственно 5.20 и 5.49; $F=1.966$, $p=0.161$).
- Независимый фактор *Специальность* не оказывает достоверного влияния на распределение показателя Мера дифференцированности концепта *Стресс* (средние значения для социологов, филологов и лингвистов составили 4.69; 4.65 и 4.54 соответственно, $F=9.340$, $p=0.344$).
- Статистически достоверные взаимодействия между независимыми факторами *Этнокультурная группа*, *Пол* и *Специальность* не выявлены ($p>0.050$).

Полученные результаты показали влияние (термин используется в статистическом смысле) культурного фактора на различия в содержательной организации концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп. Факторы гендерной и учебно-профессиональной специализации студента не оказывают значимого влияния на градацию меры дифференцированности концепта *Стресс*.

Анализ графика выраженности меры дифференцированности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп (рис. 17) выявил, что русские студенты характеризуются более дифференцированным концептом

Стресс, в то время как студенты из Турции – наименее дифференцированным.

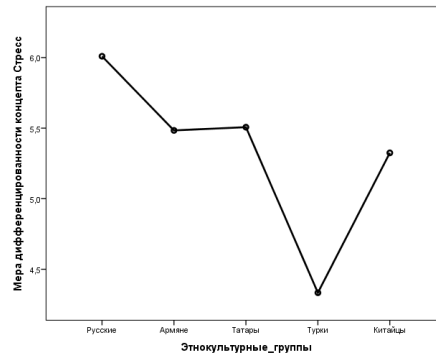


Рис. 17. Показатели меры дифференцированности концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей разных культур

Попарные сравнения (с поправкой Бонферонни) показали, что у русских студентов показатель Мера дифференцированности концепта *Стресс* являлся более высоким по сравнению с данным показателем у армян ($t_{\text{рус.-арм.}}=0.530$, $p=0.046$), турок ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.68$, $p=0.000$) и китайцев ($t_{\text{рус.-кит.}}=0.680$, $p=0.044$). У турецких студентов концепт *Стресс* характеризовался меньшей содержательной разработанностью по сравнению с концептом *Стресс* у армян ($t_{\text{арм.-тур.}}=1.15$, $p=0.000$), татар ($t_{\text{тат.-тур.}}=1.17$, $p=0.002$) и китайцев ($t_{\text{тур.-кит.}}=0.99$, $p=0.014$).

Результаты однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) свидетельствуют, что выраженность содержательных категорий концепта *Стресс* достоверно различается в разных этнокультурных группах: *причины* ($F=2.64$, $p=0.033$), *состояние* ($F=7.52$, $p=0.000$), *последствия* ($F=10.72$, $p=0.000$), *процесс* ($F=2.78$, $p=0.26$), *управление* ($F=17.32$, $p=0.000$).

Анализ рис. 18 свидетельствует, что концептуализация стрессовых ситуаций в терминах причин в большей степени характерна студентам из Татарстана, в меньшей – респондентам из Армении. Русские, турки и китайцы находятся в «промежуточной группе» по фиксации данной категории в структуре концепта *Стресс*. Множественные сравнения (t-Критерий Шеффе) показали, что татары достоверно чаще отражали

содержательную категорию *причины* по сравнению с армянами ($t_{\text{арм.-тат.}}=0.783$, $p=0.041$).

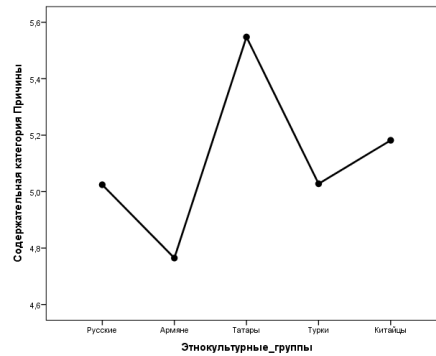


Рис.18. **Выраженность содержательной категории *Причины* у студентов разных этнокультурных групп**

Признаки стрессового состояния чаще отражались в ответах русских, армян и китайцев; значительно реже – у турецких студентов (рис. 19). Как показывают результаты множественных сравнений, турки реже фиксировали содержательную категорию *состояние*, чем русские ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.052$, $p=0.000$), армяне ($t_{\text{арм.-тур.}}=1.355$, $p=0.000$) и китайцы ($t_{\text{тур.-кит.}}=1.026$, $p=0.016$). Концептуализируя трудные ситуации, студенты данных групп (русские, армяне, китайцы) достоверно чаще фиксировала признаки, относящиеся к содержательной категории *состояние*. Значимые различия по содержательной категории *состояние* не обнаружены у татарской молодежи по сравнению с представителями других групп.

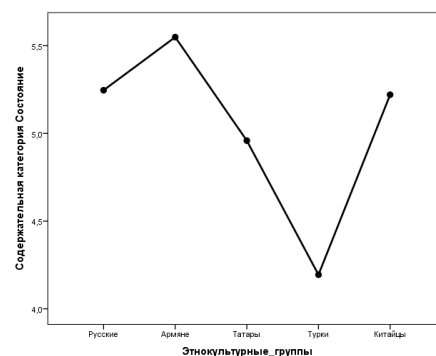


Рис. 19. **Выраженность содержательной категории *Состояние* у студентов разных этнокультурных групп**

Содержательная категория *последствия* (рис. 20) оказалась более выраженной у русских, армян и татар; наименее выраженной – у турок и китайцев. Результаты множественных сравнений подтвердили, что русские и армяне достоверно чаще конструируют концепт в терминах последствий и отсроченных эффектов в будущем ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.207$, $p=0.000$; $t_{\text{рус.-кит.}}=1.136$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-тур.}}=1.056$, $p=0.003$; $t_{\text{арм.-кит.}}=0.985$, $p=0.006$). В то время как турецкие и китайские студенты достоверно реже анализируют будущие события, связанные с текущей трудной ситуацией. Значимых различий в выраженности содержательной категории *Последствия* у татар по сравнению с респондентами из других этнокультурных групп не выявлено.

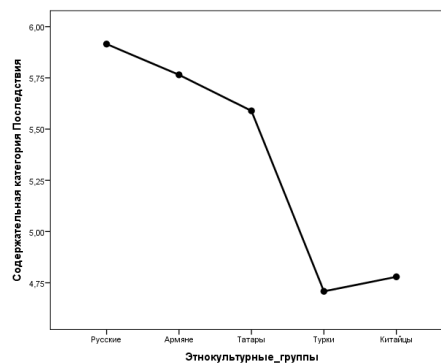


Рис. 20. **Выраженность содержательной категории *Последствия* у студентов разных этнокультурных групп**

Русские, армяне и татары в большей степени задумываются о длительности, интенсивности и стадийности стрессовых ситуаций (рис. 21). В то время как в организации концепта *Стресс* у турецких респондентов реже фиксируются признаки, отражающие процесс стресса. Анализ множественных сравнений указал на различия данного показателя между русскими и турецкими студентами на уровне тенденции ($t_{\text{рус.-тур.}}=0.520$, $p=0.067$).

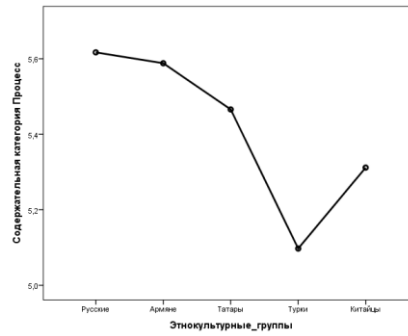


Рис. 21. **Выраженность содержательной категории *Процесс* у студентов разных этнокультурных групп**

Содержательная категория *управление* в большей степени выражена у русских и китайцев, в меньшей – у армян; татары и турки заняли «промежуточное положение» по данному показателю концепта *Стресс* (рис. 22). Значимые различия при построении концепта в терминах управления обнаружены между русскими и армянами ($t_{\text{рус.-арм.}}=0.925$, $p=0.000$), татарами ($t_{\text{рус.-тат.}}=0.698$, $p=0.001$), турками ($t_{\text{рус.-тур.}}=0.721$, $p=0.001$). При концептуализации стрессовых ситуаций русские чаще фиксировали признаки, соответствующие поведению человека при осложненных обстоятельствах жизни. Категория *управление* в концепте *Стресс* у китайцев достоверно чаще представлена по сравнению с группой армян ($t_{\text{арм.-кит.}}=0.647$, $p=0.009$). Значимые различия в выраженности категории *управление* в структуре концепта *Стресс* между русскими и китайцами не обнаружены.

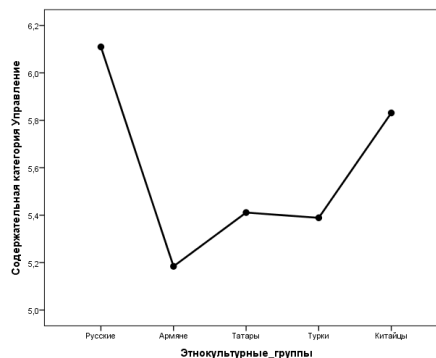


Рис. 22. **Выраженность содержательной категории *Управление* у студентов разных этнокультурных групп**

Таким образом, исследование особенностей содержательной организации концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп показало, что концептуализация стрессовых ситуаций в терминах причин достоверно чаще реализуется у татар; в признаках последствий стресса – у русских, армян и татар; признаках состояния – у русских, армян и китайцев; в признаках управления стрессовыми ситуациями – у русских и китайских студентов. Обобщая вышесказанное, следует отметить, что особенности организации концепта *Стресс* у русских респондентов характеризуется содержательной дифференцированностью по сравнению с концептами *Стресс* у представителей других групп.

3.1.4. Мера иерархичности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп

В этом параграфе сопоставление показателей Мера иерархичности и Мера дифференцированности концепта *Стресс* реализуется на основе качественного и количественного анализа данных. Критерии оценки показателей концепта *Стресс* описаны в Главе 2.

Согласно данным, представленным в Таблице 17, мера иерархичности вербального и визуального компонентов концепта *Стресс* различаются – визуальный компонент является более выраженным по сравнению с вербальным: 63.6 % респондентов в рисунках фиксировали как видовые, так и родовые признаки стрессового состояния (2 балла); 55.3 % респондентов вербализовали проблемы на уровне конкретной концептуализации (1 балл). Формулировки проблем исследования стресса представлены в видовых признаках («много работы», «суета», «трудности сосредоточения», «безработица» и т.д.). Высокая мера иерархичности вербального компонента концепта *Стресс* выявлена у 14.5 % студентов, и только 1 % респондентов выполнил рисунки в виде моделей и схем (3 балла). Как отмечал Л.М. Веккер (Веккер, 2000), визуальная составляющая концептуальных структур

содержит многообразие признаков разных уровней, но образ «уплощает» их на один уровень.

Таблица 17

**Мера иерархичности
вербального и визуального компонентов
концепта *Стресс* у студентов**

Вербальный компонент		Визуальный компонент	
Степени сложности проблем	Количество респондентов, % от группы	Уровни обобщенности образа	Количество респондентов, % от группы
0 баллов – проблемы не выделены	62 (8.8)	0 баллов – рисунок не представлен	23 (3.3)
1 балл – проблемы представлены через видовые признаки	389 (55.3)	1 балл – внешние признаки стрессовой ситуации	225 (32)
2 балла – сочетание видовых и родовых признаков	151 (21.4)	2 балла – признаки стрессового состояния	448 (63.6)
3 балла – проблемы представлены через родовые признаки	102 (14.5)	3 балла – модели, схемы, концепции	8 (1.1)

Сопоставление полученных результатов с исследованиями концептов *Работа* и *Семья* показало, что у концепта *Стресс* мера иерархичности выше, чем у двух других концептов – *Семья* и *Работа*, для которых характерна конкретная концептуализация (Волкова Е.Э, Дудникова Т.А., 2018; Dudnikova T., 2019; Volkova N., 2019).

Результаты качественного анализа меры иерархичности концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп отражены в Таблице 18.

**Доля студентов с разной мерой иерархичности концепта *Стресс*
(% от группы)**

Этно-культурные группы	Критерии оценки меры иерархичности			
	0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла
<i>Вербальный компонент концепта Стресс</i>				
Русские	9.7	37.1	26.1	27.1
Армяне	2.6	92.8	4.6	0
Татары	15.1	75.3	8.2	1.4
Турки	9.7	50.0	33.3	6.9
Китайцы	10.4	44.2	36.4	9.1
<i>Визуальный компонент концепта Стресс</i>				
Русские	1.8	33.1	63.5	1.5
Армяне	2.0	30.1	68.1	0
Татары	4.1	27.4	64.4	4.1
Турки	13.1	29.2	56.9	0
Китайцы	1.3	37.7	61.0	0

Согласно данным, представленным в Таблице 18, мера иерархичности концепта *Стресс* (вербальный компонент) по-разному сформирована в этнокультурных группах: русские студенты демонстрировали разные уровни вербальной иерархичности концепта в равной степени (1, 2, 3 балла); большинство армян и татар сформулировали проблемы стресса только через видовые признаки (1 балл); половина турецких и китайских студентов отражали видовые признаки концепта *Стресс*, одна треть - сочетали видовые и родовые признаки при формулировке проблем исследования стресса. В то время как мера иерархичности концепта *Стресс* (образный компонент) отличалась более высокой обобщенностью (2 балла): большая часть респондентов в каждой культурной группе изображала разные

проявления стрессового состояния. Конкретная концептуализация (1 балл) проявилась у каждого третьего студента – стресс рисовался как специфическая целостная трудная ситуация или отдельный фактор без отображения проявлений стрессового состояния. Модели стресса (3 балла) были представлены только в группе татар (4.5 %) и русской молодежи (1.5 %). Среди турецких студентов выявлено 13 % респондентов, которые не смогли изобразить стресс.

Обратимся к количественному анализу данных. Для анализа сопряженности показателей *Этнокультурная группа* и *Мера иерархичности* концепта *Стресс* применялся непараметрический анализ (критерий Краскала-Уоллиса), поскольку критерий Бокса на эквивалентность ковариационных матриц и критерий Ливиня равенства дисперсий ошибок указывали на непригодность полученных данных для ОЛМ. Результаты непараметрического анализа свидетельствуют о том, что мера иерархичности концепта *Стресс* (вербальный компонент) значимо сопряжена с этнокультурной принадлежностью студента ($X^2=94.289$, $p=0.000$); однако в отношении меры иерархичности визуального компонента концепта *Стресс* подобной сопряженности обнаружить не удалось.

Анализ данных, представленных на рис. 23, показывает, что наиболее высокий показатель меры иерархичности (вербальный компонент) концепта *Стресс* в группах русских, турецких и китайских студентов; самый низкий – у студентов из Татарстана.

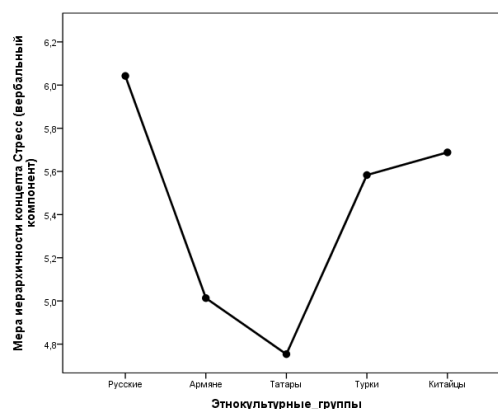


Рис. 23. Мера иерархичности (вербальный компонент) концепта *Стресс*

у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

Для выявления, насколько представители этнокультурных групп отличаются по мере иерархичности вербального компонента концепта *Стресс*, применялся критерий попарных сравнений U Манна-Уитни. Значимые различия в вербальной иерархичности концепта *Стресс* выявлены между русским студентами и армянами ($U=14649.00$, $p=0.000$), татарами ($U=6757.50$, $p=0.000$), турками ($U=9610.50$, $p=0.008$), китайцами ($U=10797.50$, $p=0.034$). Это свидетельствует о том, что вербальная иерархичность концепта *Стресс* у русской молодежи достоверно выше по сравнению с молодежью из других этнокультурных групп (армяне, татары, турки, китайцы).

Показатели Мера иерархичности концепта *Стресс* (вербальный компонент) оказались одинаковыми в группе армян и татар ($U=5197$, $p=0.147$), а также в группе турок и китайцев ($U=2639.50$, $p=0.586$). Отсутствие достоверных различий свидетельствует об одинаковой сложности семантического поля у сравниваемых групп.

Мера иерархичности вербального компонента концепта *Стресс* у турок и китайцев достоверно выше, чем у армян и татар ($U_{\text{арм.-тур.}}=3949.00$, $p=0.000$; $U_{\text{арм.-кит.}}=3958.00$, $p=0.000$; $U_{\text{тат.-тур.}}=13998.00$, $p=0.048$; $U_{\text{тат.-кит.}}=1828.50$, $p=0.000$).

Обобщая результаты анализа ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп, сформулируем следующие выводы:

1. Студенты социо-гуманитарных специальностей понимают стресс как состояние напряженности и нервозности, возникающее под воздействием разных факторов и сопровождающееся негативными последствиями.
2. Среди особенностей организации концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей выделяется более высокая

иерархичность визуального компонента по сравнению с низкой иерархичностью вербального компонента.

3. Принадлежность к определенной этнокультурной группе оказывает главный эффект на меру дифференцированности концепта *Стресс* и сопряжена с мерой вербальной иерархичности концепта *Стресс*; пол и учебно-профессиональная специализация не оказывают такого эффекта на процессы концептуализации стрессовых ситуаций.
4. Ментальные репрезентации стресса у русской молодежи отличаются содержательной дифференцированностью по сравнению со студентами из других групп. Концептуализация стрессовых ситуаций у армян осуществляется в терминах состояния и последствий, у татар – причин и последствий стресса, китайцев – признаков состояния.
5. Русские и армяне концептуализируют стресс как нервное напряжение, татары – эмоциональные состояния повышенной нервозности, турки – экзаменационное напряжение, китайцы – общую напряженность.
6. В каждой этнокультурной группе имеются студенты с преобладающей пространственно-временной, эмоционально-оценочной или сенсорной модальностью концепта *Стресс*, однако доля таких респондентов различна: среди студентов из Китая, Турции и Армении чаще встречаются молодые люди с выраженностью пространственно-временных признаков стресса; среди студентов из Татарстана – пространственно-временных и эмоционально-оценочных. Среди русских студентов в равной мере встречаются респонденты с доминированием либо сенсорной, либо эмоционально-оценочной, либо пространственно-временной модальностями концепта *Стресс*.

3.2. Особенности совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

3.2.1. Структура совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей

Дескриптивный анализ показателей методики *Юношеская копинг-шкала* выявил выраженность разных стратегий у студентов (Приложение 4, Таблицы 5-6).

Для выявления структуры совладания у студентов применялась процедура факторного анализа (метод главных компонент, вращение Varimax). Мера адекватности выборки Кайзера-Майера-Олкина (КМО)=0.779; критерий сферичности Бартлетта=3228.287; ст.св=153; $p=0.000$ свидетельствуют о пригодности полученных данных для факторного анализа. Факторный анализ выявил пять факторов (Таблица 19), собственное значение которых превышает 1.0 (59 % объясненная совокупная дисперсия). Стратегии *Отвлечение*, *Разрядка* и *Профессиональная помощь* не вошли ни в один фактор со значимым весом. Возможно, это связано с низкой согласованностью пунктов по шкале *Отвлечение* на данной выборке (α Кронбаха = 0.381), а также культурно-специфическим пониманием содержания пунктов, описывающих разные способы эмоциональной разрядки.

Таблица 19

Результаты факторного анализа стратегий совладания у студентов социогуманитарных специальностей

Матрица повернутых компонент					
Копинг-стратегии	Факторы				
	1	2	3	4	5
Друзья	0.753	-0.019	0.235	-0.008	0.058
Социальная поддержка	0.724	0.278	0.094	-0.267	0.036
Принадлежность	0.674	0.249	0.242	-0.013	0.145
Общественные действия	0.557	-0.204	-0.107	0.272	0.253
Отвлечение	0.486	0.064	0.302	0.452	-0.253

Самообвинение	-.034	0.761	0.044	0.127	-0.161
Беспокойство	0.109	0.714	0.194	-0.072	0.234
Чудо	0.121	0.607	0.022	0.169	0.368
Несовладание	0.033	0.562	-0.371	0.415	0.013
Разрядка	0.216	0.484	-0.307	0.361	-0.195
Работа	0.063	-0.021	0.767	-0.055	0.142
Решение	0.198	0.237	0.726	-0.134	-0.086
Активный отдых	0.144	-0.378	0.513	0.090	0.148
Позитивный фокус	0.169	0.050	0.510	-0.001	0.483
Игнорирование	0.024	0.140	-0.212	0.742	0.218
Уход	-0.488	0.253	0.227	0.590	-0.051
Религиозная поддержка	0.080	0.069	0.144	0.013	0.804
Профессиональная помощь	0.410	-0.003	-0.006	0.143	0.417

Анализ кривой (Scree Plot, рис. 24) указывает на наличие трех значимых факторов (41.16 % дисперсии).

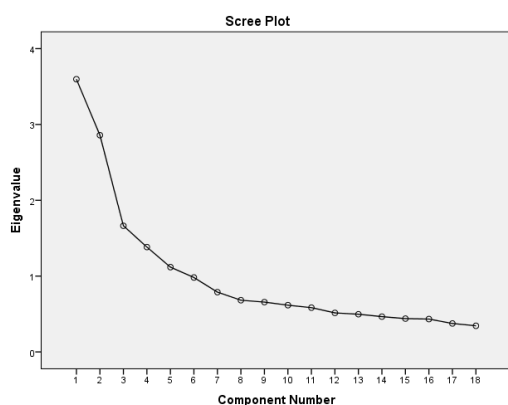


Рис. 24. График собственных значений

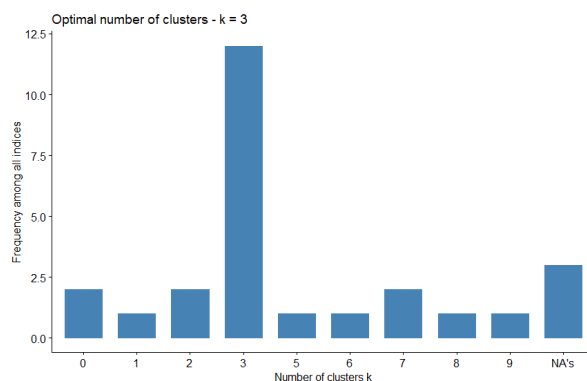


Рис. 25. Определение оптимального количества кластеров

Первый фактор (19,8 %) включил стратегии *Друзья* (с весом 0.753), *Социальная поддержка* (0.724), *Принадлежность* (0.674) и *Общественные действия* (0.557), что в определенной мере согласуется со стратегиями социального стиля в трактовке Э. Фрайденберг и Р. Льюис (Frydenberg, Lewis, 1991). Объединение этих стратегий в один фактор свидетельствует о потребности молодежи во внешней опоре при совладании со стрессовыми ситуациями.

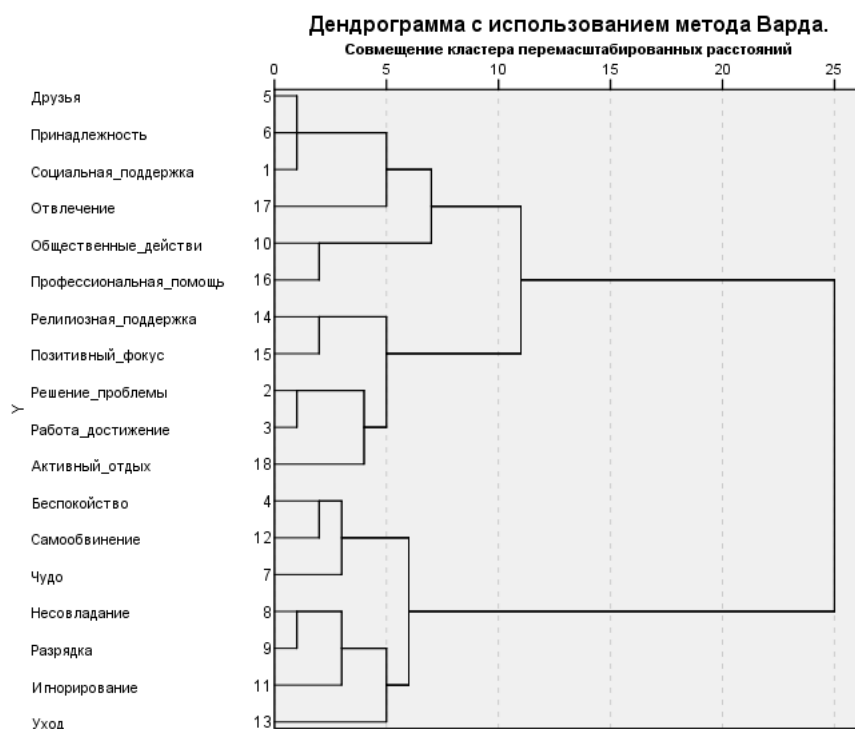
Второй фактор (15,8 %) включил стратегии *Самообвинение* (0.761), *Беспокойство* (0.714), *Чудо* (0.607) и *Несовладание* (0.562): студенты социогуманитарных специальностей при возникновении затруднений

отказываются от их разрешения, испытывают тревогу за последствия, берут персональную ответственность и одновременно надеются на удачное стечение обстоятельств.

Третий фактор (9.2 %) сформирован стратегиями *Работа/достижение* (0.767), *Решение проблемы* (0.726), *Активный отдых* (0.513) и *Позитивный фокус* (0.510).

Содержательный анализ выделенных факторов может свидетельствовать о противоречивости совладания у студентов. В стрессовых ситуациях они демонстрируют сочетание индивидуальных проблемно-ориентированных стратегий и одновременно переключение внимания со стрессора на активный/пассивный отдых.

Похожая трехфакторная структура совладания выявлена в исследовании Н.Э. Волковой (2017) на студенческой выборке (технические, гуманитарные специальности). Однако в других исследованиях (Крюкова, 2005; Холодная и др., 2007) установлено 6-факторное решение, детализирующие особенности совладания у подростков и студентов. Вероятно, выявленные различия связаны с особенностями выборок: учебно-профессиональной специализацией и культурной принадлежностью респондентов (русские, поляки, австралийцы).



**Рис. 26. Кластерная структура стратегий совладания
у студентов социо-гуманитарных специальностей**

Поскольку объяснительная дисперсия невысокая (42.3 %), то целесообразно обратиться к кластерной структуре стратегий совладания у молодежи социо-гуманитарных специальностей. С помощью пакета NbClust, реализованного на языке программирования R, был определен оптимальный набор кластеров. Большинство критериев «проголосовало» за три кластера (рис. 25). Трехфакторная структура совладания (рис. 26), полученная на выборке студентов социо-гуманитарных специальностей, согласуется с результатами кластерного анализа и включает 3 кластера.

Согласно рис. 26, центральный кластер образован такими стратегиями как *Позитивный фокус*, *Решение проблемы*, *Работа/достижение*, *Активный отдых*. Кластер, расположенный в верхней части дендограммы, преимущественно представлен внесубъектными социально-ориентированными стратегиями. Кластер, расположенный в нижней части

дендограммы, состоит из стратегий регуляции эмоционального состояния (непродуктивные стратегии в терминах Э. Фрайденберг и Р. Льюиса).

Сопоставление выявленной структуры совладания с классификацией стилей Э. Фрайденберг и Р. Льюиса показало, что стратегии продуктивного стиля и стратегии центрального кластера (рис. 26) имеют похожую структуру. В наших результатах проблемно-ориентированное совладание сочетается с активным отдыхом, в то время как, согласно Э. Фрайденберг и Р. Льюису, в продуктивный стиль включена стратегия *Религиозная поддержка*. В разделе 3.3.2. будет показано, что структура совладания у молодежи с малодифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент) совпадает с теоретической моделью стилей Э. Фрайденберг и Р. Льюиса; однако в случае дифференцированного ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций структура совладания отличается от классификации копинг-стилей у австралийских психологов.

Результаты исследования совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей можно сформулировать в кратких положениях:

1. Структура совладания у студентов социогуманитарных специальностей включает три фактора, объединяющие паттерны продуктивного, социально- и эмоционально-ориентированного стилей совладания.
2. Выделенные факторы содержательно совпадают с классификацией стилей совладания по Э. Фрайденберг и Р. Льюису.

3.2.2. Особенности совладания у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

Обсуждение стратегий совладания у студентов разных этнокультурных групп осуществляется в соответствии со стилями (социальный, продуктивный, непродуктивный), предложенными Э. Фрайденберг и Р.

Льюисом. Специфика стратегий, входящих в каждый стиль, обусловлена результатами факторного анализа по выборочной совокупности (Глава 3, раздел 3.2.1).

Социальный стиль совладания. Графики выраженности социальных стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп представлены на рис. 27.

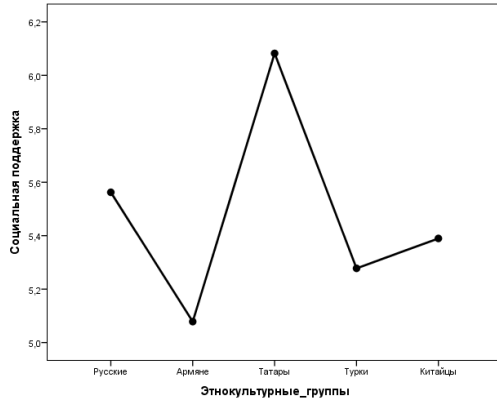
Анализ востребованности внесубъектной стратегии *Общественные действия* показал наибольшее количество различий между студентами из разных групп. Согласно графику (рис. 27г), китайцы значительно чаще организовывали общественные действия для разрешения трудных ситуаций, чем студенты других культур, что подтвердилось результатами статистического анализа ($t_{\text{рус.-кит.}}=1.626$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-кит.}}=1.062$, $p=0.001$; $t_{\text{тат.-кит.}}=2.160$, $p=0.000$; $t_{\text{тур.-кит.}}=1.293$, $p=0.000$). Армянские студенты также демонстрировали востребованность стратегии *Общественные действия* по сравнению с русскими ($t_{\text{рус.-арм.}}=1.626$, $p=0.000$), татарами ($t_{\text{арм.-тат.}}=1.098$, $p=0.001$) и китайцами ($t_{\text{арм.-кит.}}=1.293$, $p=0.000$). Турецкие студенты активизировали данную стратегию чаще, чем русские ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.395$, $p=0.000$). Русские и татары реже использовали ресурс коллективных действий в стрессовых ситуациях: их показатели достоверно не отличаются друг от друга ($p>0.05$). Следовательно, ресурсная функция собраний в большей степени актуальна для китайских, армянских и турецких студентов.

Графики, представленные на рис.27а, показывают, что студенты-татары в стрессовых ситуациях больше нуждались в социальной поддержке (рис. 27а) и профессиональной помощи (рис. 27д), чем молодые представители других культур. Парные сравнения подтвердили, что татары по сравнению с армянами достоверно чаще обращались к стратегии *Социальная поддержка*: в стрессовых ситуациях они делились с другими людьми своей проблемой и рассчитывали на совет/одобрение ($t_{\text{арм.-тат.}}=0.934$, $p=0.031$). Обращение к профессиональным консультантам за квалифицированной помощью в стрессовых ситуациях (рис. 27д) является отличительной

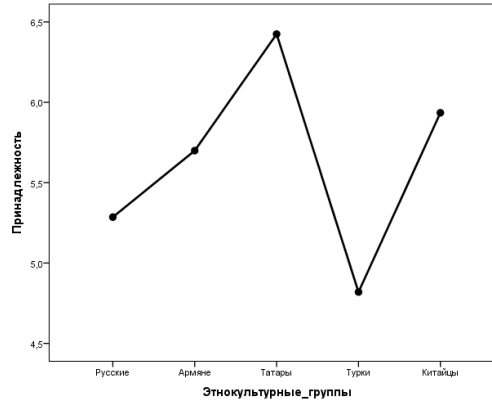
особенностью студентов-татар по сравнению с молодежью из других культур ($t_{рус.-тат.}=2.570$, $p=0.000$; $t_{арм.-тат.}=2.202$, $p=0.000$; $t_{тат.-тур.}=2.361$, $p=0.000$; $t_{тат.-кит.}=1.999$, $p=0.000$). Вероятно, совладание у первокурсников-татар с помощью квалифицированных специалистов связана с возможностями Казанского федерального университета: студенты проходят психодиагностику и группа риска направляется на адаптационный тренинг. Достоверных различий в применении стратегий *Социальная поддержка* и *Профессиональная помощь* у представителей других этнокультурных групп не обнаружено (искл. татар).

Специфика социального совладания у китайцев заключается в общении с близкими и друзьями в стрессовых ситуациях (рис. 27б): молодежь этой группы значительно чаще активизировала стратегию *Друзья*. Русские студенты реже обращались к данной стратегии при возникновении затруднений. Согласно графику рис. 25б, армяне, татары и турки занимали промежуточное положение по стремлению общаться с друзьями в условиях стресса. Множественные сравнения (t-критерий Шеффе) подтвердили большую востребованность внесубъектной стратегии *Друзья* у китайцев по сравнению с русскими ($t_{рус.-кит.}=0.873$, $p=0.015$). Статистических различий по данному копингу между представителями других этнокультурных групп не выявлено.

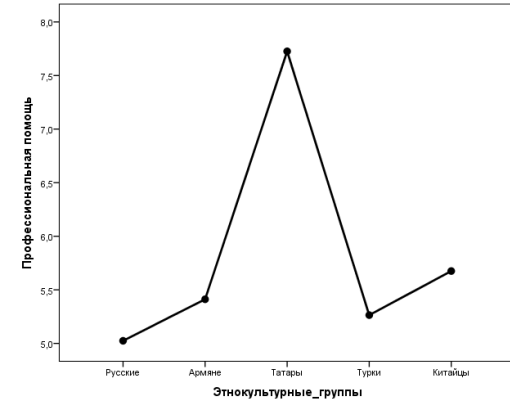
Стратегия *Чувство принадлежности* являлась значимым внесубъектным ресурсом совладания у татар и китайцев; турки в меньшей степени стремились к получению одобрения от других людей в стрессовых ситуациях (рис. 27в). Множественные сравнения показали, что татары в большей степени нацелены на принадлежность в стрессовых ситуациях по сравнению с русскими ($t_{рус.-тат.}=1.163$, $p=0.001$) и турками ($t_{тат.-тур.}=1.646$, $p=0.000$). Армяне и китайцы достоверно чаще активизировали данную стратегию, чем турецкая молодежь ($t_{арм.-тур.}=0.918$, $p=0.042$; $t_{тур.-кит.}=1.219$, $p=0.010$).



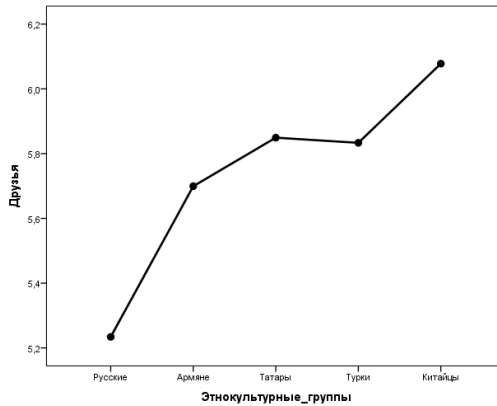
27а. Стратегия *Социальная поддержка*



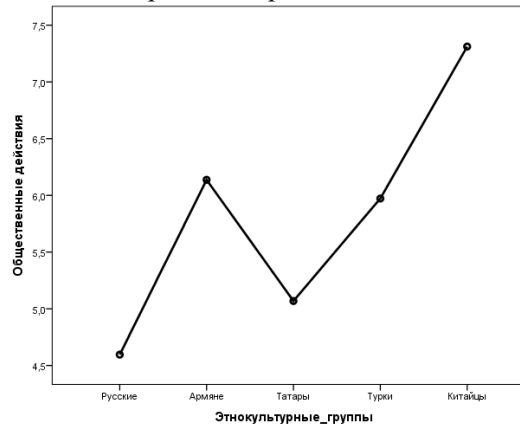
27в. Стратегия *Принадлежность*



27д. Стратегия *Профессиональная помощь*



27б. Стратегия *Друзья*



27г. Стратегия *Общественные действия*

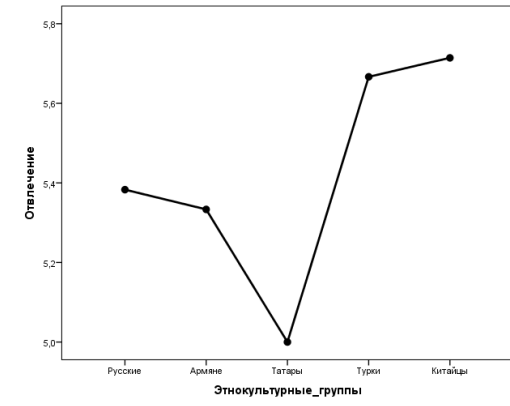


Рис. 27е. Стратегия *Отвлечение*

Рис. 27. Выраженность стратегий социального стиля совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

Отсутствие статистических различий между молодежью разных культур выявлено по стратегии *Отвлечение* ($p > 0.05$), однако в соответствии с графиком (рис. 27е) видна большая выраженность этого копинга у турок и китайцев и меньшая – у татар. Полученные данные свидетельствуют о том, что в независимости от этнокультурной принадлежности студенты переключались со стрессовой ситуации на развлечения и разные способы расслабления (чтение, музыка, сон, интернет, рисование). В ходе личных бесед с армянскими и китайскими студентами выявлено, что они предпочитают поездки на природу, походы и пикники. В кросс-культурном исследовании Т.Л. Крюковой (2005) также показано, что стратегия *Отвлечение* являлась личностно-значимой для молодежи.

Продуктивный стиль совладания. Анализ графика стратегии *Решение проблемы* (рис. 28а) показал большие значения данной шкалы у русских студентов по сравнению с представителями других групп, однако статистических различий между респондентами разных этнокультурных групп не выявлено ($p > 0.05$).

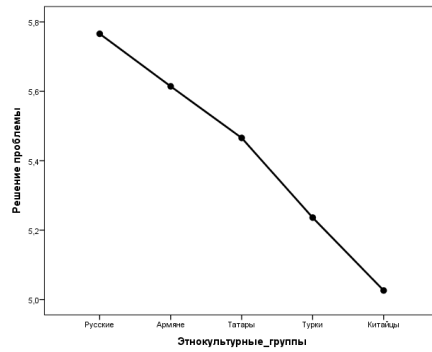
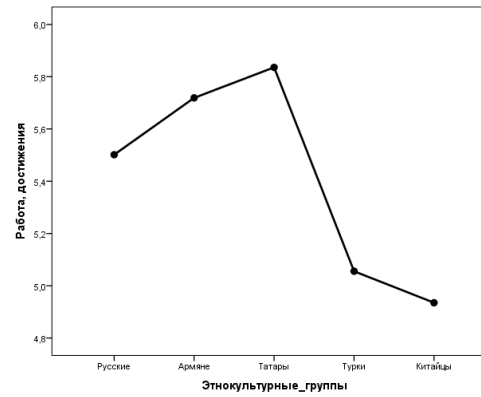
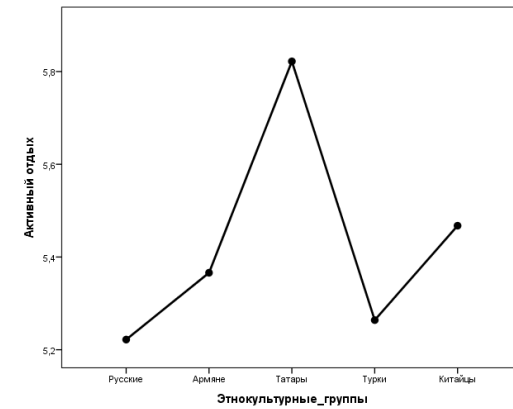
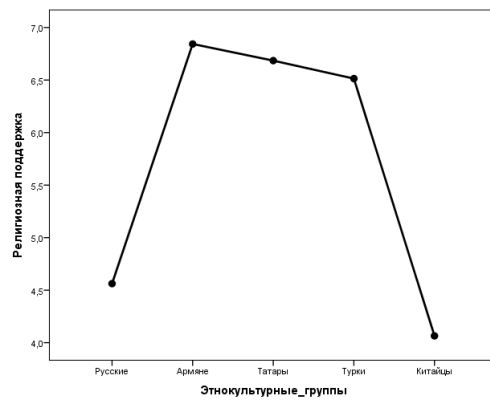
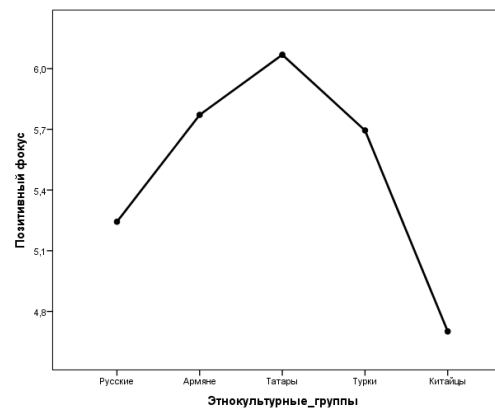
Анализ графика (рис. 28б) позволяет выделить три группы респондентов по использованию субъектной стратегии *Работа/достижение*: (1) татары чаще всего обращались к этой стратегии; (2) турки и китайцы реже применяли данный вид копинга; (3) русские и армяне занимали промежуточное положение по шкале. Парное сравнение не выявило достоверных различий между представителями разных групп ($p > 0.05$).

Востребованность стратегии *Активный отдых*, согласно графику (рис. 28в), чаще применялась студентами-татарами; русские и турки – в меньшей степени снимали стресс посредством спортивных занятий. Однако парное сравнение (t-критерий Шеффе) не выявило достоверных различий по применению данной стратегии среди студентов разных этнокультурных групп ($p > 0.05$). Выраженность стратегии *Позитивный фокус* характеризовалась различиями у студентов (рис. 28д): татары оптимистичнее воспринимали стрессовые ситуации по сравнению с русскими ($t_{\text{рус.-тат.}} = 0.853$,

$p=0.026$) и китайцами ($t_{\text{тат.-кит.}}=1.324$, $p=0.002$). Армяне значимо чаще использовали ресурсы позитивного мышления и поддерживали бодрость духа по сравнению с китайцами ($t_{\text{арм.-кит.}}=1.058$, $p=0.006$). Таким образом, татары и армяне отличаются оптимистическим взглядом на стрессовые ситуации, в то время как русские и китайцы реже обращаются к такому совладанию. Данные других исследований также подтверждают установку армян на положительную переоценку трудной ситуации (Сенкевич, 2012).

Изучение графика выраженности стратегии *Религиозная поддержка* (рис. 28г) выявило различия между группами студентов: русские и китайские студенты реже обращались к данной стратегии по сравнению с молодежью из других культур (все показатели t при $p=0.000$). В то время как для армян, татар и турок опора на религию являлась значимым внесубъектным ресурсом в преодолении стрессовых ситуаций. Достоверные различия в востребованности данной стратегии между армянами, татарами и турками не обнаружены.

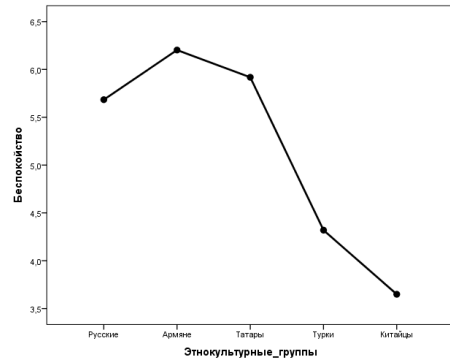
Исследование продуктивного стиля у студентов разных этнокультурных групп выявило ресурсную роль религиозной поддержки для армян, татар и турок, а также позитивный фокус в анализе стрессовых ситуаций – у татар и армян. Анализ индивидуальных проблемно-ориентированных стратегий и совладание через отдых не выявил различий между группами студентов.

28а. Стратегия *Решение проблемы*28б. Стратегия *Работа/достижение*28в. Стратегия *Активный отдых*28г. Стратегия *Религиозная поддержка*28д. Стратегия *Позитивный фокус*

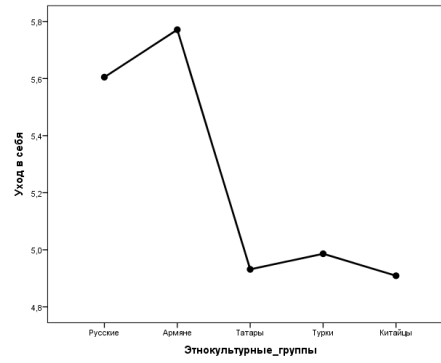
**Рис. 28. Выраженность стратегий продуктивного стиля совладания
у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп**

Непродуктивный стиль совладания. Анализ графиков непродуктивных стратегий позволил выделить общее и специфическое в совладании со стрессовыми ситуациями у студентов разных этнокультурных групп.

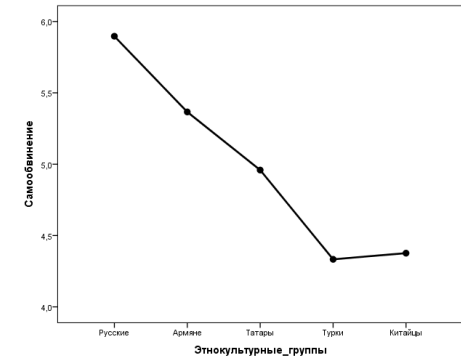
Совладание у русской, армянской и татарской молодежи оказалось похожим по стратегиям *Беспокойство* (рис. 29а) и *Чудо* (рис. 29б): они в большей степени активизировали эти копинги по сравнению с турецкими и китайскими студентами. В стрессовых ситуациях русские, армяне и татары испытывали повышенное беспокойство о последствиях проблемы; в то время как турки и китайцы меньше тревожились при возникновении затруднений (все показатели *t*-критерия Шеффе на уровне значимости $p=0.000$). Различий в выраженности стратегии *Беспокойство* у русских, армян и татар между группами не выявлено. Стратегия *Чудо* оказалась достоверно более востребованной у русских, армян и татар по сравнению с китайцами ($t_{рус.-кит.}=1.305$, $p=0.000$; $t_{арм.-кит.}=1.545$, $p=0.000$; $t_{тат.-кит.}=1.491$, $p=0.000$): в стрессовых ситуациях они чаще думали об удачном стечении обстоятельств и надеялись «что все само по себе уладится». Значимых различий по копингу *Чудо* у турецких студентов по сравнению с молодежью из других групп не выявлено.



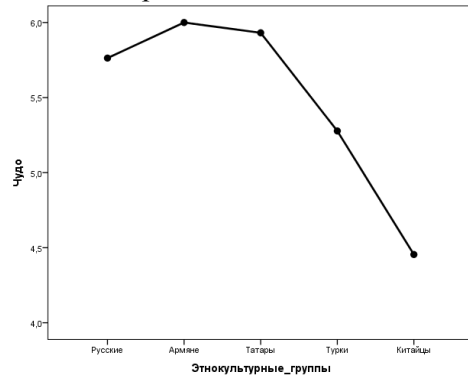
29а. Стратегия *Беспокойство*



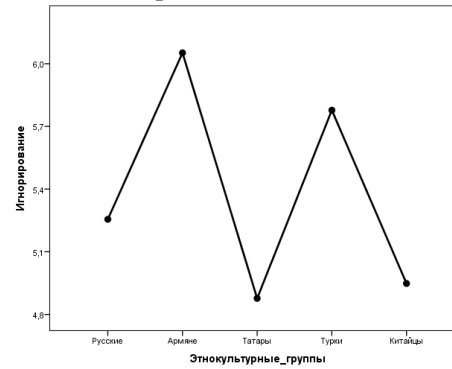
29в. Стратегия *Уход в себя*



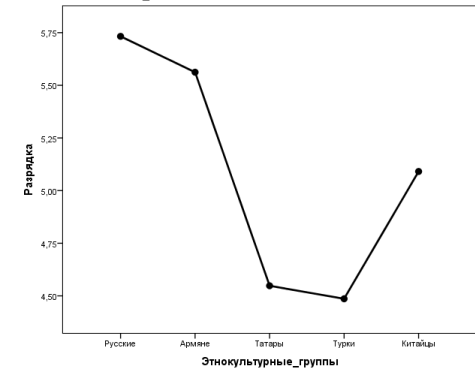
29д. Стратегия *Самообвинение*



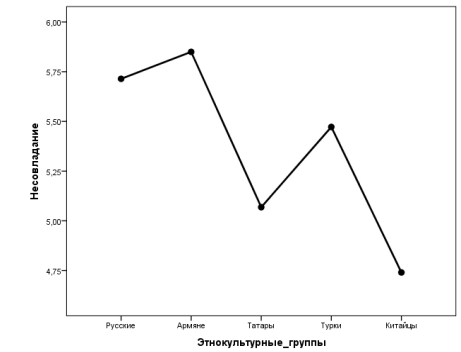
29б. Стратегия *Чуждо*



29г. Стратегия *Игнорирование*



29е. Стратегия *Разрядка*



29з. Стратегия *Несовладание*

Рис. 29. Выраженность стратегий непродуктивного стиля совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

Общие особенности непродуктивного копинг-стиля у русских и армянских студентов проявились в востребованности стратегий *Несовладание* (рис. 29з), *Самообвинение* (рис. 29д) и *Разрядка* (рис. 29е). В стрессовых ситуациях молодые представители указанных групп отказывались от активных действий вплоть до болезненных состояний, в то время как китайцы достоверно реже демонстрировали несовладание при разрешении проблем ($t_{\text{рус.-кит.}}=0.989$, $p=0.003$; $t_{\text{арм.-кит.}}=1.109$, $p=0.002$). Русские и армянские студенты принимали персональную ответственность за проблему достоверно чаще, чем татары ($t_{\text{рус.-тат.}}=0.938$, $p=0.004$), турки ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.563$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-тур.}}=1.020$, $p=0.005$) и китайцы ($t_{\text{рус.-кит.}}=1.533$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-кит.}}=0.986$, $p=0.006$). Сравнительный анализ по показателю стратегии *Самообвинение* выявил различия в большую сторону у русских, чем у армян (на уровне тенденции $t_{\text{рус.-арм.}}=1.544$, $p=0.060$). Согласно графику (рис. 29е) и результатам статистического анализа, русская и армянская молодежь чаще использовала разные способы эмоциональной разрядки в стрессовых ситуациях по сравнению с татарами ($t_{\text{рус.-тат.}}=1.139$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-тат.}}=1.101$, $p=0.007$) и турками ($t_{\text{рус.-тур.}}=1.229$, $p=0.000$; $t_{\text{арм.-тур.}}=1.091$, $p=0.002$). Сравнения стратегии *Разрядка* у китайцев со студентами других групп не выявили статистических различий.

Специфические особенности совладания выявлены у армянских студентов: стратегии *Уход в себя* (рис. 29в) и *Игнорирование* (рис. 29г) являлись более выраженными у армян, чем у молодежи из других групп. Анализ множественных сравнений подтвердил большую замкнутость армян в стрессовых ситуациях по сравнению с китайцами ($t_{\text{арм.-кит.}}=0.875$, $p=0.037$). Стратегия *Игнорирование* оказалась достоверно более выраженной у армян по сравнению с русскими ($t_{\text{рус.-арм.}}=0.788$, $p=0.002$), татарами ($t_{\text{арм.-тат.}}=1.176$, $p=0.001$), китайцами ($t_{\text{арм.-кит.}}=1.104$, $p=0.003$). В стрессовых ситуациях респонденты из Армении сознательно блокировали факт существования проблемы и действовали «как будто ее нет».

Исследование совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп выявило следующие особенности:

1. Востребованность индивидуальных стратегий проблемно-ориентированного совладания (*Решение проблемы, Работа/достижение*) и обращение к разным видам отдыха (*Активный отдых, Отвлечение*) не зависит от этнокультурной принадлежности студента.
2. Специфика социального совладания состоит в том, что армяне, турки и китайцы организуют общественные действия для разрешения затруднений; китайцы нуждаются в друзьях; татары – в социальной и профессиональной помощи. Значимой стратегией для армян и татар выступает чувство принадлежности.
3. Русские студенты не демонстрируют специфических социальных стратегий; они обращаются к субъектной стратегии *Самообвинение*, которая является отличительной особенностью совладания у русской молодежи.
4. Армяне, татары и турки совладают со стрессовыми ситуациями с помощью религиозной поддержки.

3.3. Особенности концептуализации стрессовых ситуаций как фактора совладающего поведения у студентов социогуманитарных специальностей разных этнокультурных групп

3.3.1. Типы взаимосвязей между модальностями концепта *Стресс* и стратегиями совладания

Проведенный анализ выявил разнотипные зависимости стратегий совладания от особенностей организации концепта *Стресс* (сенсорной, эмоционально-оценочной, пространственно-временной модальностями).

Типы взаимосвязей между переменными могут быть объединены в три группы:

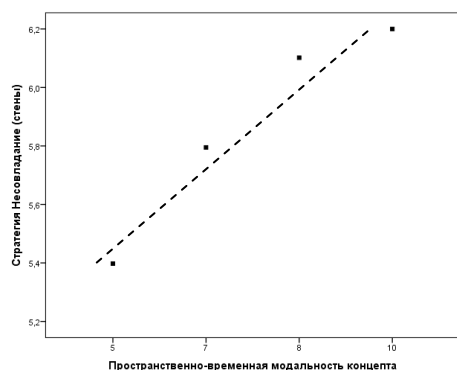
- (1) линейные – возрастающие и убывающие (рис. 30);
- (2) скачкообразные – возрастающие и убывающие (рис. 31);
- (3) перевернутые U-образные (рис. 32).

Линейные зависимости

Возрастающие линейные зависимости установлены между пространственно-временной модальностью концепта *Стресс* и эмоционально-фокусированными стратегиями *Несовладание* ($F=4.08$, $p \leq 0.01$, рис. 30а) и *Разрядка* ($F=4.77$, $p \leq 0.01$, рис. 30в). Чем больше в репрезентациях стресса представлено пространственных и временных признаков, тем чаще студент сознательно отказывается от каких-либо действий по решению проблемы и использует разные способы улучшения эмоционального состояния.

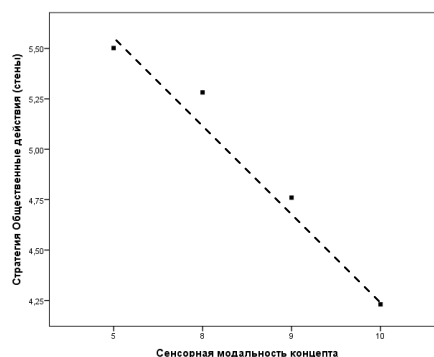
Убывающие линейные зависимости обнаружены между стратегией *Общественные действия* и такими модальностями как сенсорная ($F=3.24$, $p \leq 0.05$, рис. 30б) и эмоционально-оценочная ($F=3.67$, $p=0.000$, рис. 30г): чем более выражены сенсорные и эмоционально-оценочные признаки в концепте *Стресс*, тем реже студенты организуют совместные действия для решения трудных ситуаций.

Возрастающая зависимость

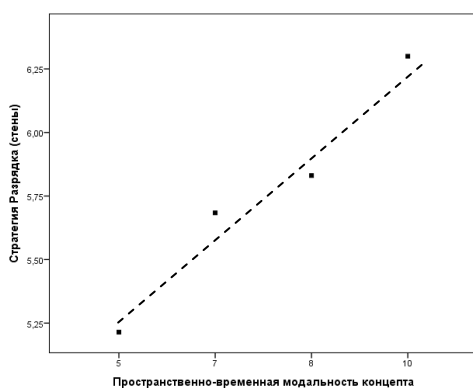


30а. Пространственно-временная модальность концепта и стратегия *Несовладание*

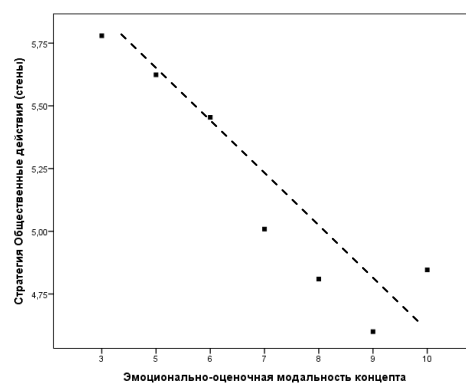
Убывающая зависимость



30б. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Общественные действия*



30в. Пространственно-временная модальность концепта и стратегия *Разрядка*



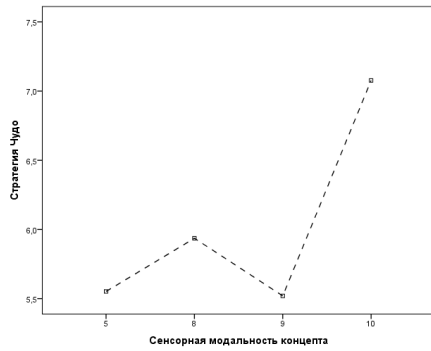
30г. Эмоционально-оценочная модальность концепта и стратегия *Общественные действия*

Рис. 30. Графики линейных зависимостей стратегий совладания от модальностей концепта *Стресс*

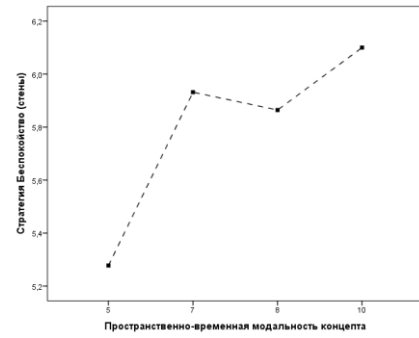
Скачкообразные зависимости

Выявлено восемь скачкообразных зависимостей между модальностями концепта *Стресс* и стратегиями совладания (рис. 31). Чем больше сенсорных и пространственно-временных признаков представлено в концепте *Стресс*, тем сильнее проявляется совладание у студентов, связанное с надеждой на удачное стечение обстоятельств ($F=3.39$, $p \leq 0.05$, рис. 31а) и беспокойство по последствия стрессовой ситуации ($F=5.10$, $p \leq 0.01$, рис. 31б). Чем больше эмоционально-оценочных признаков в концепте *Стресс*, тем чаще молодежь обращается к субъектным стратегиям *Работа/достижение* ($F=2.77$, $p \leq 0.05$, рис. 31в), *Самообвинение* ($F=3.54$, $p \leq 0.01$, рис. 29г), *Беспокойство* ($F=2.86$, $p \leq 0.01$, рис. 31д).

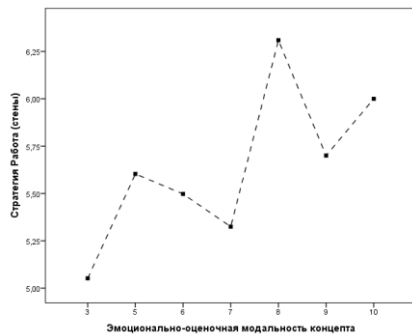
Убывающие скачкообразные зависимости демонстрируют: чем больше выраженность сенсорных и эмоционально-оценочных признаков концепта *Стресс*, тем реже молодежь в стрессовых ситуациях обращается к друзьям ($F=2.61$, $p \leq 0.01$, рис. 31е) и реже ищет религиозную поддержку ($F=2.48$, $p \leq 0.05$, рис. 31ж); чем больше в концепте пространственно-временных признаков стресса, тем чаще активизируется стратегия *Активный отдых* ($F=6.31$, $p=0.000$, рис. 31з).



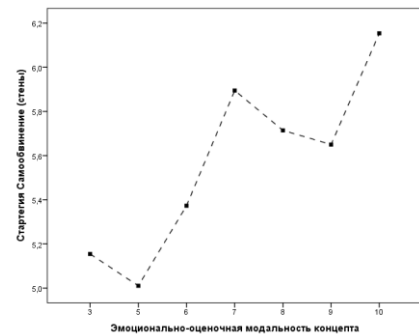
31а. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Чудо*



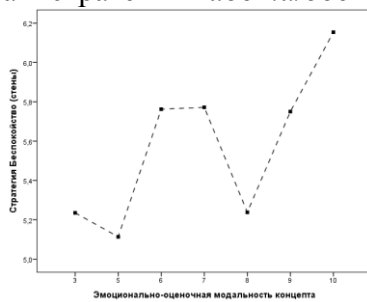
31б. Пространственно-временная модальность концепта и стратегия *Беспокойство*



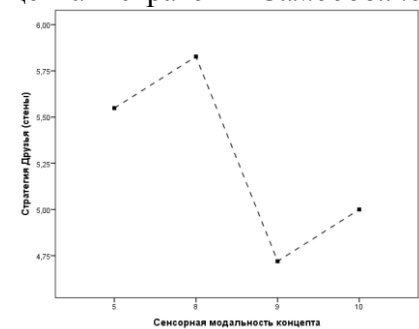
31в. Эмоционально-оценочная модальность концепта и стратегия *Работа/достижения*



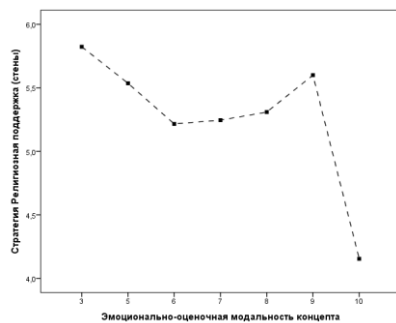
31г. Эмоционально-оценочная модальность концепта и стратегия *Самообвинение*



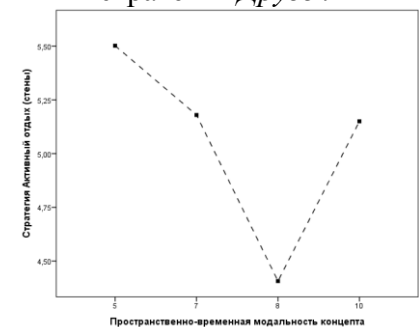
31д. Эмоционально-оценочная модальность концепта и стратегия *Беспокойство*



31е. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Друзья*



31ж. Эмоционально-оценочная модальность концепта и стратегия *Религиозная поддержка*

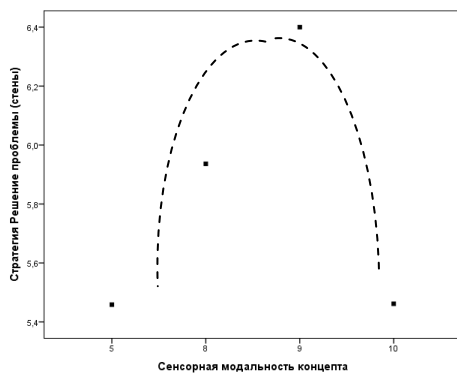


31з. Пространственно-временная модальность концепта и стратегия *Активный отдых*

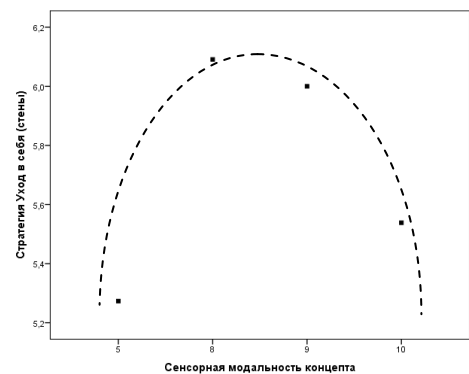
Рис. 31. Графики скачкообразных зависимостей стратегий совладания от модальностей концепта *Стресс*

Перевернутые U-образные зависимости

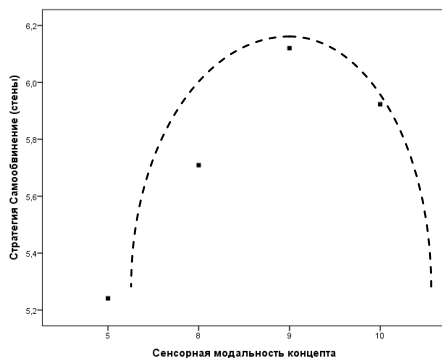
Перевернутая U-образная зависимость свидетельствует о наличии определенного оптимального соотношения между сенсорными признаками в структуре концепта *Стресс* и такими стратегиями совладания как *Решение проблемы* ($F=3.34$, $p \leq 0.05$, рис. 32а), *Самообвинение* ($F=3.62$, $p \leq 0.05$, рис. 32б) и *Уход в себя* ($F=6.18$, $p=0.000$, рис. 32в); пространственно-временная модальность концепта *Стресс* – стратегия *Самообвинение* ($F=3.36$, $p=0.000$), рис. 32г). Связей между эмоционально-оценочной модальностью концепта *Стресс* и стратегиями совладания не обнаружено.



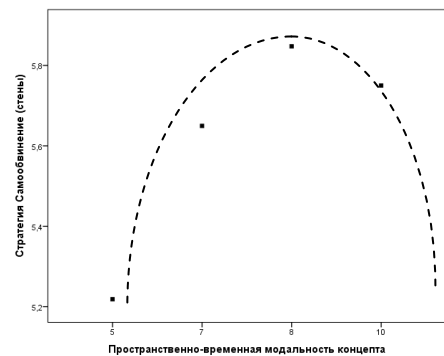
32а. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Решение проблемы*



32в. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Уход в себя*



32б. Сенсорная модальность концепта и стратегия *Самообвинение*



32г. Пространственно-временная модальность концепта и стратегия *Самообвинение*

Рис. 32. Графики перевернутых U-образных зависимостей стратегий совладания от модальностей концепта *Стресс*

Обобщая вышесказанное, отметим, что пространственно-временные признаки концепта *Стресс* в большей мере соотносятся с эмоционально-ориентированными и избегающими стратегиями, в то время как сенсорная и эмоционально-оценочная модальность концепта *Стресс* – с проблемно-ориентированным совладающим поведением.

3.3.2. Особенности совладания в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций

Для выявления соотношения между стратегиями совладания и меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент) рассмотрим результаты кластерного анализа (Ward Method), на основании которого выделены три группы респондентов с разной мерой содержательной дифференцированности индивидуально-психологических представлений о стрессе (Таблица 20).

Таблица 20

Группы респондентов в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент)

Содержательные категории концепта <i>Стресс</i>	Описательная статистика (среднее значение, стандартное отклонение)		
	1 группа (n=251)	2 группа (n=356)	3 группа (n=105)
Причины	0.88±0.32	0.57±0.49	0.99±0.09
Состояние	0.85±0.35	0.67±0.46	0.94±0.23
Последствия	0.75±0.45	0.28±0.44	0.87±0.34
Процесс	0.40±0.49	0.18±0.38	0.86±0.35
Управление	0.11±0.31	0.04±0.20	0.44±0.49
<i>Условное название групп</i>	Средне-дифференцированный опыт	Мало-дифференцированный опыт	Дифференцированный опыт

Согласно данным, представленным в Таблице 20, студенты со средне-дифференцированным опытом преодоления стрессовых ситуаций (1 группа) в значительной степени фиксировали причины стресса, проявления стрессового состояния и негативные последствия. Они редко отражали признаки, релевантные содержательной категории *управление*. Студенты, имеющие малодифференцированные представления о стрессе (2 группа), составили половину выборочной совокупности. Ментальный опыт преодоления стрессовых ситуаций у данной группы респондентов вербализован в категориях *причин* и *состояния*. Студенты 3 группы характеризовались наиболее дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций: ассоциативные ряды включали 4-5 признаков, отражающие содержательные категории концепта *Стресс*.

Для выявления особенностей совладания у молодежи в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций применялась процедура иерархической кластеризации с предварительным факторным анализом данных в каждой подгруппе.

Структура стратегий совладания у студентов с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций (3 группа) представлена на рис. 33 – она включала 5 кластеров. Результаты факторного анализа представлены в Приложении 5 (Таблица 8).



Рис. 33. Кластерная структура совладания у студентов с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций

В центральный кластер вошли стратегии *Решение проблемы*, *Работа/достижение*, *Позитивный фокус* и *Уход в себя*. Содержательный анализ объединенных стратегий указывает на индивидуальную направленность молодежи в преодолении стрессовых ситуаций: студенты самостоятельно обдумывают и решают проблемы, сохраняют оптимистический настрой и уединяются при возникновении проблемы. Кластер, расположенный в верхней части дендрограммы, представлял собой стратегии эмоционального отреагирования трудной ситуации (*Несовладание*, *Разрядка*, *Самообвинение*, *Беспокойство*, *Чудо*). Стратегии избегающего поведения *Игнорирование* и *Отвлечение* образовали отдельный кластер: обращение к пассивным видам отдыха позволяет молодежи сознательно игнорировать факт существования проблемы и не заниматься ее решением, переключаясь на разные способы релаксации. Стратегии *Социальная поддержка*, *Друзья*, *Принадлежность*, *Общественные действия* вошли в отдельный кластер, объединяющий внесубъектные способы разрешения стрессовых ситуаций. Группировка стратегий *Религиозная поддержка*,

Профессиональная помощь и *Активный отдых* в один кластер свидетельствует о том, что в стрессовых ситуациях студенты данной группы ментально объединяет эти стратегии друг с другом.

Структура стратегий совладания у студентов с мало-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций представлена на рис. 34 (результаты факторного анализа в Приложении 5, Таблица 9). Структура включила меньшее количество кластеров по сравнению с предыдущей группой респондентов (рис. 33). Центральный кластер – готовность к преодолению трудной ситуации – объединяет субъектные проблемно-ориентированные стратегии (*Решение проблемы*, *Работа/достижения*, *Религиозная поддержка*, *Позитивный фокус*, *Активный отдых*) в сочетании с внесубъектной стратегией *Религиозная Поддержка*. Это означает, что нацеленность на результат у данной группы респондентов сопровождается поиском религиозной опоры, поддержании оптимизма и потребностью в физической активности. Кластер стратегий социального взаимодействия (верхняя часть дендограммы) соединил внесубъектные ресурсы, привлекаемые для коллективного поиска решения проблемы и способствующие снятию напряжения у человека. Нижняя часть дендограммы отражает индивидуальные стратегии управления эмоциональным состоянием в условиях одиночества.



Рис. 34. Кластерная структура стратегий совладания у студентов с мало-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций

Структура совладания у студентов со средне-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций характеризовалась 3-кластерным решением, как и в предыдущей группе респондентов (рис. 35; результаты факторного анализа – Приложение 5, Таблица 10). Отличие заключается во взаимосвязях стратегии *Религиозная поддержка* с другими копингами. Согласно рис. 33, центральный кластер не включил данную стратегию. Студенты со средне-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций демонстрировали готовность к разрешению проблемы, оптимистический настрой и потребность в физической активности. Религиозная поддержка у данной группы респондентов связана с внесубъектным социально-ориентированным поведением (верхняя часть дендограммы).



**Рис. 35. Кластерная структура стратегий совладания
у студентов со средне-дифференцированным
ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций**

Сопоставление структур совладания в зависимости от меры дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций выявило, что молодежь с мало-дифференцированными и средне-дифференцированными представлениями о стрессе похожим образом преодолевают затруднения.

Специфика совладания у студентов с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций заключается в замене стратегии *Религиозная поддержка* на *Уход в себя* в продуктивном стиле. На наш взгляд, такое соотношение стратегий характеризует потребность студента в уединении и концентрации внимания для целенаправленной деятельности по разрешению трудной ситуации.

3.3.3. Мера дифференцированности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения¹⁰

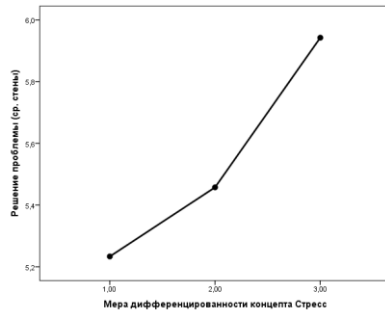
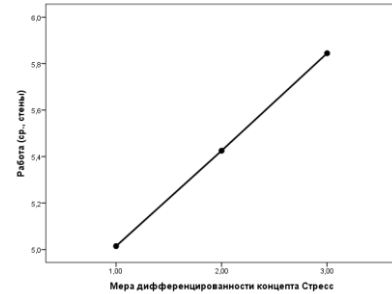
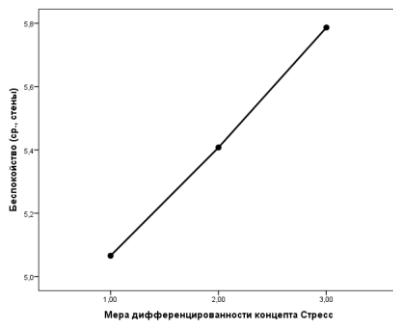
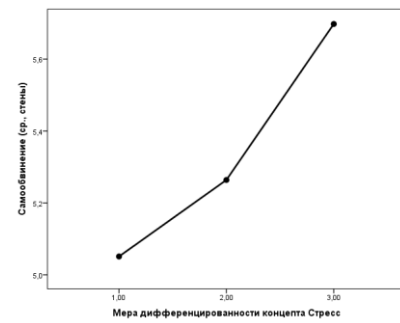
Для оценки влияния фактора меры дифференцированности концепта *Стресс* на стратегии совладания применялся метод общего линейного моделирования. Согласно многомерному критерию оценки факторного эффекта (*След Пиллаи*=0,979; $F=1793,956$; ст.св.=18; $p=0,000$) мера дифференцированности концепта *Стресс* (градации: низкая, средняя, высокая) оказывает главный эффект на изменение показателей стратегий совладания. Анализ критериев межгрупповых эффектов выявил, что независимая переменная Мера дифференцированности концепта *Стресс* оказывает значимый эффект на стратегии совладания (зависимые переменные): *Решение проблемы* ($F=6.597$; $p=0.001$), *Работа/достижения* ($F=7.921$; $p=0.000$), *Беспокойство* ($F=5.813$; $p=0.003$), *Принадлежность* ($F=3.408$; $p=0.034$), *Самообвинение* ($F=5.726$; $p=0.003$), *Религиозная поддержка* ($F=4.717$; $p=0.009$), *Профессиональная помощь* ($F=3.153$; $p=0.043$) (Приложение 5 ,Таблица 11).

Особенности значимых изменений востребованности стратегий от градации меры дифференцированности концепта *Стресс* представлены на рис. 36 и рис. 37.

На основе анализа графиков (рис. 36) следует отметить возрастающую зависимость между богатством представлений о стрессовых ситуациях и такими субъектными стратегиями как *Решение проблемы*, *Работа/достижения*, *Беспокойство*, *Самообвинение*. По мере увеличения дифференцированности концепта *Стресс* студент достоверно чаще обдумывают трудную ситуацию с разных сторон ($p<0.010$) и демонстрируют поведение, направленное на разрешение проблемы ($p<0.050$). Респонденты с высокой дифференцированностью представлений о стрессе больше беспокоятся за последствия стрессовой ситуации и чаще принимают

¹⁰ Результаты исследования отражены в статье Волковой Е.В., Куваевой И.О. Мера дифференцированности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения субъекта: кросс-культурный подход // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 3.

персональную ответственность за проблему, чем студенты с низкой ($p < 0.005$) и средней ($p < 0.050$) градациями меры дифференцированности концепта *Стресс*.

36а. Стратегия *Решение проблемы*36б. Стратегия *Работа/достижения*36в. Стратегия *Беспокойство*36г. Стратегия *Самообвинение*

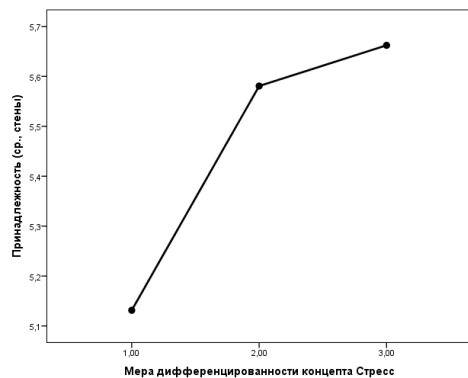
Градации меры дифференцированности концепта *Стресс*:

1 – низкая, 2 – средняя, 3 – высокая.

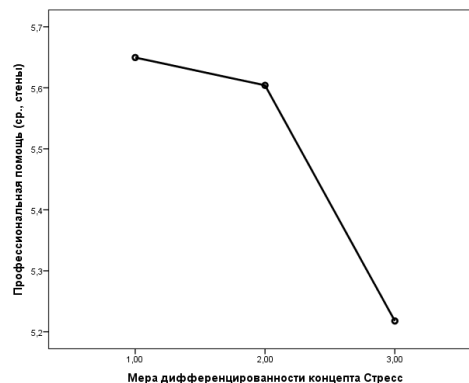
Рис. 36. Востребованность субъектных стратегий в зависимости от меры дифференцированности концепта *Стресс*

Исследование графиков зависимости применения внесубъектных стратегий от меры дифференцированности концепта *Стресс* (рис. 37) выявило разные типы взаимосвязей – возрастающие и убывающие. Совладание посредством принадлежности к другим возрастает по мере увеличения меры дифференцированности концепта *Стресс* (рис. 37а): чем больше разноаспектной информации концептуализирует человек в стрессовой ситуации, тем он больше интересуется мнением других и стремится к получению их одобрения. Убывающие взаимосвязи выявлены между мерой дифференцированности концепта *Стресс* и стратегиями

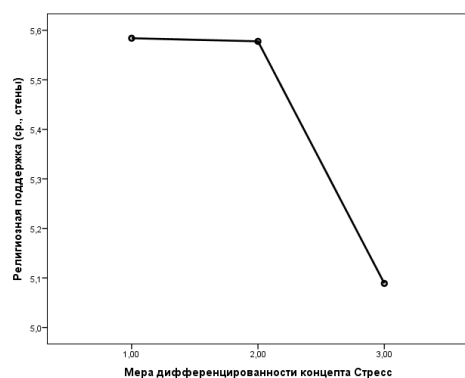
Религиозная поддержка/Профессиональная помощь: по мере увеличения дифференцированности представлений о стрессе уменьшается потребность в религиозной поддержке и консультациях квалифицированных специалистов ($p < 0.050$).



37а. Стратегия *Принадлежность*



37б. Стратегия
Профессиональная помощь



37в. Стратегия *Религиозная поддержка*

Градации меры дифференцированности
концепта *Стресс*:

- 1 – низкая,
- 2 – средняя,
- 3 – высокая.

**Рис.37. Востребованность внесубъектных стратегий
в зависимости от меры дифференцированности концепта *Стресс***

3.3.4. Мера иерархичности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения у студентов

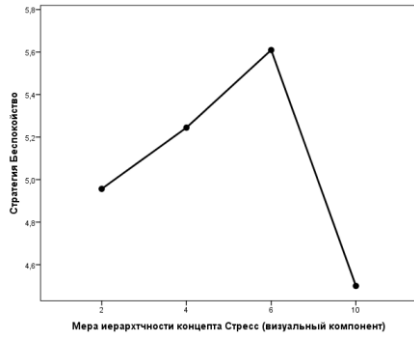
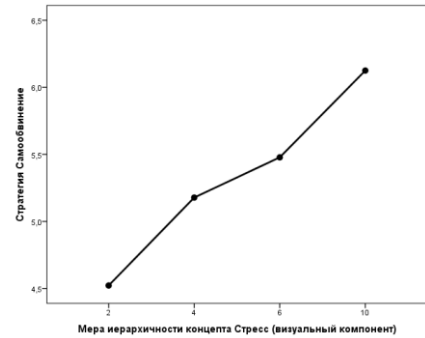
Для оценки влияния (термин понимается в статистическом смысле) фактора Мера иерархичности концепта *Стресс* (визуальный компонент) на стратегии совладания применялся метод общего линейного моделирования. Многомерный критерий Бокса на эквивалентность ковариационных матриц

($p=0.157$) свидетельствует, что данные пригодны для проведения ОЛМ. Согласно многомерному критерию оценки факторного эффекта (*След Пиллаи*=0.869; $F=251.250$; ст.св=18; $p=0.000$), мера иерархичности визуального компонента концепта *Стресс* оказывает главный эффект на изменение показателей стратегий совладающего поведения. Необходимо отметить градации меры иерархичности визуального компонента концепта *Стресс*: отсутствие визуального прототипа концепта *Стресс*; фиксация внешних признаков стрессовой ситуации; фиксация признаков стрессового состояния; фиксация обобщенных моделей стрессовых ситуаций, отражающих причинно-следственные связи.

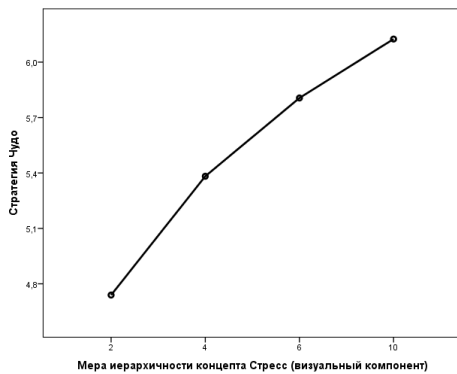
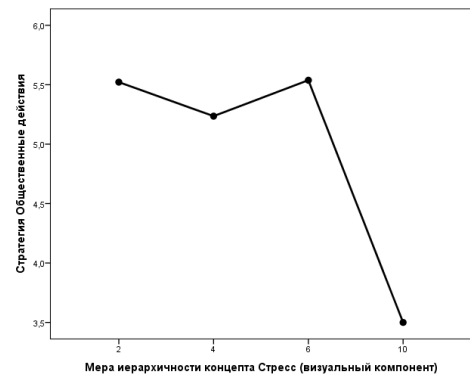
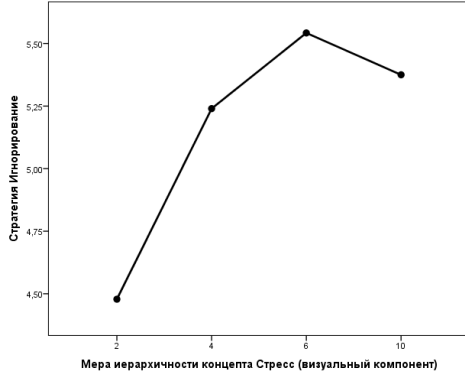
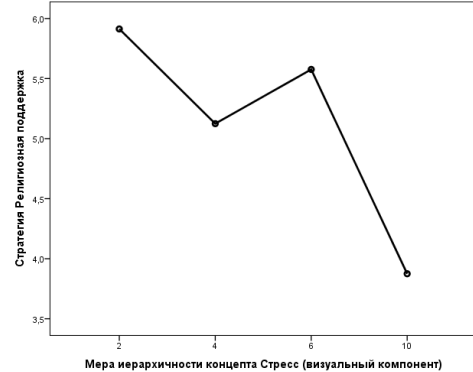
Анализ критериев межгрупповых эффектов выявил, что независимая переменная Мера иерархичности визуального компонента концепта *Стресс* оказывает значимый эффект на копинг-стратегии (зависимые переменные): *Беспокойство* ($F=2.801$; $p=0.039$), *Чудо* ($F=3.950$; $p=0.008$), *Общественные действия* ($F=4.042$; $p=0.007$), *Игнорирование* ($F=3.003$; $p=0.030$), *Самообвинение* ($F=3.130$; $p=0.025$), *Религиозная поддержка* ($F=4.747$; $p=0.003$).

Анализ графиков средних значений (рис. 38) показал, что востребованность субъектных стратегий по-разному проявляется в зависимости от меры визуальной иерархичности концепта *Стресс*: при концептуализации сути стрессовой ситуации уменьшается тревога за последствия (рис. 38а) и увеличивается ощущение персональной ответственности (рис. 38б). Полученные данные свидетельствуют о том, что понимание сути проблемы, видение ее целиком при учете деталей позволяет субъекту совладания урегулировать свое эмоциональное состояние и ответственно относиться к факту трудной ситуации.

Субъектные стратегии

38а. Стратегия *Беспокойство*38б. Стратегия *Самообвинение*

Внесубъектные стратегии

38в. Стратегия *Чудо*38г. Стратегия *Общественные действия*38д. Стратегия *Игнорирование*38е. Стратегия *Религиозная поддержка*

Градации меры иерархичности концепта *Стресс*: 2 – отсутствие визуального прототипа концепта *Стресс*, 4 – фиксация внешних признаков стрессовой ситуации, 6 – фиксация признаков стрессового состояния, 10 – обобщенные модели сути стрессовых ситуаций

**Рис. 38. Востребованность стратегий совладания
в зависимости от меры иерархичности концепта *Стресс*
(визуальный компонент)**

Показатели стратегий *Чудо* и *Игнорирование* увеличиваются по мере увеличения меры иерархичности концепта *Стресс* (рис. 38в, рис. 38д); в то время как показатели стратегий *Общественные действия* и *Религиозная поддержка* – уменьшаются (рис. 38г, 38е). Выделяя существенные и отличительные признаки стрессовой ситуации, человек реже обращается к решению проблемы через общественные действия и меньше нуждается в религиозной опоре. Вероятно, увеличение востребованности стратегий *Чудо* и *Игнорирование* по мере нарастания обобщенности визуальной концептуализации связано с преодолением неконтролируемых стрессовых ситуаций или серьезных травмирующих событий.

В настоящем исследовании оценить влияние эффекта Меры вербальной иерархичности концепта *Стресса* на изменение показателей стратегий совладающего поведения не удалось, поскольку согласно критерию Бокса на эквивалентность ковариационных матриц ($p < 0.05$) и критерию Ливиня равенства дисперсий ошибок ($p < 0.05$) эмпирические данные оказались не пригодны для проведения ОЛМ.

Обобщая результаты исследования соотношения организации концепта *Стресс* и стратегий совладания у студентов социо-гуманитарных специальностей, подведем основные итоги:

1. Совладающее поведение достоверно связано с мерой дифференцированности концепта *Стресс*: чем выше дифференцированность представлений о стрессе (*причины, состояние, последствия, процесс, управление*), тем более согласованное взаимодействие копинг-стратегий отмечается в структуре совладания.
2. Студенты с мало- или средне-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций склонны переключаются со стрессора и управления им на физическую активность или религиозную поддержку.

3. Соотношения между модальностями концепта *Стресс* и стратегиями совладания представлены линейными, скачкообразными и перевернутыми U-образными зависимостями.
4. По мере увеличения сенсорных и эмоционально-оценочных признаков в концепте *Стресс* человек реже обращается к организации общественных действий.
5. Концептуализация стресса в пространственно-временных признаках способствует возрастанию непродуктивных стратегий совладающего поведения (возрастающая зависимость стратегий *Разрядка, Несовладание*).
6. Мера дифференцированности концепта *Стресс* (низкая, средняя, высокая) оказывает главный эффект на изменение показателей семи копинг-стратегий: *Решение проблемы, Работа/достижения, Беспокойство, Принадлежность, Самообвинение, Религиозная поддержка, Профессиональная помощь*.
7. Мера иерархичности визуального компонента концепта *Стресс* оказывает значимый эффект на изменение показателей шести копинг-стратегий: *Беспокойство, Чудо, Общественные действия, Игнорирование, Самообвинение, Религиозная поддержка*

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Принципиальное своеобразие психических процессов человека состоит в вербально-смысловом управлении поведением и деятельностью. Благодаря слову (концепту) внешний мир с определенной мерой приближения встраивается во внутренний мир человека, соединяя прошлое, настоящее и будущее (Волкова, 2013; Волкова, Куваева, 2019) и проявляя триединую природу способностей человека – биологическую, психологическую и социальную (*triple aspect monism*). На основе непрерывного обмена с другими людьми результатами своей психической деятельности у человека происходит аккумуляция результатов отражательной деятельности мозга других индивидов. Поэтому сознание человека, не теряя своей индивидуальной формы, становится также культурно-групповым и общечеловеческим явлением, объективируясь в языке и объектах материальной и духовной культуры (Чуприкова, 1985). Поэтому восприятие, оценивание, осмысление стрессовых ситуаций и выбор релевантных стратегий совладания обусловлены триединой природой человека – особенностью его деятельности мозга, его индивидуального опыта и опыта той культурной группы, в которой он живет (Волкова, Куваева, 2019).

Результаты диссертационного исследования показали разнотипные и разнокачественные взаимосвязи между особенностями организации концепта *Стресс* и стратегиями совладания у студентов (Волкова, Куваева, 2019). Анализ линейных зависимостей наталкивают на идею о том, что построение концепта *Стресс* в сенсорных и эмоционально-оценочных признаках выступает важным качеством субъекта совладания: активная, творческая и самостоятельная переработка стрессовой ситуации уменьшает востребованность внесубъектных копинг-стратегий. Анализ стрессовых ситуаций через пространственные и временные признаки способствует совладанию по избегающему типу. Ощущение себя творцом своей жизни, внимательное отношение разным аспектам стрессовой ситуации и выделение

критических признаков обуславливают особенности концептуализации стресса, определяя индивидуально-психологические представления о нем.

Полученные результаты свидетельствуют, что разноаспектная концептуализация выступает субъектным ресурсом в регуляции поведения по разрешению трудных ситуаций, в то время как недостаточная концептуализация стрессовой ситуации требует привлечения внешних ресурсов для преодоления затруднений. Студенты с разной степенью содержательной дифференцированности концепта *Стресс* по-разному активизируют копинг-ресурсы в стрессовых ситуациях. Индивидуальные стратегии, направленные на управление стрессовой ситуацией и эмоциональным состоянием, в большей степени востребуются студентами с богатыми представлениями о стрессе. В то время как внесубъектные стратегии *Религиозная поддержка* и *Профессиональная помощь* чаще активизируются молодежью, имеющей малодифференцированные представления о стрессе. На наш взгляд, дифференцированный концепт *Стресс* как *тонкое различительное чувство* (в терминах Н.И. Чуприковой, 2019) обуславливает индивидуальные различия в скорости реагирования на стрессовые ситуации, избирательности и точности выделения признаков для управления трудной ситуацией (Волкова, Куваева, 2020).

Сопоставление структур совладания у студентов с разной мерой дифференцированности ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций выявило сдвиги некоторых стратегий, которые определяют специфику поведения человека при возникновении затруднений. Сочетание стратегий *Религиозная поддержка*, *Уход в себя* и *Активный отдых* с другими стратегиями существенно определяет индивидуальный вклад человека в разрешение стрессовых ситуаций. В частности, респонденты с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций демонстрируют самостоятельность и целенаправленность в разрешении трудностей, они привлекают социальные ресурсы при необходимости и дифференцируют способы управления эмоциональным

состоянием. Студенты, имеющие малодифференцированные представления о стрессовых ситуациях, не стремятся к самостоятельному разрешению возникающих проблем. Они переключаются с трудной ситуации на отвлеченную деятельность, ищут религиозную поддержку и замыкаются в себе. Совладание у студентов со средне-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций имеет похожую структуру и отличается тем, что религиозное мировоззрение не связано с индивидуальным проблемно-ориентированным совладанием. Мы полагаем, что стратегия *Уход в себя* в случае дифференцированного ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций имеет другое смысловое значение: не уход от решения проблемы как таковой, а отсроченное время, необходимое для обдумывания, анализа проблемы и поиска решения, что согласуется с феноменом *молчания* Г.В. Ожигановой (2018, 2019).

Выявленный факт о востребованности внесубъектной стратегии *Чувство принадлежности* по мере содержательного усложнения концепта *Стресс* оказался неожиданным. Вероятно, ресурсное значение референтной группы связано с возрастом респондентов (период ранней взрослости) и необходимостью совместно осмыслить стрессовую ситуацию в разных аспектах (Волкова, Куваева, 2020).

Культура как обучающая и информационная среда (Александров и др., 2009; Matsumoto, 2007) предоставляет человеку возможности для формирования элементов субъективного опыта – ментальных представлений о стрессовых ситуациях и способах их преодоления. Результаты диссертационного исследования показали достоверные различия в структуре ментального опыта преодоления стресса у студентов разных этнокультурных групп. Русские студенты концептуализируют стресс разнообразнее, обращая внимание на сенсорные, эмоционально-оценочные и пространственно-временные признаки. Они понимают под стрессом состояние длительного нервного напряжения, возникающего под совокупностью разнообразных факторов. Студенты из Армении подчеркивают глубину стресса и временной

параметр, который варьируется от «молниеносности» до «нескончаемой вечности». Студенты-татары также, как и русская молодежь, строят концепт *Стресс* в эмоционально-оценочных и пространственно-временных признаках стрессовых ситуаций: они похожим образом изображают и интерпретируют данный феномен. Студенты из Турции под стрессом понимают эмоциональное тревожное состояние, характерное для учебно-экзаменационной деятельности и имеющее отношение к неопределенному будущему. Студенты из Китая воспринимают стресс как быстрый процесс, в котором выделяют обобщенные признаки стрессовых ситуаций.

Сравнительный анализ ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций у студентов разных этнокультурных групп позволяет говорить о полярности концептуализации стрессовых ситуаций у русских, турецких и китайских студентов. Акцентированная индивидуально-психологическая составляющая стресса и дифференцированность разнокачественных признаков объекта у русской молодежи связаны с рефлексивностью мышления и повышенной эмоциональностью людей (Гришина, 2010; Помченко, 2006; Стефаненко, 2009), возможностями русского языка для обозначения конкретных переживаний человека. Напротив, обобщенность признаков концепта *Стресс* и малая представленность субъективных оценок у китайцев обусловлены многозначностью и зависимостью иероглифов от контекста, а также эмоциональной сдержанностью китайцев (Помченко, 2006; Собольников, 2001; Чен, 2006; Bond, 1993). Важность учебной деятельности и экзаменов обусловлена ориентацией турок на ту группу, в которой они находятся в текущий период жизни (в нашем исследовании – это студенческая группа). Полученные результаты подтверждаются данными о высоком экзаменационном стрессе у турецких школьников и студентов (Bahadir – Yılmaz, 2016; Bayram et al., 2014; Orucu, Demir, 2009) и ценности получения образования (Жданова и др., 2011).

Проведенное исследование продемонстрировало, что совладающее поведение у студентов социо-гуманитарных специальностей разных

этнокультурных групп обладает общими и специфическими особенностями. Студенты в независимости от этнокультурной принадлежности ориентированы на самостоятельное разрешение трудностей, а также активно применяют разные способы для восстановления физических и психических ресурсов. Музыка, живое и виртуальное общение, просмотр телевизора и занятие спортом отражают стремление молодежи отвлечься и отдохнуть от жизненных и учебных затруднений.

Отличительной стратегией совладания у русских студентов является *Самообвинение*, которую Э. Фрайденберг и Р. Льюис относят к непродуктивному стилю. В кросс-культурном исследовании Т.Л. Крюковой (2005) также установлено, что самообвинение преобладает в российской выборке по сравнению с польской и австралийской молодежью (Крюкова, 2005). Неэффективность самообвинения связывают с падением самооценки, усилением психологической и психосоматической симптоматики (Нартова-Бочавер, 2007). Однако беспокойство и самообвинение могут стать продуктивным ресурсом психологического сопротивления (Холодная, Берестнева, Муратова, 2007), регулятором социального поведения (Стефаненко, 2009) и индикатором интернальной управляемости жизни (Алишев, 2007; Прохоров, 2009). Вслед за Ф. Достоевским, мы полагаем, что ощущение персональной ответственности за проблему является исключительно продуктивной субъектной стратегией и выступает источником духовного обновления человека, творчества новой жизни. Ф. Достоевский в романе «Братья Карамазовы» утверждал, чтобы переделать мир по-новому, надо, чтобы люди сами психически повернулись на другую дорогу, обвинению мира и его перестройке противопоставили самообвинение и воспитание души (Достоевский, 1987).

Студенты из Татарстана и Китая, культуры которых традиционно относят к коллективистическому типу, продемонстрировали свою социальную ориентированность в разрешении трудностей. Татары в стрессовых ситуациях ориентированы на социальную поддержку и

профессиональную помощь. Китайские студенты отличаются выраженным коллективизмом, который проявляется в дружеской поддержке и организации общественных действий при разрешении трудных ситуаций, что согласуется с литературными данными (Lui et al., 2004). Анализ особенностей совладания у турецкой молодежи выявил широкий репертуар используемых стратегий, однако их выраженность не настолько ярко представлена как у респондентов других этнокультурных групп.

Студенты из Армении характеризуются специфическим совладанием, сочетающим признаки индивидуального стиля с выраженной тревогой, высокой потребностью в религиозной поддержке и избегающим поведением. Вероятно, сложная модель совладания свидетельствует о многообразии затруднений, как исторически сложившихся в армянском государстве (война, геноцид), так и текущем социально-экономико-политическом состоянии страны и ожидаемых переменах в будущем.

Общая особенность совладания у армян, татар и турок заключается в поиске религиозной поддержки при возникновении трудных ситуаций, что согласуется с данными других исследований (Абитов, 2017; Бурова, Дилекчи, 2016; Гузевальнова, 2012; Мирхаев, 2017; Саттарова, 2016; Berberyan et. al, 2016; Kalayjian, 1996). Для татарского населения ислам является важным фактором в развитии общества: он глубоко проник в жизнь народа и языковую картину мира (Саттарова, 2016); человек воспринимается как деятельный и активный субъект духовной жизни (Мирхаев, 2017). Принадлежность к церкви и следование религии является ценностью для армянского общества (Мгоян, 2016; Мкоян, 2017а; Мкоян, 2017б). Старшее поколение считает веру в Бога источником силы и гордости армянского народа (Kalayjian et.al., 1996). Уважительное отношение армян к религии проявляется в посещении церкви, беседах со священниками и обсуждении религиозных тем друг с другом.

Завершая обсуждение проведенного исследования, необходимо подчеркнуть, что субъект совладания преобразует стрессовую ситуацию,

порождая новое ментальное пространство: в организации концепта *Стресс* открываются новые смыслы, анализируются модели поведения и сознательно выбираются способы реагирования. Практическая значимость диссертационного исследования состоит в подготовке программ ментального стресс-менеджмента с учетом этнокультурной принадлежности человека. Понимание различий в ментальном опыте преодоления стрессовых ситуаций и организации концепта *Стресс* позволит эффективнее адаптировать первокурсников в образовательный процесс университетов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Разработана диагностическая процедура оценки ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций, позволяющая выявить представления о стрессовых ситуациях и обозначить диапазон стратегий достижения адаптивных результатов в конкретной этнокультурной группе. Диагностика вербального и визуального компонентов ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций направлена на оценку разных показателей организации концепта *Стресс* – мера дифференцированности и мера иерархичности, имплицитные представления о стрессе, выраженность модальностей (сенсорная, эмоционально-оценочная, пространственно-временная).

Представлено психологическое понимание концепта *Стресс* как ментальной модели, отражающей представления индивида о причинах возникновения и развития стресса и его проявлениях, обуславливающей выбор стратегий и поведение в стрессовых ситуациях. Интегрированный уровень организации концепта *Стресс* представлен стратегиями управления, которые в терминах концептуализации стрессовых ситуаций дифференцируются на субъектные и внесубъектные.

Получены результаты, свидетельствующие, что организация концепта *Стресс* сопряжена с выбором и особенностями взаимодействия стратегий в структуре совладания. Дифференцированность ментального опыта преодоления стрессовых ситуаций и концепта *Стресс* соотносятся с выбором субъектных стратегий совладания и их согласованным взаимодействием; недостаточная дифференциация признаков в ментальных репрезентациях стресса способствует выбору внесубъектных стратегий и демонстрации несогласованного совладания. Повышение меры иерархичности концепта *Стресс* способствует увеличению персональной ответственности субъекта за стрессовую ситуацию и снижению беспокойства за ее последствия.

Показано влияние фактора этнокультурной принадлежности (в статистическом смысле) на процессы концептуализации стрессовых

ситуаций – особенности построения концепта *Стресс* и регуляцию совладающего поведения. Исследование организации концепта *Стресс* у студентов разных этнокультурных групп показывает, что ментальные репрезентации стресса обусловлены как индивидуально-психологическим, так и социокультурным контекстом.

Предложенный подход позволил зафиксировать ментальные репрезентации стресса, охватывающие жизнь студента в определенной этнокультурной группе при преодолении стрессовых ситуаций.

В результате исследования соотношения организации концепта *Стресс* и стратегий совладающего поведения у студентов разных этнокультурных групп сформулированы **ВЫВОДЫ**:

1. Русские студенты отличаются дифференцированным концептом *Стресс* и доминирующей субъектной стратегией *Самообвинение*.
2. Армяне репрезентируют глобальные травматичные события и повседневные трудности, при совладании с которыми демонстрируют широкий репертуар совладающего поведения и востребованность религиозной поддержки.
3. Студенты-татары фокусируются на признаках стрессового состояния и совладают с помощью социальной, профессиональной и религиозной видов поддержки.
4. Турецкие студенты демонстрируют конкретную концептуализацию стресса (контекст учебной деятельности) и поиск религиозной поддержки в стрессовых ситуациях.
5. Китайские студенты концептуализируют обобщенные признаки стресса и опираются на внесубъектные стратегии (*Друзья, Общественные действия*).
6. Особенности совладания сопряжены с ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций: у студентов с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций проявляется согласованное взаимодействие стратегий

совладания; студенты с недостаточно дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций отличаются несогласованным совладанием.

7. Дифференцированность концепта *Стресс* соотносится с усилением индивидуального проблемно-ориентированного совладания (*Решение проблемы, Работа/достижение*), повышением персональной ответственности и беспокойства за последствия стрессовых ситуаций.
8. Иерархичность концепта *Стресс* соотносится с усилением персональной ответственности и уменьшением беспокойства за последствия стрессовых ситуаций.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абабков В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основные теории, диагностики, терапии. СПб.: Питер, 2004. 166 с.
2. Абульханова К.А. Рубинштейновская категория субъекта и ее различные методологические значения // Проблема субъекта в психологической науке / Отв. ред. А.В. Брушлинский, М.И. Воловикова, В.Н. Дружинин. М.: Академический проект, 2000. С. 13-26.
3. Агаян Э.Б. Толковый словарь современного армянского языка: в 2-х т. Ереван: Изд-во «Хайастан». 1976 [Արդի հայերենի բացատրական բառարանը Էդուարդ Բազրյանի Աղայան: «Հայաստան» Հրատարակչություն, Երևան, 1976, 1 և 2 հատորներ].
4. Акопян Т.А. Детско-родительские отношения как фактор формирования этнической идентичности в национально-смешанных семьях: Автореферат дисс...к.пс.наук. Санкт-Петербург, 2003. 23 с.
5. Александров И.О. Структура индивидуального знания: закономерности организации и становления: Автореф. дисс. ...докт. пс. наук. М., 2007. 52 с.
6. Александров Ю.И., Александрова Н.Л. Комплементарность культурноспецифических типов познания // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2010. № 1. С. 22 – 35.
7. Александров Ю.И., Александрова Н.Л. Субъективный опыт, культура и социальные представления. М.: Изд-во Институт психологии РАН. 2009. 320 с.
8. Алексапольский А.А. Стилиевые и уровневые свойства интеллекта как факторы совладающего поведения // Автореферат дисс. ...канд. псих.наук. Москва, 2008. 26 с.

9. Алишев Б.С. Этнокультурные различия в структуре ценностей молодежи Татарстана // Tatarika. 2013. № 1. С. 186 – 206.
10. Алишев Б.С., Габдулхакова М.В. Толерантность к неопределенности, тревожность и чувство психологической безопасности у русских и татарских студентов // Ученые записки Казанского университета. Серия «Гуманитарные науки». 2013. Том 155. кн. 6. С. 162 – 173.
11. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. С. 3–16.
12. Аристотель. Политика. Метафизика. Аналитика / Пер. с древнегреческого. М.: Эксмо; СПб.: Мидгард, 2008. 960 с.
13. Берберян А.С., Тучина О.Р. Исследование самопонимания этнокультурной идентичности в титульном армянском этносе и сопряженной армянской диаспоре в России // Российский психологический журнал. Т. 13. № 3. 2016. С. 178-196.
14. Бергфельд А.Ю. Эмоциональный опыт как теоретический конструкт // Вестник Пермского университета. Серия: Философия. Психология. Социология. 2010. Вып. 1 (1). С. 38- 46.
15. Битюцкая Е.В. Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях // Автореферат дисс.. канд.псих. наук. Москва. 2007а. 30 с.
16. Битюцкая Е.В. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации с позиции деятельностного подхода А.Н. Леонтьева // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2013. № 2. С. 40 – 56.
17. Битюцкая Е.В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2011. № 1. С. 100 – 111.
18. Битюцкая Е.В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания // Психологическая наука и образование. 2007б. № 4. С. 87 – 93.

19. Битюцкая Е.В., Баханова Е.А., Корнеев А.А. Моделирование процесса совладания с трудной жизненной ситуацией // Национальный психологический журнал. № 2 (18). 2015. С. 41 – 55.
20. Битюцкая Е.В., Карцева Е.В. Рисуночная методика «Моя трудная жизненная ситуация» как инструмент диагностики восприятия трудной ситуации // Журнал практического психолога. 2013. № 4. С. 102 – 132.
21. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 1: «Coping stress» и теоретические подходы к его изучению // Психологический журнал. 2006а. № 1. С. 122 - 133.
22. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ. 2006б. 528 с.
23. Большой толковый психологический словарь / Ребер Артур. Т. 1 (А-О): Пер. с англ. М.: Вече, АСТ, 2000. 592 с.
24. Брайт Т., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб.: ПРАЙМ – ЕВРОЗНАК. 2003. 352 с.
25. Бромлей Ю.В. Очерки теории этноса. М.: Наука. 1983. 412 с.
26. Брушлинский А.В. Психология субъекта: некоторые итоги и перспективы // Известия Российской академии образования. М: Магистр, 1999а. С. 30-41.
27. Бурова С.Н., Дилекчи Р. Семейные ценности в современном турецком обществе // Социология. 2016. № 4. С. 95-106.
28. Бююль А., Цёфель П. SPSS: искусство обработки информации. Анализ статистических данных и восстановление скрытых закономерностей. Пер. с нем. СПб.: ООО «ДиаСОфтЮП». 2005. 608 с.
29. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200 с.
30. Вассерман Л.И. Абабков В.А., Трифонова Е.А. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика. СПб.: Речь, 2010. 192 с.
31. Веккер Л.М. Психика и реальность: Единая теория психических процессов. М.: Смысл; Per Se. 2000. 685 с.

32. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2005. 336 с.
33. Волкова Е.В. Взаимосвязь смысла и специальных способностей в росте самореализации человека // Мир психологии. 2017. № 3 (91). С. 106 – 113.
34. Волкова Е.В. Единство дифференциально-интеграционных механизмов развития специальных способностей и креативности в контексте роста научных знаний // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 1. С. 54-70.
35. Волкова Е.В. Общий универсальный закон развития, развитие когнитивных структур химического знания и химические способности. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. 2008. 512 с.
36. Волкова Е.В. Особенности организации концептуальных структур у подростков и юношей с разным уровнем общих и специальных способностей // В сборнике: Современные исследования интеллекта и творчества. Сер. «Экспериментальные исследования». Отв. ред.: А.Л. Журавлев, Д.В. Ушаков, М.А. Холодная. М.: 2015. С. 143 – 157.
37. Волкова Е.В. Психология специальных способностей: дифференциально-интеграционный подход. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2011. 320 с.
38. Волкова Е.В. Слово как фактор регуляции и концептуализации жизнедеятельности // Материалы III Международной научно-практической конференции «Личность, интеллект, метакогниции: исследовательские подходы и образовательные практики». 2018. С. 215 – 223.
39. Волкова Е.В. Технологии развития ментальных ресурсов. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2015. 256 с.
40. Волкова Е.В. Трехединый аспект функционирования организации концепта: прошлое, настоящее и будущее // Мир психологии. 2013. № 2. С. 29-41.

41. Волкова Е.В. Уровни организации концептуального опыта как основа осуществления и развития творческой деятельности // Мир психологии. 2016. № 1 (85). С. 157-163.
42. Волкова Е.В., Дудникова Т.А. Особенности организации концепта «семья» у юношей и девушек с разной типологией организации индивидуальных ментальных ресурсов // Восьмая международная конференция по когнитивной науке: Тезисы докладов. Светлогорск. 18-21 октября 2018 г. / Отв. ред. А.К. Крылов, В.Д. Соловьев. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 1171 – 1174.
43. Волкова Е.В., Куваева И.О. Кросс-культурные особенности организации концепта «стресс» и стратегий совладания у молодых представителей разных культур // Мир психологии. 2019. № 4. С. 137 – 151.
44. Волкова Е.В., Куваева И.О. Мера дифференцированности концепта *Стресс* как фактор совладающего поведения субъекта: кросс-культурный подход // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. № 3.
45. Волкова Е.В., Тен Е.А. Представления о работе как фрагмент индивидуальной картины мира в период ранней взрослости // Мир психологии. 2017. № 2 (90). С. 92 – 100.
46. Выготский Л.С. Мышление и речь // Собр. Соч. М.: Педагогика. 1982. Т. 1. С. 5 – 361.
47. Ганиев Ф.А., Гаффарова Ф.Ф. Русско-татарский словарь. Казань: Тат. кн. изд-во. 2014. 222 с.
48. Гаспарян Н.К. Концепт «душа» в сопоставительном аспекте: русская и армянская картины мира // Слово.ру: балтийский акцент. 2017. Т. 8. № 1. С. 84 – 91.
49. Геворкян М. Поликультурное образование в Армении: новая стратегия развития образования // «21- й ВЕК », № 2 (43), 2017. С. 103 – 115.

50. Гегель Г.В.Ф. Феноменология духа. СПб.: «Наука». 1992. 444 с.
51. Герасименко Т.И. «Этнос» и «культура»: трактовка понятий и подходы к изучению // Вестник Оренбургского государственного университета. 2015. № 6 (181). С. 178 – 184.
52. Головей Л.А., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю., Савенышева С.С., Муртазина И.Р. Роль психологического благополучия и удовлетворенности жизнью в восприятии повседневных стрессоров // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4. С. 8 – 26.
53. Горбачева Е.И. Избирательность памяти и предметная ориентация мышления // Вопросы психологии. 2001. № 5. С. 35-48.
54. Григорьева М.В. Этнопсихологические особенности удовлетворенности личности жизнедеятельностью // Общество: социология, психология, педагогика. № 10. 2016. с. 48 – 51.
55. Гринберг Дж. Управление стрессом. СПб.: Питер. 2002. 495 с.
56. Гришина Е.А. Динамика эмоциональных состояний личности в условиях кросс-культурной адаптации: Дис. ... канд. психол. наук. М., 2010. 166 с.
57. Гузельбаева Г.Я. Исламская идентичность молодых татар в республике Татарстан (по материалам социологических исследований 2008-2012 гг.). // Ученые записки Казанского университета. Гуманитарные науки. Том 154. Кн. 6. 2012. С. 76-86.
58. Гущина Т.В., Крюкова Т.Л., Екимчик О.А. Культура, стресс и копинг: влияние социокультурного контекста на выбор типа совладания // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». 2014. № 4. С. 73 – 81.
59. Джидарьян И.Л. Категория активности и ее место в системе психологического знания // Категория материалистической диалектики в психологии. М.: Наука. 1988. С. 56 – 88.

60. Дилекчи И. Социальный портрет современной турецкой молодежи // *Философия и социальные науки*. 2014. № 1. С. 62-66.
61. Достоевский Ф.М. Братья Карамазовы. Роман в четырех частях с эпилогом. СПб.: Тип. бр. Пантелеевых, 1987. 830 с.
62. Дружинин В.Н. Экспериментальная психология. 2-е изд. СПб.: Питер, 2002. 320 с.
63. Жданова Э.В., Эгемен Экен. Сравнительный анализ ценностных ориентаций турецких и российских учащихся // *IV Всероссийская научно-практическая конференция «Научная инициатива иностранных студентов и аспирантов российских вузов»*. 2011. С. 520-526.
64. Завалишина Д.Н. Субъект профессиональной деятельности: динамический аспект // *Психология субъекта профессиональной деятельности* / Под ред. ВЛ. Барабанщикова и А.В. Карпова. Москва — Ярославль: Аверс-Пресс, 2002. Вып. 2. С. 42-64.
65. Знаков В.В. Психология понимания: Проблемы и перспективы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. 448 с.
66. Знаков В.В. Психология понимания мира человека. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2016. 488 с.
67. Егорова Т.В. Словарь иностранных слов современного русского языка. М.: «Аделант». 2014. 800 с.
68. Емельянов В.В. Студенты об адаптации к вузовской жизни // *СОЦИС*. 2001. № 9. С. 77–82.
69. Иванова Т.Ю. Теория сохранения ресурсов как объяснительная модель возникновения стресса // *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. Т. 10. № 3. С. 119–135
70. Исламова Э.А., Болгарова Р.М. Ассоциативное поле лексем «эш» и «работа» в татарском и русском языковом сознании // *Сохранение и развитие родных языков в условиях многонационального государства: проблемы и перспективы: материалы Международной научно-*

- практической конференции (Казань, 19-21 октября 2017) / под ред. Р.Р. Замалетдинова. Казань: Изд. Казан. унт-та. 2017. с. 136-138.
71. Кант И. Сочинения в шести томах: Т.3 / Под общ. ред. В.Ф. Асмуса, А.В. Гулыги, Т.И. Ойзермана. М.: «Мысль», 1964. 799 с.
72. Касл С. Эпидемиологический подход к изучению стресса в труде // В хрест.: Леонова А.Б., Чернышева О.Н. Психология труда и организационная психология: современные состояния и перспективы. М.: «Радикс», 1995. с. 144 – 173.
73. Картрайт С., Купер К.Л. Стресс на рабочем месте / Пер. с англ. Харьков: Изд-во «Гуманитарный центр». 2004. 236 с.
74. Келли Дж. Теория личности (теория личностных конструктов). СПб.: Речь. 2000. 249 с.
75. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Изд-во «Наука», 1983.
76. Кленова М.А. Социальные представления о стрессе у разных возрастных групп // Изв. Саратов. ун-та. Нов. Сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2015. Том. 4. Вып. 3 (15). С. 234 – 237.
77. Корнилова Т.В. Интеллектуально-личностный потенциал человека в стратегиях совладания // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2010. № 1. С. 46 – 57.
78. Крюкова Т.Л. Возрастные и культурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал. 2005. № 2. С. 5 – 15.
79. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома: Авантитул, 2007. 60 с.
80. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: Автореф. дис. ... доктора пс. наук. М.: ИП РАН. 2005. 50 с.
81. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние и психологические, социокультурные перспективы // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. № 5. 2013. С. 184 – 188.

- 82.Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения // Психолог. журнал. 2008. Т. 29 (№ 2). С. 88 – 95.
- 83.Крюкова Т.Л. Социокультурные синдромы коллективизм/индивидуализм как контекст совладания со стрессом у россиян // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2013. Том 19, № 4. С. 130 – 134.
- 84.Крюкова Т.Л, Гущина Т.В. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова; КГТУ. 2015. 236 с.
- 85.Крюкова Т.Л., Дубова О.С. Культура как фактор сходства и различий в социальных представлениях ее носителей // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2009. Том 15. № 2. С. 143-153.
- 86.Куваева И.О. Взаимосвязь концепта «стресс» и копинг-стратегий у персонала контакт-центра // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2018а. Т. 24. № 4. С. 146-152.
- 87.Куваева И.О. Диагностика и оптимизация стрессовых состояний у персонала организаций / В сборнике: Современные методы практической психологии. Сборник научных трудов. Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, Институт социальных и политических наук; научный редактор А.А. Печеркина. 2015. С. 76-81.
- 88.Куваева И.О. Концептуальные репрезентации стресса у операторов контакт-центра // Материалы Третьей Международной научной конференции «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные аспекты». Казань: Изд-во Казан. ун-та. 2018б. С. 270-273.

89. Куваева И.О. Особенности организации концепта «стресс» у работников с разным уровнем профессионального стресса // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. Т. 26. № 1. С. 112-117.
90. Куваева И.О. Особенности преодоления стресса у производственных рабочих // Психология стресса и совладающего поведения: вызовы, ресурсы, благополучие: материалы V Междунар. науч. конф. Кострома. 26-28 сент. 2019 г. / отв. ред. М.В. Сапоровская, Т.Л. Крюкова, С.А. Хазова. Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2019. Т. 2. С. 344-348.
91. Куваева И.О. Особенности профессионального стресса у сотрудников контакт-центра в зависимости от графика работы // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2014. Т. 123. № 1. С. 183-188.
92. Куваева И.О. Особенности профессионального стресса у представителей монотонного вида труда // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2012. Т. 107. № 4. С. 164-169.
93. Куваева И.О. Профессиональный стресс у операторов контакт-центра // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2010. Т. 81. № 4. С. 88-94.
94. Куваева И.О. Специализация сотрудника как фактор развития профессионального стресса у персонала контакт-центров // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2011. Т. 95. № 4. С. 214-219.
95. Куваева И.О. Факторы развития и негативные последствия профессионального стресса у персонала телекоммуникационной компании / Психологический вестник Уральского федерального университета. Екатеринбург. 2013. С. 98-105.
96. Куваева И.О., Агапова Е.Н. Особенности профессионального стресса у специалистов по работе с клиентами IT-компаний // Благополучие и

- безопасность в условиях социальных трансформаций: материалы X Международного симпозиума. 2019. С. 176 – 179.
97. Куваева И.О., Агапова Е.Н. Специфика профессионального стресса у представителей инновационного монотонного труда // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2018. Т. 24. № 3 (177). С. 127-134.
98. Купер К., Дэйв Ф., О’Драйсколл. Организационный стресс. Теории, исследования, практическое применение. Харьков: Издательство Гуманитарный центр, 2007. 336 с.
99. Куфтык Е.В. Возрастные и гендерные особенности жизнеспособности в юношеском возрасте // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т. 23. № 4. С. 31.-33.
100. Куфтык Е.В. Психология семейного совладания: Автореф. докт.дисс. ...пс.наук. Москва, 2011. 46 с.
101. Куфтык Е.В. Совладающее с трудностями поведение в семье // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2008. С. 365-384.
102. Лазарус Р. Теория стресса и психологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. Л.: Медицина. 1970. С. 178-206.
103. Ларионова Л.И. Кросскультурные исследования психологических особенностей одаренных студентов (на примере России и Монголии) // Сибирский психологический журнал. 2012. № 46. С. 49 – 59.
104. Лебедева Ю.В., Куваева И.О. Педагогическая психология: практикум для студентов вуза, обучающихся по направлению подготовки 37.03.01 «Психология», по специальности 37.05.01 «Клиническая психология» / Министерство образования и науки

- Российской федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина. Екатеринбург. 2019. 159 с.
105. Лекторский В.А. Субъект, объект, познание. М.: Наука, 1980. 358 с.
106. Леонова А.Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции // Психологический журнал. 2004. № 2. С. 75-85.
107. Леонова А.Б. Методика интегральной диагностики и коррекции профессионального стресса (ИДИКС): методическое руководство. СПб.: ИМАТОН. 2006. 56 с.
108. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2000. № 4. С. 4 – 19.
109. Леонова А.Б., Величковская С.Б. Дифференциальная диагностика состояний сниженной работоспособности // Психология психических состояний: Сб-к статей. Вып. 4 / Под ред. проф. А.О. Прохорова. Казань: Изд-во «Центр инновационных технологий», 2002. с. 326 – 343.
110. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. М.: Смысл. 2007. 311 с.
111. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2-е изд. М.: Политиздат, 1977. 304 с.
112. Леонтьев М.Г. Особенности культуры как фактор разрешения межличностного конфликта: Автореф. ... канд. психол. наук. М., 2009. 24 с.
113. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. 2-е, испр. Изд. М.: Смысл, 2003. 487 с.
114. Леонтьев Д.А. Что дает психологии понятие субъекта: субъектность как измерение личности // Эпистемиология & Философия науки. 2010. Т. XXV. № 3. С. 136-155.

115. Либина А.В. Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации. М.: Эксмо. 2008. 400 с.
116. Ломтатидзе О.В., Ершова И.А. Адаптация студентов в условиях ВУЗа // Обучение в течение всей жизни: «Life Long Learning: актуальные мировые практики в российском образовательном пространстве»: материалы Всерос. науч.-практ. конф., Вып. 7. Екатеринбург: ООО «ИПП» Макс – Инфо, 2014. С. 111–121
117. Макгоникал К. Хороший стресс как способ стать сильнее и лучше: Пер. с англ. 2-е изд. М.: Альпина-Паблицер. 2018. 304 с.
118. Мартиросян Н.Э., Биктагирова Г.Ф. О формировании семейных армянских традиций // Международный журнал экспериментального образования. 2014. № 7-1. С. 79 – 81.
119. Маслова В.А. Лингвокультурология: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд. М.: Издательский центр «Академия». 2004. 208 с.
120. Мацумото Д. Психология и культура. М.: Прайм-Еврознак, 2002. 416 с.
121. Мгоян Г.С. Социокультурные ценности в современном армянском обществе: межпоколенческий анализ: Автореферат дисс. ... канд. соц. наук. Санкт-Петербург, 2016. 28 с.
122. Медведева И.А. Опыт / Новейш. филос. слов. 3-е изд., исправл. Минск. 2003.
123. Митина О. В. Разработка и адаптация психологических опросников. М.: Изд-во «Смысл». 2011. 235 с.
124. Мирхаев Р.Ф. Религиозно-языковая картина мира татарского народа: особенности вербализации концепта «человек» // Сохранение и развитие родных языков в условиях многонационального государства: проблемы и перспективы: материалы Международной научно-практической конференции (Казань, 19-21 октября 2017 г.) / под ред. Р.Р. Зималетдинова. Казань: Изд-во Казанс. ун-та. 2017. С. 192 – 194.

125. Мкоян Г.С. Сравнительный анализ трансформации социокультурных ценностей двух возрастных групп (молодежи и старшего поколения) в армянском обществе по методике Р. Инглхарта // Научные исследования: теория, методика и практика : материалы II Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 27 авг. 2017 г.). Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс». 2017. С. 173-181.
126. Мкоян Г. С. Воздействие Армянской Апостольской церкви на формирование духовных ценностей среди двух поколений в современном армянском обществе / Г. С. Мкоян // XX Международная конференция памяти профессора Л. Н. Когана «Культура, личность, общество в современном мире: Методология, опыт эмпирического исследования», 16-18 марта 2017 г., Екатеринбург. 2017. С. 474-485.
127. Напольнова Е.М. Временные представления в рамках турецкой языковой картины мира // Российская тюркология. 2012. № 1 (6). С. 23 – 34.
128. Напольнова Е.М. Система обращений в современном турецком языке // Вестн. Санкт-Петер. ун-та. Сер.13. Востоковедение и африканистика. Вып. 4. 2015. С. 5 – 13.
129. Напольнова Е.М. Современная турецкая терминология семьи и родства // Восток. Афро-Азиатские общества: история и современность. 2016. № 6. С. 63-72.
130. Напольнова К.М. Языковая модель мира // Российская тюркология. 2010. № 2 (3). С. 73 – 80.
131. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. Т. 18. № 5. 1997. С. 20 – 29.
132. Наследов А.Д. IBM SPSS Statistics 20 и AMOS: профессиональный статистический анализ данных. СПб.: Питер, 2013. 416 с.
133. Ожегов С.И. Словарь русского языка: 70 000 слов / Под ред. Н.Ю. Шведовой. 23-е изд. М.: Рус. яз., 1990. 917 с.

134. Ожиганова Г.В. Психология молчания и продуктивная жизнедеятельность в контексте мудрости // Вестник КГУ. Серия Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. № 3. С. 51-55.
135. Ожиганова Г.В. Феномен отсроченности творческих проявлений. Научно-педагогическое обозрение. № 3(21). 2018. С. 194-205.
136. Осницкий А.К. Структура, содержание и функции регуляторного опыта человека: Автореферат дисс... докт. псих. наук. Москва. 2001. 47 с.
137. Павлов И. П. Лекции о работе больших полушарий головного мозга// Павлов И. П. Полное собрание трудов. Т. IV. М.; Л.: Изд-во АН СССР, 1947.
138. Помченко М.А. Семантическое пространство этнической картины мира: Авторефер. ... канд. психол. наук. Хабаровск. 2006. 20 с.
139. Попова З.Д., Стернин И.А. Семантико-когнитивный анализ языка. Воронеж: Истоки. 2007. 250 с.
140. Почебут Л.Г. Кросс-культурная психология и этническая психология: Учебное пособие. СПб.: Питер. 2012. 336 с.
141. Почебут Л.Г., Мейжис И.А. Социальная психология. СПб.: Питер, 2010. 672 с.
142. Проблема субъекта в психологической науке: отв. ред. А.В. Брушлинский, М.И. Воловикова, В.Н. Дружинин. М.: Изд-во «Академический проект». 2000. 320 с.
143. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2009. 352 с.
144. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осин Е.Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 1. С. 82 – 118.
145. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. М.: Наука, 1997. 189 с.

146. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер. 2003.
147. Русское и китайское коммуникативное поведение. Вып. 1. Воронеж: Изд-во «Истоки», 2002. 76 с.
148. Самохвалова А.Г., Аванесян Г.М., Асриян Э.В. Кросс-культурные различия коммуникативных трудностей российских и армянских подростков // Вестник КГУ. Серия «Психология. Педагогика. Социокинетика». 2018. № 3. С. 73-82.
149. Салихова Н.Р., Ахметова А.С. Социокультурная специфика ценностно-смысловых оснований копинг-стратегий // Фундаментальные и прикладные исследования современной психологии: Результаты и перспективы развития / Отв. ред. А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова. – Москва. 2017. С. 816 – 825.
150. Сапольски Р. Психология стресса. 3-е изд. СПб.: Питер. 2015. 480 с.
151. Сайфутдиярова Е.Ф. Сравнительный анализ представлений татар, проживающий в Башкортостане, о своей и других этногруппах // Tatarika: Culture, Personality and Education. 2015. 1(4). С. 163 – 175.
152. Саттарова М.Р. Роль ислама в формировании языковой картины мира // Ислам и тюркский мир: проблемы образования, языка, литературы, истории и религии: Материалы VIII Международной тюркологической конференции, 22.04.2016-22.04.2016. Казань: Казанский федеральный университет. 2016. С. 31-32.
153. Селье Г. Стресс без дистресса. Рига: Виеда. 1992. 112 с.
154. Сенкевич Л.В., Базаркина И.Н., Аракелян С.О. Совладающее поведение в юношеском возрасте как условие продуктивного переживания экзистенциального кризиса (социокультурный аспект) // Социальная политика и социология. 2012. № 8. С. 125-138.
155. Сергиенко Е.А. Принципы психологии развития: современный взгляд // Психологические исследования. Т. 5 (24). 2012. С. 1.

156. Сергиенко Е.А. Проблема соотношений понятий субъекта и личности // Психологический журнал. 2013. № 2. С. 5 – 16.
157. Сергиенко Е.А. Субъектная регуляция совладающего поведения // Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2008. С. 67 – 83.
158. Сирота Н.А. Копинг-поведение и профилактика психосоциальных расстройств у подростков // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. 1994. № 1. С. 63-73.
159. Словарь русского языка: в 4-х т. / Под ред. А.П. Евгеньевой. 2-е изд. М.: Русский язык. 1981-1984.
160. Словарь современного китайского языка. Пекин: Бизнес издательство. 2016 г. 压力 【yā lì】
161. Собольников В.В. Этнопсихологические особенности китайцев. Новосибирск: СибАГС. 2001. 130 с.
162. Спешнев Н.А. Китайцы: особенности национальной психологии. СПб.: КАРО, 2014. 336 с/
163. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология: Учебник для вузов. 4-е изд. М.: Аспект Пресс, 2009. 368 с.
164. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / Под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. 512 с.
165. Тань Аошуан. Китайская картина мира: язык, культура, ментальность. М.: Языки славянской культуры, 2004. 240 с.
166. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика. М.: Институт психологии РАН. 2009. 205 с.
167. Татарско-русский словарь: ок. 25 000 слов / И.А. Абдуллин, Ф.А. Ганиев, М.Г. Мухамадиев, Р.А. Юналеева; Под ред. Ф.А. Ганиева. Казань: Тат. кн. изд-во. 1998. 462 с.

168. Татарско-русский словарь: 56000 слов, 7400 фразеологических выражений. Институт языка, литературы и искусства им. Г. Ибрагимова. 2007. 726 с.
169. Толковый словарь татарского языка / Абдуллина И.А., Мухамадиев М.Г., Жагинеева Р.А.; Под ред. А. Миннуллина, Ф.А. Ганиева. 2013. 503 с. / Татар теленең төп сүзлеге / Абдуллина И.А., Мухамадиев М. Г., Жагинеева Р. А.; ред. А. Миңнуллин, Ф. ә. Ганиев. 2013.
170. Тульчинский Г.Л. Текст как интонированное бытие или инорациональность семиотики // Философия языка и семиотика / под ред. А.Н. Портнова. Иваново. 1995. С. 44-52.
171. Тушнова Ю.А. Психологические особенности образа мира студентов арабской, армянской и русской национальностей. Дисс. на соискание уч. степени канд. псих. наук. Ростов-на-Дону. 2015. 249 с.
172. Уфимцева Н.А. Языковая картина мира: проблема моделирования // Вопросы психолингвистики, 2016. С. 238-249.
173. Фитч У.Т. Эволюция языка / Пер. с англ. и науч. ред. Е.Н. Панова. М.: Языки славянской культуры. 2013. 824 с.
174. Хазова С.А. Ментальные ресурсы в разные возрастные периоды: Дисс....доктора пс.наук. Кострома. 2014. 539 с.
175. Холодная М.А. Природа концептуальных структур: психологический и нейрофизиологический аспекты // Шестая международная конференция по когнитивной науке: Тезисы докладов. Калининград, 23-27 июня 2014 г. С. 684 – 686.
176. Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. 2-е изд. СПб: Питер. 2002. 272 с.
177. Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. М.: Изд-во ЮРАЙТ. 2019. 334 с.
178. Холодная М.А. Психология понятийного мышления: От концептуальных структур к понятийным способностям. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2012. 288 с.

179. Холодная М.А. Эффекты дифференциации и интеграции в организации концептуальных структур в связи с проявлением креативности / Дифференционно-интеграционная теория развития: Философское осмысление и применение в психологии, языкознании и педагогике. Тезисы докладов второй научной конференции. 4 марта 2013 г., Москва. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2013. С. 28.
180. Холодная М.А., Берестнева О.Г., Муратова Е.А. Структура стратегий совладания в юношеском возрасте (к проблеме валидности опросника «Юношеская копинг-шкала»). Вопросы психологии. 2007. № 4. С. 143 – 156.
181. Холодная М.А., Хазова С.А. Феномен концептуализации как основа продуктивности интеллектуальной деятельности и совладающего поведения // Психологический журнал. 2017. № 5. С. 5 – 17.
182. Чеботарева Е.Ю. Кросс-культурные особенности копинг-стратегий российских и французских студентов в контексте психологического благополучия // Изв. Саратов. ун-та. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2018. Том 7. Вып. 2 (26). С. 156-162.
183. Чен Х. Эти поразительные китайцы. М.: АСТ: Астрель, 2006. 256 с.
184. Чуприкова Н.И. Время реакции человека: Физиологические механизмы, вербально-смысловая регуляция, связь с интеллектом и свойствами нервной системы. М.: Издательский Дом ЯСК. 2019. 432 с.
185. Чуприкова Н.И. Психика и сознание как функция мозга. М.: Наука, 1985. 200 с.
186. Чуприкова Н.И. Умственное развитие: Принцип дифференциации. СПб.: Питер. 2007. 448 с.
187. Шаньков Ф.М. Обращение к духовному и религиозному совладанию в психотерапии. Обзор западных исследований // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 5. С. 151 – 177.

188. Этический кодекс психолога // V съезд Российского психологического общества [код доступа: <http://www.xn--n1abc.xn--p1ai/rpo/documentation/ethics.php>, дата обращения - 20.10.2019].
189. Яковлева Е.С. Фрагменты русской языковой картины мира. Модель пространства, времени, восприятия. М.: Издательство «Гнозис», 1994. 344 с.
190. Ялтонский В.М. Личностный контроль, как копинг-ресурс больных наркоманией // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. 1994. В 4. С. 103-105.
191. Abitov I.R., Gorodetskaya I.M., Akbirova R.R., Sibgatullina L.R. Superstitiousness and paranormal beliefs of the Russian and Tatar students // Man in India. 2017. 97 (15). P. 93 – 115.
192. Ano G.G., Vasconcelles E.B. Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis // Journal of Clinical Psychology. 2005. Vol. 61 (4). P. 461—480.
193. Arslan G., Auranci U., Unsal A., Arslantas D. Prevalence of depression, its correlates among students, and its effect on health-related quality of life in a Turkish university // Upsala Journal of Medical Sciences. 2019. 144. P. 170 – 177.
194. Bahadir-Yilumas E. Academic and clinical stress, stress recourses and ways of coping among Turkish first-year nursing students in their first clinical practice // KONTAKT. 2016. 18. P. 145 – 151.
195. Bayram N. et al. Anger Expression, Depression, Anxiety and Stress among Turkish Students Living in Turkey and Germany / Bayram N., Dogan A., Aydogan I., Bilgel N. // Internat. J. of Academic Research and Social Sciences. 2014. V. 4. N 3. P. 1–18.
196. Bell P., Byrne D. Repression-sensitization // In H. London & J. Exner (Eds.), Dimensions of personality. New York: Wiley. 1978. P. 449-485.

197. Berberyan A.S., Berberyan H.S. Ethnopsychological aspects of the meaning-of-life and value orientations of Armenian and Russian students // *Psychology in Russia: State of the Art*. 2016. Vol. 9. Issue 1. P. 121 – 137.
198. Bjorck J.P., Cohen L.H. Coping with threats, losses and challenges // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1993. Vol. 12. No. 1. P. 56-72.
199. Bond M.H. Emotions and their expression in Chinese culture // *Journal of Nonverbal Behavior*. 1993. 17 (4). P. 245 – 262.
200. Bruner J.S., Postman L. Emotional selectivity in perception and reaction // *Journal of Personality*. 1947. Vol. 16. New York: Wiley. P. 449-485.
201. Byrne D. Repression-sensitization as a dimension of personality // In B.A. Maher (Ed.), *Progress in experimental personality research*. New York: Academic Press. 1964. Vol. 1. P. 169-220.
202. Chen Y-c. Chinese values, health and nursing // *Journal of Advanced Nursing*. 2001. 36 (2). P. 270-273.
203. Chen H., Wong Y-C., Ran M-S., Gilson C. Stress among Shanghai University Students // *Journal of Social Work*. 2009. 9 (3). P. 323-344.
204. Chou P.-C. Relationships between stress, coping and depressive symptoms among overseas university preparatory Chinese students: a cross-sectional study / Chao Y.-M.Y., Yang H.-J., Yeh G.-L., Lee T.S.-H. // *BMC Public Health*. 2011. 11:352 [Код доступа: URL: <http://bmcpublikehealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-35>].
205. Cohen F., Lazarus R.S. Active coping processes, coping dispositions, and recovery from surgery// *Psychosomatic Medicine*. 1973. Vol. 35. P. 375-389.
206. Cooper C.L., Dewe P. *Stress: A brief history*. 1st ed. UK: Blackwell Publishing, 2004. 191 p.
207. Dudnikova T. Family perceptions of people with different typologies of individuality // *The European proceedings of Social & Behavioral Sciences*. 2019.

208. Dudnikova T., Volkova N. The representation of work in people with different individual mental resources // *Behav. Sci.* 2018. 8.
209. Dynamics of Stress: physiological, psychological and social perspectives // Edited by M.H. Appley and R. Trumbull. Plenum Press, New York and London. 1984.
210. Ebata A.T., Moos R.H. Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents // *J. of Appl. Develop. Psychol.* 1991. Vol. 12. № 1. P. 33- 54.
211. Folkman S., Lazarus R.S., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen J. Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes // *Journal of Personality and Social Psychology.* 1986. Vol. 50, No. 5. P. 992-1003.
212. Frydenberg E., Lewis R., Kennedy G., Ardila R., Frindte W., Hannoun R. Coping With Concerns: An Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents. *Journal of Youth and Adolescents.* 2003. 32 (1). P. 59-66.
213. Gall T.L., Guirguis-Younger M. Religious and spiritual coping: Current theory and research // *APA handbook of psychology, religion, and spirituality: in 2 vols. Vol. 1: Context, theory, and research / ed. by K.I. Pargament, J.J. Exline, J.W. Jones.* Washington, DC: American Psychological Association. 2013. P. 349—364.
214. Goregenli M. Individualist – collectivist tendencies in Turkish sample // *Journal of Cross-Cultural Psychology.* 1997. 28. P. 787 – 794.
215. Janis I.L. *Psychological Stress.* New York: Willey. 1958.
216. Janis I.L. *Decision making.* New York: Free Press. 1977.
217. Janis I.L. Stress inoculation in health care: Theory and research // In D. Meichenbaum & M. Jaremko (Eds.), *Stress prevention and management.* New York: Plenum. 1982. P. 67-100.
218. Ji H., Zhang L. Research on college students' stresses and coping strategies // *Asian Social Sci.* 2011. V. 7. N 10. P. 30–34.

219. Hobfoll S.E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress // *American Psychologist*. 1989. Vol. 44. No. 3. P. 513– 524.
220. Hofstede G. Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context // *Online Readings in Psychology and Culture*. 2011. V. 2(1). P. 1–26.
221. Hui C.H., Triandis H.C. INDIVIDUALISM– COLLECTIVISM: A Study of Cross-Cultural Researchers // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 1998. V. 17. N 2. P. 225–248.
222. Kademian F.I. The relationships among immigration stress, Armenian ethnic identity, and posttraumatic growth: Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy. USA: Los Angeles. 2016. 83 p.
223. Kahnemann D. *Attention and effort*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. 1973.
224. Kalayjian A.S., Shahinian S.P., Gergerian E.L., Saraydarian L. Coping with Ottoman Turkish Genocide: An exploration of the experience of Armenian Survivors // *Journal of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9. No. 1. P. 87-97.
225. Kaya C., Tansey N.N., Melekoglu M., Cakiroglu O., Chan F. Psychometric evaluation of Turkish version of the Perceived Stress Scale with Turkish college students // *Journal of Mental Health*. Online: 22 December 2017. P. 1-7.
226. Kaynak Key F.N., Donmez, S., Tuzun U. Epidemiological and clinical characteristics with psychosocial aspects of tension-type headache in Turkish college students. *Cephalalgia*. 2004. Vol. 24. P. 669-674.
227. Khawaja, N.G., Dempsey J. (2008). A comparison of International and Domestic Tertiary Students in Australia. *Australian Journal of Guidance & Counseling*. 2008. 18 (1). P. 30-46.
228. Koenig H.G., McCullough M.E., Larson D.B. *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press. 2001.

229. Koenig H.G., Pargament K.I., Nielsen J. Religious coping and health status in medically ill hospitalized older adults // *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 1998. Vol. 186(9). P. 513—521.
230. Kwiatkowska A. Culture, stress and collective coping // *Психология стресса и совладающего поведения: материалы III Междунар. Науч.-прак. конф. Кострома, 26-28 сент. 2013: в 2 т. / отв. ред. : Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова. 2013. Т. 1. С. 22-30.*
231. Lazarus R.S. Thoughts on the relations between emotion and cognition // *American Psychologist*. September 1982. P. 1019 – 1024.
232. Lazarus R.S., Folkman S. Cognitive theories of stress and the issue the circularity // *Dynamics of stress: Physiological, psychological and social perspectives / Appley M.N., Trumbull R. (eds.). N.Y.: Plenum Press. 1984. P. 63-79.*
233. Li R. A theory of conceptual intelligence: Thinking, learning and giftedness. NY: Praeger Publishers. 1996.
234. Liu X., Tein J-Y., Zhao Z. Coping strategies and behavioral/emotional problems among Chinese adolescents. *Psychiatry Research*. 2004. 126. P. 275-285.
235. Madlan L.B., Bahari F., Ardillah F. Stress and coping skills among university students: A preliminary research on ethnicity // *Southeast Asia Psychology J*. 2012. V. 1. P. 31–37.
236. Markus H.R., Kitayama S. Culture and self: Implications for cognitions, emotion, and motivation // *Psychological Review*. 1991. 98. P. 224 – 253.
237. Matsumoto D. Culture, Context, and Behavior // *Journal of Personality*. 2007. 75:6. P. 1285 -1320.
238. Matsumoto D. Culture and Cultural Worldviews: Do verbal descriptions about culture reflect anything other than verbal descriptions of culture? // *Culture & Psychology*. 2006. Vol. 12(1). P. 33-62.

239. Maynard E.A., Gorsuch R.L., Bjorck J.P. Religious coping style, Concept of God, and Personal Religious Variables in Threat, Loss and Challenge Situations // *Journal of the Scientific Study of Religion*. March 2001. Vol. 40. Issue 1. P. 65 – 74.
240. Mullen B., Suls J. The effectiveness of attention and rejection as coping styles // *Journal of Psychosomatic Research*. 1982. Vol. 26. P. 43-49.
241. Orucu M.C., Demir A. Psychometric evaluation of perceived stress scale for Turkish university students // *Stress and Health*. 2009. V. 25. P. 103–109.
242. Papazyan A., Bui N., Der-Karabetian A. Life satisfaction, Acculturative Stress, Ethic Identity, and Gender Role Attitudes among Armenian American Women // *American Journal of Contemporary Research*. 2016. Vol. 6. No. 1; February. P. 10-21.
243. Pargament K.I. *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press. 1997. 548 p.
244. Pargament K.I. The religious dimension of coping: Advances in theory. Research and practice // *Handbook of the psychology of religion and spirituality*. 2013. Vol. 2. P. 560—578.
245. Pietila I., Rytkonen M. Coping with stress and by stress: Russian men and women talking about transition, stress and health // *Social Science and Medicine*. 2008. N 66. P. 327–338.
246. Poltavski D., Ferraro F.R. Stress and illness in American and Russian college students. *Personality and Individual Differences*. 2003. 34. P. 971-982.
247. Rosenberg C.E. The place of George M. Beard in nineteenth-century psychiatry. *Bulletin of the History of Medicine*. 1962. Vol. 36. P. 245-259.
248. Roth S., Cohen L.J. Approach, Avoidance, and Coping with Stress // *American Psychologist*. July 1986. P. 813-819.
249. Shontz F.C. *The psychological aspects of physical illness and disability*. New York: Macmillan. 1975.

250. Taylor Newton A., McIntosh D.N. Specific religious beliefs in a Cognitive Appraisal Model of Stress and Coping // *The International Journal for the Psychology of Religion*. 2010. 20. P. 39-58.
251. Triandis H.C. The psychological measurement of cultural syndrome // *American Psychologist*. 1996. Vol. 51, No. 4. P. 407 – 415.
252. Uleman J.S., Rhee E., Bardoliwalla N., Semin G., Toyamana M. The relational self: Closeness to ingroups depends on who they are, culture and the type of closeness // *Asian Journal of Social Psychology*. 2000. 3. P. 1 -17.
253. Universal Declaration of Ethical Principles for Psychologists [код доступа: <https://www.iupsys.net/about/governance/universal-declaration-of-ethical-principles-for-psychologists.html>, дата обращения – 20.10.2019].
254. Yeresyan, I., Lohaus A. Stress and wellbeing among Turkish and German adolescents living in rural and urban areas. *Rural and Remote // Health*. 2014. 14. P. 2695.
255. Büyük Türkçe Sözlük / D. M. Doğan. Ankara: Rehber Yayınları, 1990. / Большой словарь турецкого языка. Сост. Д. М. Доган. Анкара: Изд-во Рехбер. 1990. 1012 с.
256. Türkçe Sözlük. Ankara: Türk Dil Kurumu, 2005. / Словарь турецкого языка. Анкара: Турецкое лингвистическое общество. 2005. 1811 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ТОЛКОВАНИЕ СЛОВ *СТРЕСС* И *НАПРЯЖЕННОСТЬ* В РАЗНЫХ ЯЗЫКАХ

Таблица 1- Определения слов «стресс», «напряжение» и «напряженность» в толковых словарях русского языка

Слова	Определения	Название словаря
Стресс	[англ. stress давление, напряжение] Состояние напряжения, защитных реакций организма животных и человека в ответ на влияние различных неблагоприятных факторов» (с. 632).	Егорова Т.В. Словарь иностранных слов современного русского языка. М.: «Аделант». 2014. 800 с.
	Вызванное каким-нибудь сильным воздействием состояние повышенного нервного напряжения, перенапряжения (с. 772).	Ожегов С.И. Словарь русского языка: 70 000 слов / Под ред. Н.Ю. Шведовой. 23-е изд. М.: Рус. яз., 1990. 917 с.
	Состояние напряжения организма человека или животного, возникающая как защитная реакция в ответ на воздействие различных неблагоприятных факторов (холода, голодания, физических и психических травм и т.д.» [т. 2, 1982, с. 287].	Словарь русского языка: в 4-х т. / Под ред. А.П. Евгеньевой. 2-е изд. М.: Русский язык. 1981-1984.
Напряжение	1.Сосредоточенность сил и внимания на чем-нибудь; 2.Трудное, напряженное положение в какой-либо области деятельности; 3.Внутренние силы, возникающие в деформируемом теле под влиянием внешних воздействий (с. 388)	Ожегов С.И. Словарь русского языка: 70 000 слов / Под ред. Н.Ю. Шведовой. 23-е изд. М.: Рус. яз., 1990. 917 с.
Напряженность	Неспокойное, чреватое опасностью или ссорой состояние каких-нибудь отношений (с. 388)	Ожегов С.И. Словарь русского языка: 70 000 слов / Под ред. Н.Ю. Шведовой. 23-е изд. М.: Рус. яз., 1990. 917 с.

Таблица 2 - Определения слов «стресс», «напряжение» и «напряженность» в словарях татарского, армянского, турецкого и китайского языков

Слова	Определение на языке оригинала	Перевод на русский язык
<i>Татарский язык</i>		
Стресс	Киеренке халэт	Напряжение
	Организмның артык көчәнеше, бигрэк тә нервыларның торышы	Состояние перенапряжения организма, особенно нервов (Толковый словарь татарского языка. 2013)
Напряжение	Киеренке	1. Натянутый (напр. отношения). 2. Напряженный.
Напряженность	Киеренкелек	1. Натянутость. 2. Напряженность. 3. Драматизм.
	1. Зур тырышлык, энергия чыгымнары таләп итә. 2. Хәл итүне таләп итә торган хәлдән чыгу катлаулы һәм киеренке. 3. Табигый булмаган унайсыз, тартынкы к. сөйләшү	1. Требующая больших усилий, энергозатрат. 2. Требующая выхода из положения, требующая решения, сложная и напряженная. 3. Неестественный, неудобный, натянутый разговор (Толковый словарь татарского языка, 2013)
<i>Армянский язык</i>		
Стресс	Սթրես – նյարդահոգեկան գերլարվածության վիճակ, որի նշաններն են արյան և աչքի ներքին ճնշման բարձրացումը, մկանային լարվածությունը, արտազատման պրոցեսների ակտիվացումը, սրտի աշխատանքի և շնչառության փոփոխությունները, խոռվահույզ, տազնապալից հոգեվիճակները, գրգռվածությունը, ճնշվածությունը, գործունեության ցուցանիշների փոփոխությունը (ուժերի գերմոբիլիզացումը կամ, ընդհակառակը, անկումն ու աշխատանքի որակական ու քանակական, ցուցանիշների նվազումը	Психическое состояние, симптомами которой являются: повышенное кровяное давление, мышечное напряжение, активация процесса секреции, изменение частоты пульса и дыхания, обидчивость, состояние тревоги, раздражительность, депрессия, понижение работоспособности [https://hy.wiktionary.org/wiki/]
	Սթրես – օրգանիզմի ընդհանուր ոչ առանձնահատուկ հարմարվողական ռեակցիան զանազան ազդեցությունների	Реакция приспособления организма на изменение окружающей среды [http://www.armdict.com/dictionary/foreign-languages/]

	նկատմամբ	
Напряжение	1. Լարված լինելը, լարված վիճակ; 2. /Ֆիզ./ Արտաքին ներգործությունների /ուժ, ջերմություն ևն/ ազդեցությամբ պինդ մարմնի մեջ առաջացող ճնշման կամ ձգվածության մեծությունը; 3. /Ֆիզ., տեխ./ Էլեկտրական լիցքի տեղափոխության ժամանակ էլեկտրական ուժի աշխատարը որոշող մեծություն; փխր. Ուշադրության մտքի լարված կենտրոնացում; 5. Փխր. Հոգեկան անհանգիստ սպասման վիճակ; 6. Փխր. Հարաբերությունների վատացած՝ ոչ բարեկամական վիճակ	1. Быть напряженным, напряженное состояние; 2. (физ.) Величина давления или натяжения, образующаяся в твердых телах под внешним воздействием (сила, тепло и т.д.); 3. (физ.,тех.) Величина, определяющая работу силы электричества во время передвижения электрического заряда; 4. Напряженная концентрация внимания и мысли; 5. Психическое состояние беспокойного ожидания; 6. Ухудшенное, недружелюбное состояние в отношениях
Турецкий язык		
Стресс	Ameliyat şoku, travma, soğuk, coşku vb. etkenlerin organizmada oluşturduğu bozuklukların tümü, ruhsal gerilim	Все нарушения, возникающие в организме под влиянием постоперационного шока, травм, воздействия холодом, волнения и т.п. факторов; нервное напряжение (Словарь турецкого языка, 2005, с. 181).
	Gerilim	Напряжение (Большой словарь турецкого языка, 1990. С. 1012)
Напряжение	İhtiyaçların karşılanamadığı veya bir hedefe yönelmiş davranışlar engellendiğinde ortaya çıkan coşkulu durum	Состояние волнения, возникающее, когда потребности не могут быть удовлетворены, или когда создаются препятствия действиям, направленным на достижение какой-либо цели (Словарь турецкого языка. Анкара: Турецкое лингвистическое общество, 2005, с. 753)
	Kişi veya toplulukta meydana gelen sıkıntılı ve sinirli hava, stres	Гнетущее и нервное состояние человека или общества, стресс (Словарь турецкого языка. Анкара: Турецкое лингвистическое общество, 2005, с. 390).
Напряженность	Gergin olma durumu	Напряженное положение (Словарь турецкого языка. Анкара: Турецкое лингвистическое общество, 2005, с. 752).
	Huzursuzluk, sinirlilik; münasebet bozukluğu	Беспокойство, нервозность (нервность); разлад в отношениях (Большой словарь турецкого языка. Сост. Д. М. Доган, 1990, с. 390).

Китайский язык		
Стресс	1.物体所承受的与表面垂直的作用力。 2.制服人的力量： 舆论～ 施加～。 3.承受的负担：交通～ 人口～。	1. Сила, которая перпендикулярно действует на поверхность предмета. 2. Сила, которая покоряет людей. 舆论 压力 : стресс от общественного мнения. 施加 压力 : оказывать давление на кого-либо. 3. Взложенное бремя. 交通 压力 : прессинг общественной транспортировки. 人口 压力 : перенаселенность. (Словарь современного китайского языка, с. 1497)
Напряжение	1.精神处于高度准备状态； 兴奋不安。 2.激烈或紧迫，使人精神高度集中 3.供应不足，难于应付。	1. Сосредоточенность сил и внимания при состоянии повышенной готовности. Взволнованный и возбужденный. 2. Экстренность заставляет человека сосредоточить все внимание. 3. В ситуации недостаточности чего-либо, трудно справиться. (Словарь современного китайского языка, с. 678-679) 紧张 【jǐn zhāng】

Таблица 3 – Результаты сравнительного анализа дефиниций **СТРЕСС** и **НАПРЯЖЕНИЕ** в разных языках

Языки	Варианты значений в словарных статьях	
	Стресс	Напряжение
Русский	Состояние напряжения, вызванное каким-нибудь сильным воздействием	Сосредоточенность внимания; трудное положение; внутренние силы, возникающие в деформируемом теле под влиянием внешних воздействий
Армянский	Нет в толковых словарях, представлено в онлайн-словарях и психологических словарях	Напряженное состояние; величина давления в твердых телах под внешним воздействием; концентрация внимания; психическое состояние беспокойного ожидания
Татарский	Перенапряжение нервов	Натянутые отношения; сложность; энергозатратность; необходимость выхода из положения и поиск решения; неудобный разговор
Турецкий	Нарушения, возникающие в ответ на экстремальные воздействия; нервное напряжение	Состояние волнения, вызванное препятствием; напряженное положение; гнетущее и нервное состояние человека; беспокойство; нервозность; разлад в отношениях
Китайский	Сила, перпендикулярно действующая на поверхность предмета; сила, покоряющая людей; взложенное бремя	Сосредоточенность внимания при состоянии повышенной готовности; ситуации недостаточности; трудно справиться

СПИСКИ ЭКСПЕРТОВ И РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРТНОЙ РАБОТЫ

Список экспертов,**участвующих в адаптации психодиагностического комплекса**

1. Ачан Н.М., к.и.н., доцент кафедры востоковедения департамента международных отношений Уральского федерального университета, специалист-тюрколог.
2. Дингилиши С.В., старший преподаватель кафедры востоковедения Уральского федерального университета, носитель турецкого языка, специалист-тюрколог.
3. Казарян И.А., к. пс. наук, ассистент кафедры социальной и клинической психологии факультета философии и психологии Ереванского государственного университета (Армения).
4. Лозовская К.Б., ассистент кафедры востоковедения департамента международных отношений Уральского федерального университета, специалист – китаист.
5. Лямзин А.В., к.и.н., доцент кафедры теории и истории международных отношений департамента международных отношений Уральского федерального университета, директор центра армянских исследований.
6. Саакян А.Р., к.пс.н., доцент кафедры социальной работы и социальных технологий Ереванского государственного университета (Армения).
7. Тию М., магистрант кафедры «Русский язык как иностранный», Уральский федеральный университет.
8. Халиков Б.Х., представитель общественной татарской молодежной организации «Яшен» в Свердловской области.
9. Хасан Демироглу, доцент кафедры истории факультета литературы Фракийского университета (Trakya Universitesi) (Эдирне, Турция).

10. Чэнь Х., директор Института Конфуция Уральского федерального университета.

Список экспертов,

оценивающих признаковый состав концепта *Стресс*

1. Абитов И.Р., к.пс.н., доцент кафедры дефектологии и клинической психологии Казанского федерального университета, психолог-консультант, защитил кандидатскую диссертацию по проблематике совладающего поведения. Автор более 35 научных статей по теме стресса и совладания.
2. Агапова Е.Н., выпускник департамента психологии Уральского федерального университета, исполнитель гранта РФФИ по психологии профессионального стресса у представителей инновационных профессий. Автор 4 статей по проблеме стресса в трудовой деятельности.
3. Ачан Н.М., к.и.н., доцент кафедры востоковедения департамента международных отношений УРФУ, специалист-тюрколог. Автор 15 научных статей.
4. Берзин Б.Ю., д. ф. н., профессор кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета, преподаватель университетского курса «Психология стресса». Автор более 30 научных статей.
5. Виндекер О.С., к.пс.н., доцент кафедры педагогики и психологии образования департамента психологии Уральского федерального университета, специалист в области мотивации достижения и жизнестойкости. Автор более 35 научных статей.
6. Дарьялова В.А., дипломированный специалист в области клинической психологии (Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена); главный специалист управления кадров, социального развития и трудовых отношений ООО «Газпром центрремонт».

7. Дихорь В.А., преподаватель кафедры сервиса и оздоровительных технологий ИФКСиМП Уральского федерального университета, специалист в области методов саморегуляции. Автор 15 научных статей.
8. Климова Ю.М., дипломированный специалист в области психологии развития, практикующий психолог.
9. Лаврова М.А., ассистент кафедры клинической психологии и психофизиологии департамента психологии УРФУ, психолог-консультант по проблемам стресса. Автор 13 научных статей.
10. Лебедева Ю.В., к.пс.н., доцент кафедры педагогики и психологии образования Уральского федерального университета, защитила диссертацию «Кросс-культурные особенности эмпатии (на примере студентов из России и Китая)». Автор 19 научных статей.
11. Панченко В.А., дипломированный специалист в области психологии, сертифицированный консультант по методу биологической обратной связи (БОС).
12. Редина Е.А., преподаватель кафедры общей и социальной психологии Уральского федерального университета, ведущий сотрудник Уральского филиала ГУ ЦЭПП МЧС России, специалист в области экстремальной психологии и чрезвычайных ситуаций. Автор 10 научных статей.
13. Саакян А.Р., к.пс.н., доцент кафедры социальной работы и социальных технологий Ереванского государственного университета, психолог-консультант в области психологии стресса, преподаватель университетского курса и тренингов «Управление стрессом».
14. Теплякова О.В., д. м. н., профессор кафедры поликлинической терапии Уральской государственной медицинской академии, практикующий врач. Автор более 60 публикаций.

Таблица 1 – Данные экспертной оценки прилагательных по содержательным категориям (1 этап)

№	Прилагательные	Оценки экспертов				
		Эксп.1	Эксп.2	Эксп.3	Эксп.4	Эксп. 5
1	Нервный	2 3	23	2	3	1
2	Напряженный	1 2	1234	2	3	2
3	Усталый	1 3	13	3	3	3
4	Волнительный	1	12	1	2	1
5	Сильный	3 5	5	1	1	1
6	Плохой	2	23	1	1	3
7	Грустный	3 4	23	4	3	2
8	Тяжелый	1 2 4	234	1	2	3
9	Депрессивный	3 4	1234	3	3	3
10	Тревожный	1 2	1234	4	2	4
11	Раздражительный	2 3 4	234	4	3	1
12	Ужасный	3 1	123	1	1	1
13	Злой	2 4	234	4	3	3
14	Страшный	1	1234	1	1	1
15	Волнующий	1	124	1	2	1
16	Стрессовый	1	1234	2	4	?
17	Агрессивный	2 3 4	235	4	3	1
18	Больной	1 3 4	123	3	3	3
19	Печальный	2 4	23	3	3	1
20	Психологический	3 5	25	1	1	1
21	Беспокойный	2 3	1234	2	4	2
22	Сложный	1 3	25	1	1	4
23	Давящий	1 3 4	1234	1	2	3
24	Большой	1	35	1	1	3
25	Утомительный	1	123	4	4	2
26	Панический	2 3 4	234	3	1	2
27	Изнуряющий	1 4	234	3	4	1
28	Трудный	1	13	1	5	1
29	Постоянный	1 5	134	2	1	1
30	Проблемный	1 3	135	1	1	1
31	Раздражающий	1 3	1234	1	2	2
32	Длительный	1 3 4	2	2	1	4
33	Внезапный	1	45	1	1	1
34	Истеричный	2 3	23	2	4	2
35	Подавленный	2 4	23	3	3	5
36	Неожиданный	1	45	1	1	1
37	Экзаменационный	1	1	1	1	1
38	Мучительный	1	123	2	4	3
39	Сонный	3	35	3	2	5
40	Ежедневный	1	25	1	5	5
41	Угнетающий	1	1234	1	4	1
42	Утомленный	3	23	3	3	3
43	Жуткий	1	1234	1	4	1
44	Утомляющий	1	14	1	4	2

45	Неприятный	1	24	1	4	1
46	Пассивный	2 3 4	235	5	5	2
47	Некомфортный	1 4	123	2	2	1
48	Учебный	1	15	1	5	1
49	Безысходный	2	123	4	1	3
50	Глубокий	3	235	2	3	4
51	Частый	1 4	2345	2	5	1
52	Испуганный	2 3	123	2	3	1
53	Продолжительный	1 4	2	2	1	2
54	Устойчивый	1 4	245	5	1	4
55	Неустойчивый	1 4	1234	1	2	4
56	Черный	2	1234	3	2	3
57	Мрачный	3	23	3	2	2
58	Легкий	5	5	5	5	5
59	Рабочий	1 5	5	1	1	5
60	Апатичный	2 3	234	3	3	2
61	Неуверенный	2 3	123	1	3	1
62	Расстроенный	2 3	234	4	3	2
63	Озабоченный	2	234	4	3	2
64	Разрушительный	3	234	2	1	3
65	Бесполезный	3	23	1	5	1
66	Некрасивый	1 2	1	1	2	1
67	Унылый	3	23	1	2	1
68	Ненужный	2	1234	1	3	1
69	Темный	3	2	3	4	3
70	Эмоциональный	2 5	2345	2	2	2
71	Беспокоящий	1	1234	1	4	4
72	Слабый	2 4	24	1	5	4
73	Хороший	5 3	5	5	5	5
74	Загруженный	3 4	234	2	1	1
75	Моментальный	4	5	5	5	1
76	Гневный	2 3	234	2	2	2
77	Активный	2 4 5	2345	5	5	2
78	Преодолимый	1 4 5	235	5	2	3
79	Человеческий	2 5	5	5	1	5
80	Детский	1 2	12	2	1	1
81	Ленивый	2 4	3	1	3	4
82	Глубокий	2 1	2345	2	3	3
83	Контролирующий	5 1	5	5	5	5
84	Непреодолимый	1 4	123	1	1	1
85	Начальный	1 4	25	4	2	2

Условное обозначение содержательных категорий: 1 - *Причины*, 2 - *Состояние*, 3 - *Последствия*, 4 - *Процесс*, 5 - *Управление*.

Таблица 2 - Экспертные оценки соответствия прилагательных содержательным категориям (2 этап)

Прилагательные	Оценки экспертов										
	Экс.1	Экс.2	Экс.3	Экс.4	Экс.5	Экс.6	Экс.7	Экс.8	Экс.9	Экс.10	Экс.11
<i>ПРИЧИНЫ СТРЕССА (источники изменений и воздействий)</i>											
1.Проблемный	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4
2.Трудный	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4
3.Тяжелый	4	2	4	4	3	4	4	4	2	3	4
4.Экзаменационный	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4
5.Психологический	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4
6.Рабочий	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4
7.Сильный	4	1	4	2	1	4	4	3	4	3	4
8.Внезапный	4	4	4	3	1	4	4	3	4	4	4
9.Неожиданный	4	4	4	2	1	4	4	3	4	4	4
10.Непреодолимый	4	4	2	4	1	4	4	2	4	3	4
11.Плохой	3	3	1	3	1	4	4	2	4	3	4
12.Ужасный, страшный	4	4	4	4	1	4	4	2	4	2	4
13.Давящий	4	2	4	4	1	4	3	4	2	3	4
14.Волнительный	4	2	4	3	1	4	4	3	2	3	4
15.Полезный	3	1	4	1	1	4	2	3	2	3	2
16.Вредный	3	1	2	3	1	4	3	3	3	2	4
17.Тревожный, беспокойный	3	2	4	4	1	4	4	4	3	3	4
<i>СОСТОЯНИЕ СТРЕССА (сдвиг от «нормального»)</i>											
18.Напряженный	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
19.Нервный	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
20.Эмоциональный	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
21.Гневный	4	3	4	4	1	4	3	2	4	3	4
22.Потный	4	3	3	4	1	4	4	3	2	2	4
23.Раздражительны й	4	4	4	3	4	4	3	3	1	2	4

24.Грустный	4	3	2	2	1	2	2	3	1	3	4
25.Тревожный	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4
26.Волнительный	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3
<i>ПОСЛЕДСТВИЯ (отсроченные эффекты)</i>											
27.Развивающий	4	4	4	1	4	4	2	3	3	4	2
28.Разрушающий	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3
29.Усталый	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4
30.Депрессивный	4	2	2	3	3	4	3	2	4	3	4
31.Больной	4	2	2	3	3	4	3	2	4	2	3
32.Утомленный	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4
<i>ПРОЦЕСС СТРЕССА (особенности протекания)</i>											
33.Поверхностный	4	3	2	1	1	4	2	3	2	4	2
34.Глубокий	4	4	4	3	1	4	3	3	2	4	4
35.Длительный	4	4	2	3	4	4	3	3	2	4	4
36.Хронический	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4
<i>УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ (способы реагирования на трудную ситуацию)</i>											
37.Активный	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	3
38.Пассивный	2	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3
39.Легкий	4	2	4	2	1	4	1	2	4	4	2
40.Хороший	3	3	4	1	1	4	1	2	2	2	2
41.Контролируемый	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4
42.Избегающий	4	4	4	3	4	4	2	3	2	4	4
43.Сильный	4	2	4	4	1	4	4	4	2	3	3

Таблица 3 - Экспертные оценки соответствия прилагательных модальностям концепта

Прилагательные	Оценки экспертов										
	Экс.1	Экс.2	Экс.3	Экс.4	Экс.5	Экс.6	Экс.7	Экс.8	Экс.9	Экс.10	Экс.11
<i>СЕНСОРНЫЕ ПРИЗНАКИ</i>											
1.Упругий	3	4	1	2	1	4	4	2	1	3	1
2.Вязкий	3	3	2	2	2	4	2	3	4	2	4
3.Гладкий	1	1	1	2	1	4	3	1	1	3	1
4.Шершавый	3	1	3	3	1	4	2	3	1	2	3
5.Мягкий	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1
6.Твердый	3	2	4	3	1	4	4	3	1	4	3
7.Легкий	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	1
8.Тяжелый	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
9.Хрупкий	1	1	3	2	1	4	3	2	3	2	3
10.Прочный	3	4	3	3	1	4	3	2	2	4	2
11.Сухой	2	1	4	2	1	4	1	3	4	3	2
12.Влажный	1	1	2	3	1	4	4	2	4	2	3
13.Холодный	1	1	1	3	1	4	4	4	4	4	2
14.Теплый	1	1	1	2	1	4	1	2	3	2	1
15.Острый	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4
16.Округлый	1	1	1	2	1	4	1	1	2	2	1
17.Беззвучный	1	1	1	2	1	4	1	3	2	2	1
18.Звучащий	3	1	4	2	1	4	3	3	3	3	2
19.Тихий	1	1	3	2	1	4	2	3	3	3	2
20.Громкий	4	1	4	3	1	4	3	4	3	2	3
21.Яркий	4	1	4	2	1	4	3	2	3	3	2
22.Блеклый	3	1	1	2	3	4	2	4	3	2	3
23.Красочный	3	1	4	3	1	4	1	2	2	2	1
24.Цветочный	2	1	1	1	1	4	1	1	2	2	1

25.Круглый	2	1	2	2	1	4	2	2	2	3	1
26.Угловатый	4	2	4	3	1	4	4	4	2	2	3
27.Черный	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	4
28.Синий	2	1	2	2	1	4	2	3	3	2	3
29.Серый	2	2	1	3	1	4	3	4	3	2	3
30.Красный	4	3	4	3	1	4	4	4	2	2	3
31.Темный	2	1	4	3	1	4	3	4	3	3	4
32.Жесткий	4	3	4	4	1	4	4	4	3	3	4
33.Колючий	4	2	3	4	1	4	4	4	4	3	4
34.Жаркий	4	2	4	3	3	2	1	2	2	2	3
35.Бледный	3	1	2	3	1	4	3	4	4	2	3
36.Грузный	4	1	2	3	1	4	1	4	3	4	3
37.Тугой	3	2	4	3	1	4	3	3	3	4	2
38.Потный	4	1	3	3	2	4	4	4	4	2	4
39.Мокрый	3	1	2	4	1	4	3	4	4	2	3
40.Звонящий	4	1	4	2	1	4	4	4	3	2	3
41.Шелестящий	3	1	1	2	1	4	2	2	2	2	1
42.Кислый	4	1	2	3	1	4	3	3	4	1	3
<i>ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ ПРИЗНАКИ</i>											
43.Веселый	3	1	3	1	1	4	1	1	1	1	1
44.Грустный	3	3	3	3	1	4	2	3	4	4	4
45.Спокойный	1	1	2	2	1	4	1	1	2	1	1
46.Тревожный	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
47.Нежный	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1
48.Грубый	3	1	2	4	1	4	3	4	4	4	3
49.Безобидный	2	1	2	2	1	4	1	1	2	1	1
50.Страшный	3	1	2	3	1	4	3	4	4	4	4
51.Гармоничный	2	1	3	2	1	4	1	1	2	1	1

52.Хаотичный	4	2	3	2	1	4	2	4	4	3	4
53.Активный	4	3	4	1	1	4	3	3	2	3	2
54.Пассивный	3	3	1	3	1	4	3	3	4	2	3
55.Приятный	3	1	2	2	1	4	1	1	1	1	1
56.Отвратительный	3	1	1	4	1	4	3	3	4	3	4
57.Сильный	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3
58.Слабый	2	4	1	3	2	4	1	3	4	1	2
59.Печальный	3	2	3	3	1	4	2	3	4	1	4
60.Беспокойный	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4
61.Нервный	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4
62.Напряженный	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
63.Злой	2	1	2	4	1	4	3	3	4	3	3
64.Ужасный	3	1	2	4	1	4	3	3	4	2	4
65.Опасный	3	2	2	4	1	4	3	3	4	2	4
66.Хороший	2	1	4	2	1	4	1	1	1	1	1
67.Плохой	2	1	2	3	1	4	3	4	4	2	4
68.Негативный	3	2	2	3	1	4	3	4	4	3	4
69.Вредный	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4
70.Полезный	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	2
71.Непродуктивный	3	2	2	3	3	4	3	3	4	3	3
72.Гиперактивный	4	1	4	2	1	4	2	3	2	2	2
73.Неприятный	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4
74.Противный	2	1	1	4	1	4	3	3	4	3	4
75.Дискомфортный	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4
76.Усталый	4	2	3	3	2	4	2	4	4	2	4
77.Отрицательный	3	2	1	3	1	4	3	4	4	3	4
78.Деструктивный	3	2	2	4	1	2	3	4	4	3	3
79.Нервозный	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4

ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННЫЕ ПРИЗНАКИ

80.Прямой	1	1	3	1	1	4	3	4	3	3	2
81.Кривой	3	1	2	3	1	4	2	3	2	2	2
82.Близкий	2	1	4	2	1	4	3	4	3	4	3
83.Далекий	2	1	1	2	1	4	1	3	3	2	2
84.Высокий	2	1	4	2	1	2	4	4	3	3	3
85.Низкий	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	2
86.Короткий	2	1	1	2	1	4	2	2	4	3	2
87.Длинный	2	1	4	2	1	4	3	3	4	3	2
88.Маленький	2	2	2	2	1	4	1	3	3	2	2
89.Большой	3	2	4	2	1	4	4	3	3	3	3
90.Плоский	1	1	1	2	1	4	2	4	2	1	1
91.Объемный	4	1	4	2	1	4	4	3	3	4	3
92.Волнообразный	4	1	4	3	1	4	2	4	3	3	3
93.Зубчатый	4	1	4	3	1	4	3	4	2	3	3
94.Тонкий	1	1	1	2	1	4	2	3	4	1	2
95.Толстый	1	1	3	2	1	4	3	4	2	3	3
96.Просторный	3	1	4	2	1	4	2	2	2	2	1
97.Тесный	2	1	1	2	1	4	3	4	3	3	3
98.Непрерывный	3	3	4	3	1	4	3	3	4	3	4
99.Прерывистый	3	3	3	3	1	4	2	4	3	2	2
100.Стремительный	4	3	4	4	1	4	4	3	4	3	3
101.Медленный	2	3	1	2	1	4	1	3	3	2	3
102.Изменяющийся	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3
103.Постоянный	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4
104.Вращающийся	4	1	3	3	1	4	3	3	3	2	3
105.Неподвижный	2	1	1	2	1	4	2	2	2	2	3
106.Плавный	2	1	3	2	1	4	2	2	2	1	2

107.Резкий	4	1	4	3	1	2	3	3	3	3	3
108.Хронический	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4
109.Длительный	3	4	4	2	1	4	3	4	4	3	4
110.Продолжительный	3	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4
111.Вечный	3	1	4	2	1	4	1	2	3	2	4
112.Быстрый	4	1	4	2	1	4	4	3	3	3	2
113.Молниеносный	4	1	4	3	1	4	3	2	3	1	1
114.Частый	4	1	2	2	3	4	3	4	3	4	4
115.Эпизодический	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4
116.Глубокий	3	3	4	3	1	4	3	4	4	4	4
117. Огромный	3	1	4	3	1	4	3	3	4	3	3

Таблица 4 - Наиболее согласованные экспертные оценки по прилагательным, релевантным содержательным категориям концепта *Стресс*

Категории	Прилагательные	% согласованности
ПРИЧИНЫ	Проблемный	95
	Трудный	93
	Экзаменационный	93
	Психологический	91
	Рабочий	91
	Внезапный	87
	Неожиданный	86
	Тяжелый	86
	Ужасный, страшный	84
	Непреодолимый	82
	Тревожный, беспокойный	82
	Давящий	80
	Сильный	77
	Волнительный	77
ПРОЯВЛЕНИЯ СОСТОЯНИЯ	Напряженный	98
	Нервный	98
	Эмоциональный	98
	Тревожный	95
	Волнительный	86
	Грустный	82
	Гневный	82
	Потный	77
ПОСЛЕДСТВИЯ	Утомленный	93
	Усталый	86
	Разрушающий	84
	Развивающий	80
	Депрессивный	77
ПРОЦЕСС	Хронический	91
	Длительный	84
	Глубокий	82
УПРАВЛЕНИЕ	Контролируемый	87
	Активный	86
	Избегающий	86
	Пассивный	84
	Сильный	80

Таблица 5 - Наиболее согласованные экспертные оценки по прилагательным, описывающих сенсорную, эмоционально-оценочную и пространственно-временную модальности концепта *Стресс*

Модальности	Прилагательные	% согласованности
СЕНСОРНАЯ	Тяжелый	93
	Острый	91
	Жесткий	86
	Колючий	84
	Потный	80
	Красный	77
	Угловатый	75
ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОЦЕНОЧНАЯ	Тревожный	98
	Беспокойный	95
	Нервный	93
	Напряженный	93
	Нервозный	91
	Сильный	87
	Дискомфортный	87
	Неприятный	84
	Вредный	82
	Грустный	77
	Усталый	77
	Грубый	75
	Страшный	75
	Хаотичный	75
	Негативный	75
Непродуктивный	75	
ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННАЯ	Хронический	87
	Продолжительный	86
	Глубокий	84
	Изменяющийся	84
	Стремительный	84
	Постоянный	82
	Длительный	82
	Эпизодический	82
	Непрерывный	80
	Частый	77
Объемный	75	

АТЛАС ПОРТРЕТОВ КОНЦЕПТА СТРЕСС

Таблица 1 – Изображения меры иерархичности визуального прототипа концепта *Стресс* (1 балл)



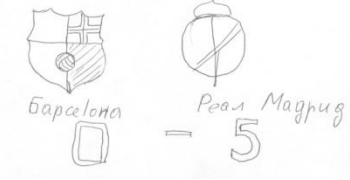
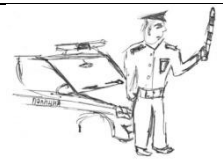



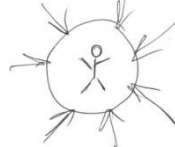

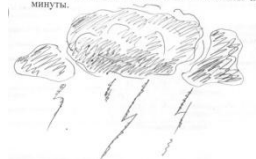



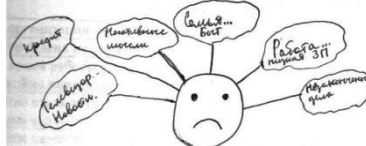
 <p>Трудная ситуация поиска работы</p>	 <p>Любовная драма</p>	<p>пояснить. Время выполнения – 2 минуты.</p>  <p>Проигрыш любимой футбольной команды</p>
<p>₽ отсутствие</p> <p>Финансовые трудности</p>	 <p>Трудная ситуация с представителями полиции</p>	 <p>Пожар</p>
 <p>Сложный звонок по телефону</p>	 <p>Многозадачность</p>	 <p>Множественность воздействий на человека</p>
<p>Урал июль +7</p>  <p>Плохая погода на Урале в июне</p>	<p>минуты.</p>  <p>«Стресс как черная дождевая туча»</p>	<p>СТРЕСС с учетом его наиболее важных и существенных характеристик (время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Дорожно-транспортное происшествие</p>
<p>(время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Перегрузки и дедлайны</p>	<p>рисунок, который бы, с Вашей точки зрения, в образной форме иллюстрировал суть его наиболее важных и существенных характеристик (время - 2 минуты)</p>  <p>Безвыходное положение</p>	 <p>Трудная жизненная ситуация</p>

Таблица 2 – Изображения меры иерархичности визуального прототипа концепта *Стресс* (2 балла)


 <p>Мимические проявления стресса</p>	<p>2</p>  <p>«Взрыв» эмоций</p>	<p>и пояснить. Время выполнения – 2 минуты.</p>  <p>Физиологический механизм стресса</p>
<p>1 (время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Состояние стресса на рабочем месте</p>	<p>подписать и пояснить (СТРЕСС) с учетом его наиболее важных, существенных характеристик (время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Состояние озлобленности</p>	<p>зный объект (СТРЕСС) с учетом его наиболее важных, существенных характеристик (время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Слезы</p>
<p>(время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>«Комок в горле, стресс в животе»</p>	 <p>Состояние стресса</p>	<p>(время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>Состояние стресса у оператора контакт-центра</p>
<p>подписать и пояснить. Время выполнения – 2 минуты.</p>  <p>Желание отгородиться от людей</p>	<p>10</p>  <p>Одиночество</p>	 <p>Одиночество</p>
 <p>«Как так? Что делать?»</p>	<p>с учетом его наиболее важных, существенных характеристик (время выполнения - 2 минуты)</p>  <p>«Я иду решать проблему, стресс не помеха»</p>	 <p>Мысли или попытки суицида</p>

Таблица 3 – Изображения меры иерархичности визуального прототипа концепта *Стресс* (3 балла)

 <p>Процесс воздействия стресса на нервную систему</p>	 <p>Диаграмма</p>	 <p>Стадии стресса</p>
 <p>Процесс стресса</p>	 <p>Процесс изменений</p>	 <p>Выяснение времени начала обеденного перерыва</p>
 <p>«Слагаемые» трудной повседневной ситуации</p>	 <p>Модель развития стрессового события</p>	 <p>Изменения «до» и «после»</p>
 <p>Пирамида решения стресса</p>	 <p>Весы состояний</p>	 <p>«Удачный исход, спасение»</p>

Таблица 4 – Изображения содержательной категории *причины*

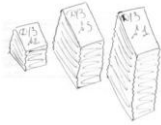











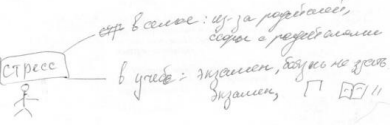


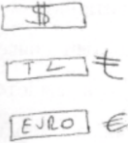


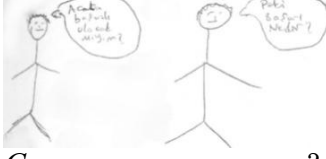
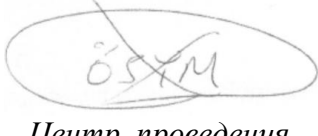



 <p>«Только три часа»</p>		 <p>«Сделать»</p>
		 <p>«Человек заперт в пещере»</p>
 <p>«Когда разбивают сердце»</p>	 <p>Плохая семейная атмосфера</p>	 <p>Учеба и экзамены</p>
 <p>«Человек теряет родного человека»</p>	 <p>«Друг разбивает ожидания»</p>	
		
		
	 <p>«Стану ли я успешным?»</p>	 <p>Центр проведения экзаменов</p>
		 <p>«Угроза безопасности»</p>

Таблица 5 – Изображения содержательной категории *состояние*

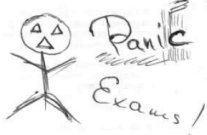


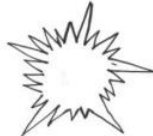


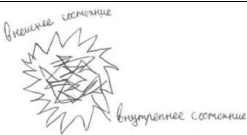




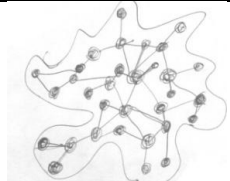







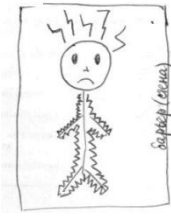






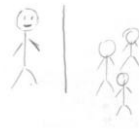



		
 «Взрыв эмоций»	 «Стресс в сердце»	 «Человек рвет волосы на голове»
 «Внешнее и внутреннее состояние»	 «Грустный смайлик»	
	 «Путаница во внутреннем мире»	 «Беспорядочное и нестабильное состояние»
		
		

Таблица 6 – Изображения содержательной категории *процесс*

 «Сердцебиение»	 Жизнь без стресса. «Жизнь со стрессом: смерть, война, темнота, слезы, боль»
---	---

Таблица 7– Изображения содержательной категории *управление*

 <p>«Человек не может найти выход»</p>	 <p>«Барьер»</p>	
 <p>«Человек не знает, что делать»</p>		
		
		

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПИСАТЕЛЬНОЙ СТАТИСТИКИ

Таблица 1 - **Описательная статистика модальностей концепта *Стресс* (сырые баллы)**

Модальности концепта «стресс»	Значения описательной статистики			
	Мин.	Макс.	Среднее зн.	Ст. отклон.
<i>Выборочная совокупность</i>				
Сенсорная модальность	0	7	0.31	0.74
Эмоционально-оценочная модальность	0	10	1.79	1.47
Пространственно-временная модальность	0	10	0.44	0.86
<i>Русские</i>				
Сенсорная модальность	0	7	0.45	0.93
Эмоционально-оценочная модальность	0	10	2.22	1.63
Пространственно-временная модальность	0	4	0.53	0.85
<i>Армяне</i>				
Сенсорная модальность	0	3	0.24	0.53
Эмоционально-оценочная модальность	0	5	1.41	1.19
Пространственно-временная модальность	0	10	0.49	1.07
<i>Татары</i>				
Сенсорная модальность	0	2	0.21	0.49
Эмоционально-оценочная модальность	0	5	2.11	1.25
Пространственно-временная модальность	0	4	0.48	0.86
<i>Турки</i>				
Сенсорная модальность	0	5	0.14	0.63
Эмоционально-оценочная модальность	0	5	0.93	1.02
Пространственно-временная модальность	0	2	0.08	0.36
<i>Китайцы</i>				
Сенсорная модальность	0	1	0.08	0.27
Эмоционально-оценочная модальность	0	5	1.25	1.01
Пространственно-временная модальность	0	3	0.21	0.59

Таблица 2 - Описательная статистика модальностей концепта *Стресс* (стены)

Модальности концепта «стресс»	Значения описательной статистики			
	Мин.	Макс.	Среднее зн.	Ст. отклон.
<i>Выборочная совокупность</i>				
Сенсорная модальность	5	10	5.70	1.39
Эмоционально-оценочная модальность	3	10	5.59	1.67
Пространственно-временная модальность	5	10	5.73	1.26
<i>Русские</i>				
Сенсорная модальность	5	10	5.99	1.59
Эмоционально-оценочная модальность	3	10	6.04	1.71
Пространственно-временная модальность	5	10	5.90	1.31
<i>Армяне</i>				
Сенсорная модальность	5	10	5.61	1.27
Эмоционально-оценочная модальность	3	9	5.18	1.55
Пространственно-временная модальность	5	10	5.77	1.33
<i>Татары</i>				
Сенсорная модальность	5	9	5.53	1.22
Эмоционально-оценочная модальность	3	9	6.03	1.41
Пространственно-временная модальность	5	10	5.79	1.28
<i>Турки</i>				
Сенсорная модальность	5	9	5.28	0.95
Эмоционально-оценочная модальность	3	9	4.53	1.43
Пространственно-временная модальность	5	8	5.14	0.58
<i>Китайцы</i>				
Сенсорная модальность	5	8	5.23	0.80
Эмоционально-оценочная модальность	3	9	5.01	1.34
Пространственно-временная модальность	5	10	5.38	1.02

Таблица 3 – Описательная статистика меры дифференцированности концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей (n=704, «сырые» значения)

Показатели концепта	Значения описательной статистики			
	Мин.	Макс.	Ср. зн.	Ст. откл.
Мера дифференцированности	0	10	4.78	1.71
Причины	0	3	2.02	0.87
Состояние	0	3	1.59	0.89
Последствия	0	3	0.59	0.69
Процесс	0	2	0.19	0.44
Управление	0	3	0.39	0.60

Таблица 4– Описательная статистика меры дифференцированности концепта *Стресс* у студентов социо-гуманитарных специальностей (n=704, «стены»)

Показатели концепта	Значения описательной статистики			
	Мин.	Макс.	Ср. зн.	Ст. откл.
Мера дифференцированности	0	10	5.60	1.95
Причины	1	7	5.04	1.74
Состояние	1	8	5.17	1.81
Последствия	1	10	5.60	1.89
Процесс	1	10	5.51	1.35
Управление	1	10	5.73	1.31

Таблица 5 - Описательная статистика шкал методики «Юношеская копинг-шкала» (n=704, «сырые» значения)

Название шкалы ЮКШ	Значения описательной статистики						
	Мин.	Макс.	Ср. зн.	Ст. откл.	Ассим.	Экц.	α Кронбаха
Социальная поддержка	20	100	62.85	14.03	-0.098	-0.115	0.727
Решение проблемы	24	100	75.05	11.77	-0.537	0.619	0.630
Работа/достижение	20	100	71.94	11.83	-0.590	0.704	0.592
Беспокойство	20	100	68.28	16.60	-0.353	-0.352	0.751
Друзья	20	100	63.05	14.80	-0.225	-0.252	0.625
Принадлежность	20	100	64.63	13.46	-0.257	0.064	0.623
Чудо	20	100	67.01	16.03	-0.202	-0.240	0.701
Несовладание	20	100	45.36	13.15	0.401	0.047	0.626
Разрядка	20	92	46.02	13.70	0.523	0.004	0.572
Общественные действия	20	100	35.88	15.06	1.035	0.651	0.751
Игнорирование	20	95	48.68	14.80	0.370	0.096	0.701
Самообвинение	20	100	66.01	18.50	0.029	-0.667	0.802
Уход в себя	20	100	56.36	15.77	0.292	-0.103	0.696
Религиозная поддержка	20	100	54.52	23.87	0.077	-1.226	0.851
Позитивный фокус	20	100	67.36	14.31	-0.335	0.047	0.524
Профессиональная помощь	20	105	45.84	19.48	0.447	-0.696	0.743
Отвлечение	21	105	72.50	14.48	-0.209	0.335	0.381
Активный отдых	21	105	64.30	20.03	0.190	-0.533	0.799

Таблица 6 - Описательная статистика шкал методики «Юношеская копинг-шкала» (n=704, стены)

Название шкалы ЮКШ	Значения описательной статистики					
	Мин.	Макс.	Ср. зн.	Ст. откл.	Ассим.	Эксц.
Социальная поддержка	1	10	5.46	2.03	0.015	-0.460
Решение проблемы	1	10	5.57	1.98	-0.125	-0.328
Работа/ достижение	1	10	5.48	1.97	-0.104	-0.565
Беспокойство	1	10	5.46	2.00	0.060	-0.344
Друзья	1	10	5.55	1.94	-0.063	-0.397
Принадлежность	1	10	5.52	1.97	-0.118	-0.361
Чудо	1	10	5.64	2.02	-0.105	-0.411
Несовладание	1	10	5.55	1.93	0.041	-0.422
Разрядка	1	10	5.37	1.94	0.199	-0.320
Общественные действия	3	10	5.42	1.90	0.400	-0.704
Игнорирование	1	10	5.41	1.96	-0.021	-0.174
Самообвинение	1	9	5.36	1.92	-0.028	-0.498
Уход в себя	1	10	5.43	1.93	0.038	-0.450
Религиозная поддержка	2	10	5.42	1.98	-0.088	-0.570
Позитивный фокус	1	10	5.43	1.93	0.123	-0.105
Профессиональная помощь	2	10	5.48	1.98	-0.040	-0.449
Отвлечение	1	10	5.40	1.97	0.082	-0.328
Активный отдых	1	9	5.35	1.92	-0.077	-0.597

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Таблица 1 - Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у выборочной совокупности

Признаки	Процентный диапазон
<i>Ядерная зона</i>	
Нервный, напряженный	9.0 – 7.7
<i>Ближняя периферия</i>	
Волнительный, сильный, психологический, усталый, тяжелый, грустный, депрессивный, плохой, тревожный, страшный, ужасный, беспокойный, больной, агрессивный, злой, давящий, раздражительный, печальный, трудный, экзаменационный, неприятный, волнующий, рабочий, учебный, эмоциональный, беспокоящий, мучительный, сложный, долгий, внезапный, гневный, большой, тягостный	3.8 – 0.6
<i>Дальняя периферия</i>	
Безысходный, слабый, проблемный, раздражающий, глубокий, частый, короткий, детский, хороший, утомительный, панический, угнетающий, изнуряющий, деньги, строгий, человек, хронический, истеричный, устойчивый, подавленный, неожиданный, сердитый, апатичный, сонный, замкнутый, безнадежный, ленивый, беспричинный, ежедневный, вялый, утомленный, жуткий, изматывающий, утомляющий, тоскливый, несчастный, тяжесть, активный, трудность, огорченный, чувство	0.4 - 0.3
<i>Крайняя периферия</i>	
Одинокий, пассивный, дискомфортный, испуганный, загруженный, душевный, умственный, продолжительный, долговременный, неустойчивый, ситуационный, черный, серый, легкий, неуверенный, беспорядочный, вспыльчивый, радостный, хаотичный, расстроенный, бесконечный, неуравновешенный, рассеянный, растерянный, потерянный, сниженный, нервирующий, разрушительный, бесполезный, страдающий, курсовой, некрасивый, унылый, ненужный, темный, жесткий, шумный, незаконченный, бедный, выматывающий, отвратительный, затяжной, вечный, напуганный, маленький, угнетенный, мечтательный, навязчивый, экстренный, отягощающий, бесперспективный, университетский, боязливый, серьезный, грубый, незамеченный, воинственный, дряхлый, нескончаемый, колкий, дотошный, замученный, надоедливый, несвоевременный, ужасающий, вымотанный, невыспавшийся, сжигающий, ненадежный, разрушенный, разочарующий, скромный, жизненный, жалкий, тревога за будущее, будущее, головная боль, неудобный, противный, стремительный, срочный, спокойный, тупиковый, учащенное сердцебиение, затруднительный, посторонний, неброшенный, умный, страдание, озабоченность, отдышка, высоконадежный, непреодолимый, в замешательстве, смешанные чувства, ложный, обстановка, тотальный, крайний, тучный, беспощадный, нестандартный, начальный, проклятый, ситуация, безработица	0.1

Таблица 2 - Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у русских студентов

Зоны в структуре имплицитных представлений	Когнитивные признаки	Процентный диапазон
Центр ядра (10 %)	Нервный	10
Ядро (30.2 %)	Напряженный, усталый, волнительный, сильный, плохой, грустный, тяжелый, депрессивный	5.8 – 2.7
Ближняя периферия	Тревожный, раздражительный, ужасный, злой, страшный, волнующий, агрессивный, больной, печальный, психологический, беспокойный	2.4 – 1.2
Дальняя периферия	Сложный, давящий, большой, утомительный, трудный, мучительный, панический, изнуряющий, постоянный, проблемный, раздражающий, длительный, внезапный, истерический, подавленный, неожиданный, сонный, ежедневный, угнетающий, утомленный, жуткий, утомляющий	0.9 – 0.6
Крайняя периферия	Неприятный, учебный, экзаменационный, рабочий, пассивный, некомфортный, безысходный, глубокий, частый, испуганный, продолжительный, устойчивый, неустойчивый, черный, мрачный, легкий, апатичный, неуверенный, расстроенный, озабоченный, разрушительный, бесполезный, некрасивый, унылый, ненужный, темный, жесткий, шумный, незаконченный, выматывающий, отвратительный, затяжной, вечный, напуганный, маленький, угнетенный, навязчивый, отягощающий, бесперспективный, боязливый, изматывающий, колкий, дотошный, замученный, надоедливый, несвоевременный, ужасающий, тоскливый, вымотанный, сжигающий, ненадежный, разрушенный, скромный, жизненный, жалкий, неудобный, противный, затруднительный, непреодолимый, тотальный, крайний, тучный, беспощадный, нестандартный	менее 0.3

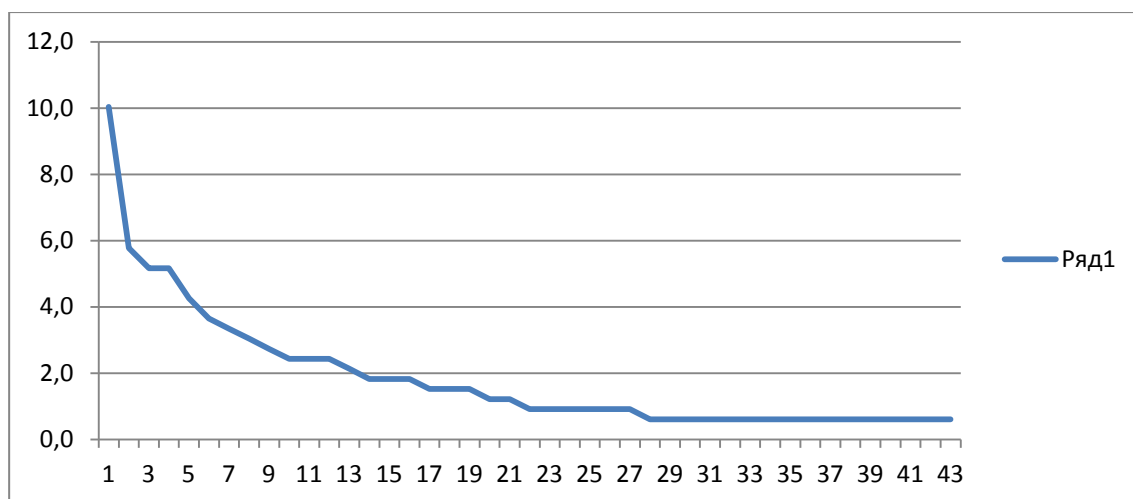
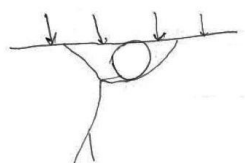


Рис.1 . Кривая частоты распределения признаков в имплицитных представлениях о стрессе у русских студентов

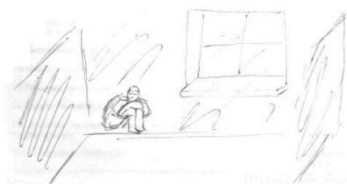
Таблица 14



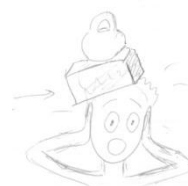
«Стресс как пресс»

Стресс

«Граница между стрессом и отдыхом»



Стресс



«Удар/давление»

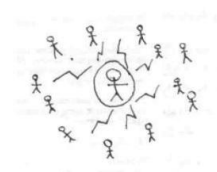


«Нервное напряжение,
постоянная тревога»

Виды стресса



«Найти выход»



Стресс и люди

Рис. 2. Примеры визуального портрета концепта **Стресс** у русских студентов

Таблица 3- Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у армянских студентов

Зоны в структуре имплицитных представлений	Когнитивные признаки	Процентный диапазон
Центр ядра (10.6 %)	Нервный	10.6
Ядро (18.8 %)	Напряженный, психологический	9.4
Ближняя периферия	Тяжелый, депрессивный, сильный, беспокойный, больной, агрессивный, эмоциональный, беспокоящий	6.2-3.1
Дальняя периферия	Неприятный, трудный, печальный, усталый, ужасный, слабый, детский, хороший, замкнутый, ленивый, беспричинный, глубокий, длительный	1.9-1.2
Крайняя периферия	Грустный, тревожный, страшный, волнительный, мучительный, нескончаемый, дряхлый, воинственный, хмурый, мечтательный, курсовой, нервирующий, сниженный, потерянный, рассеянный, бесконечный, хаотичный, радостный, беспорядочный, сердитый, непонимающий, гневный, долговременный, душевный, одинокий, частый	менее 0.6

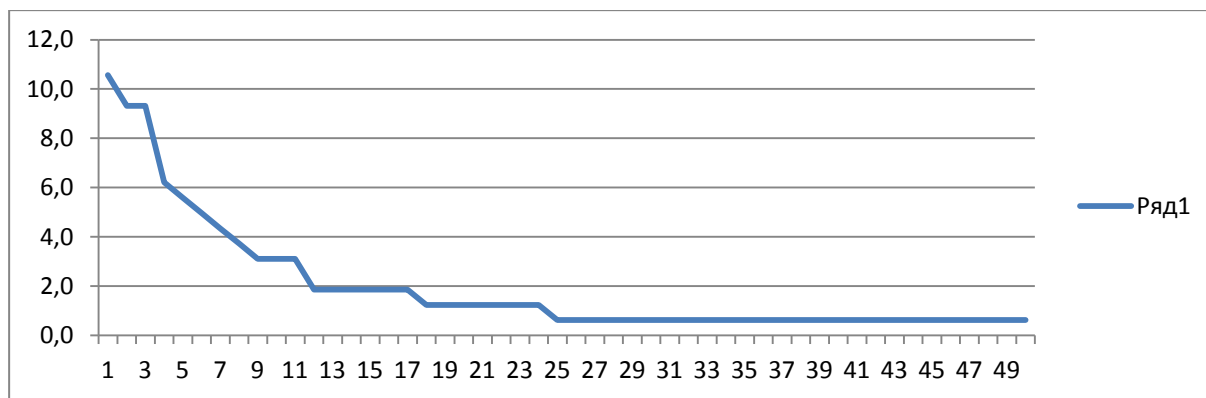
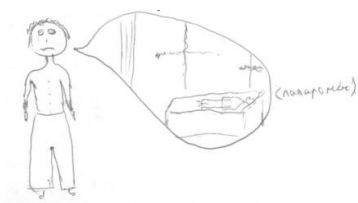
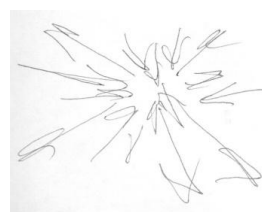


Рис. 3. Кривая частоты распределения признаков в имплицитных представлениях о стрессе у армянских студентов



Похороны



«Нескончаемый страх»



«Разбитое сердце, в нем много мучений, но есть вера и оптимизм на будущее»

«Дом, который бомбят турки»

«Я буду переживать стресс, если представят оружие ко лбу»



Спираль стресса



«Когда одиночество и нет друзей»



Слезы и плач

Рис. 4. Примеры визуального портрета концепта *Стресс* у армянских студентов

Таблица 4 - Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у студентов-татар

Зоны в структуре имплицитных представлений	Когнитивные признаки	Процентный диапазон
Центр ядра (19.2 %)	Нервный	19.2
Ядро (24.6 %)	Грустный, ужасный, волнительный	9.6 – 6.8
Ближняя периферия	Злой, тревожный	5.5
Дальняя периферия	Плохой, тяжелый, усталый, сильный, безысходный	4.1 – 2.7
Крайняя периферия	Депрессивный, агрессивный, больной, неприятный, трудный, раздражительный, страшный, учебный, загруженный, моментальный, устойчивый, гневный, апатичный, вспыльчивый, большой, угнетающий, экстренный, несчастный, невыспавшийся, разочарующий, начальный	Менее 1.4

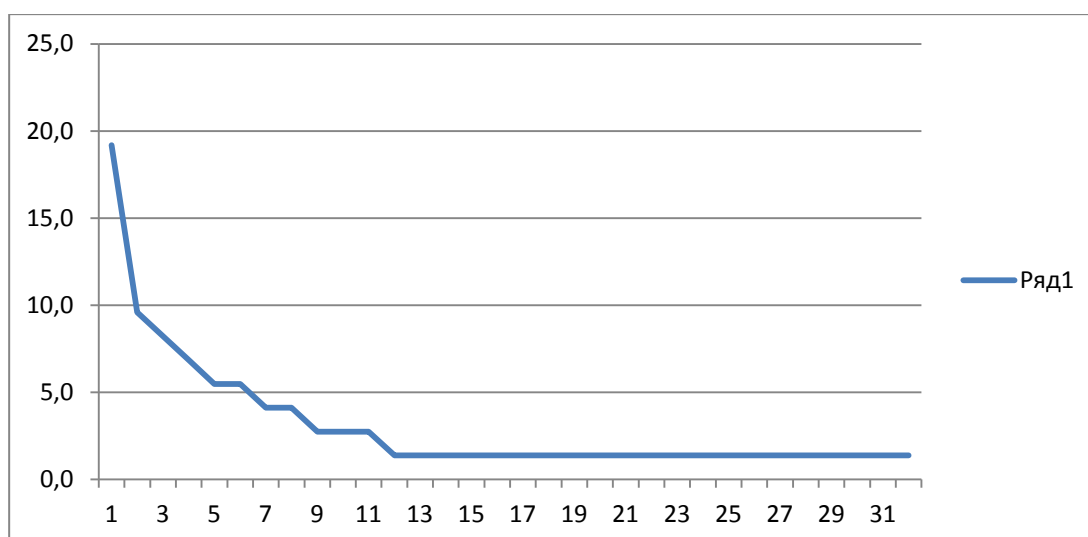


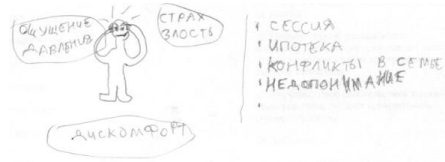
Рис. 5. Кривая частоты распределения признаков в имплицитных представлениях о стрессе у татар



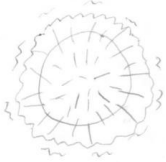
Схема стресса



Причины стресса



Причины и состояние стресса



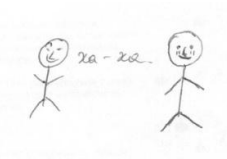
«Комок отрицательных эмоций»



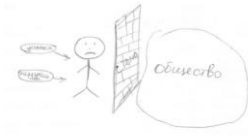
«В стрессе человек раздражителен и без настроения»



«Стресс – человек одинок»



«Ха-ха»



Стена



«Останьте!»

Рис. 6. Примеры визуального портрета концепта **Стресс** у студентов-татар

Таблица 5 - Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у турецких студентов

Зоны в структуре имплицитных представлений	Прилагательные	Процентный диапазон
Центр ядра (8.3 %)	Экзамен (экзаменационный)	8.3
Ядро (11.2 %)	Напряженный, рабочий	5.6
Ближняя периферия	Тревожный, плохой, давящий, тягостный, деньги, человек	4.2
Дальняя периферия	Страшный, учебный, мучительный, безнадежный, трудность, огорчение, чувство	2.8
Крайняя периферия	Усталый, неприятный, беспокойный, печальный, сложный, умственный, внезапный, страдающий, вялый, университет, грубый, изматывающий, тоска, несчастный, тревога за будущее, боль, тупик, ложный, обстановка, проклятый, ситуация, безработица	менее 1.4

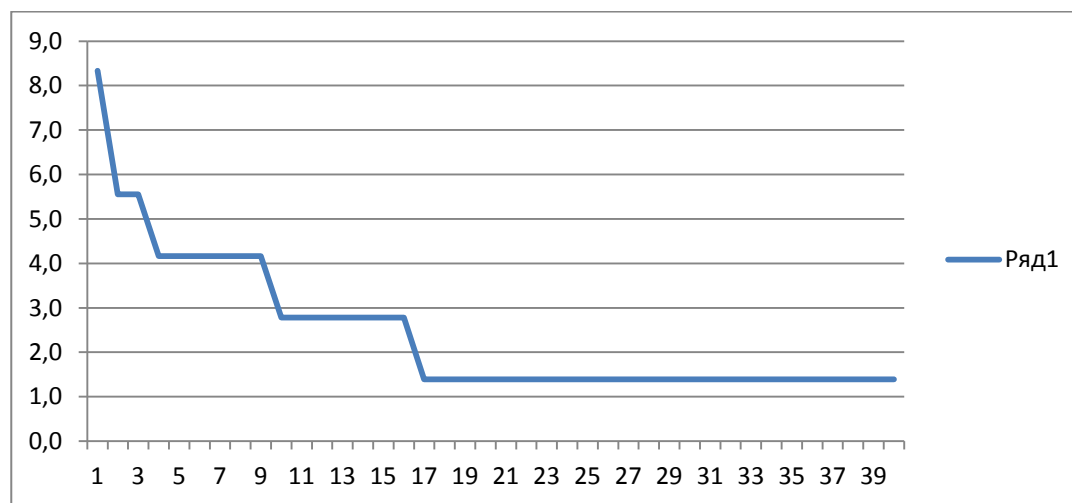


Рис.7. Кривая частоты распределения признаков в имплицитных представлениях о стрессе у турецких студентов



Состояние стресса



«Я и моя бывшая подруга»



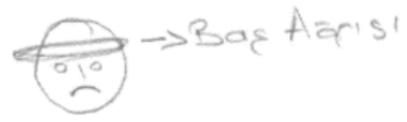
Другие люди



Стресс межличностного взаимодействия



Другие люди



Головная боль

Рис.8 . Примеры визуального прототипа концепта **Стресс** у турецких студентов

Таблица 6 - Распределение ассоциаций в имплицитном представлении о стрессе у китайских студентов

Зоны в структуре имплицитных представлений	Прилагательные	Процентный диапазон
Центр ядра (22.1 %)	Напряженный	22.1
Ядро (14.2 %)	Страшный, давящий	7.8 – 6.5
Ближняя периферия	Беспокойный, волнительный	5.2
Дальняя периферия	Психологический, строгий, быстрый, гневный, тяжесть, активный	3.9 – 2.6
Крайняя периферия	Нервный, трудный, раздражительный, сильный, учебный, сердитый, рабочий, хаос, рассеянный, тягостный, вялый, бедный, серьезный, стремительный, срочный, спокойный, учащенное сердцебиение, постоянный, неброшенный, умный, страдание, отдышка, озабоченность, высоконадежный, смешанные чувства	менее 1.3

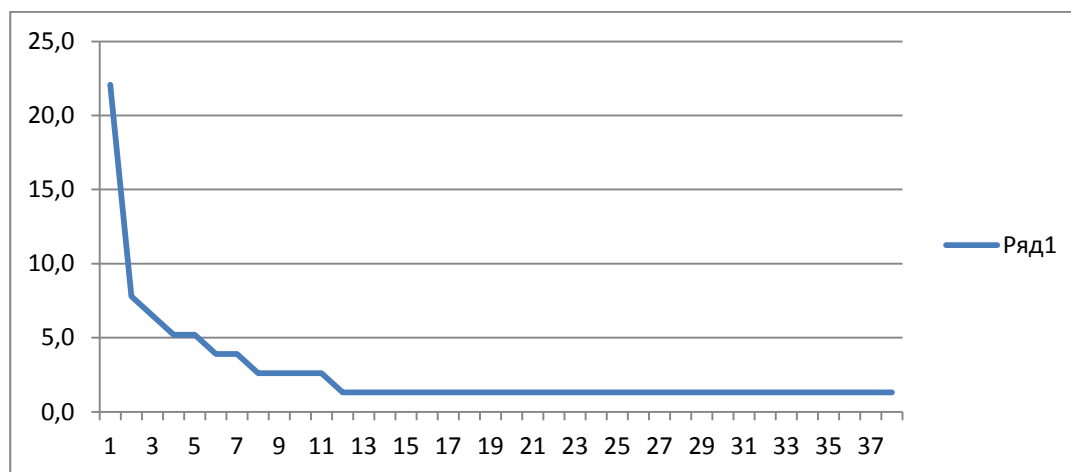


Рис.9. Кривая частоты распределения признаков в имплицитных представлениях о стрессе у китайских студентов

**Таблица 7- Результаты факторного анализа стратегий совладания у студентов
социо-гуманитарных специальностей**

Матрица повернутых компонент					
Копинг-стратегии	Факторы				
	1	2	3	4	5
Друзья	0.753	-0.019	0.235	-0.008	0.058
Социальная поддержка	0.724	0.278	0.094	-0.267	0.036
Принадлежность	0.674	0.249	0.242	-0.013	0.145
Общественные действия	0.557	-0.204	-0.107	0.272	0.253
Отвлечение	0.486	0.064	0.302	0.452	-0.253
Самообвинение	-0.034	0.761	0.044	0.127	-0.161
Беспокойство	0.109	0.714	0.194	-0.072	0.234
Чудо	0.121	0.607	0.022	0.169	0.368
Несовладание	0.033	0.562	-0.371	0.415	0.013
Разрядка	0.216	0.484	-0.307	0.361	-0.195
Работа	0.063	-0.021	0.767	-0.055	0.142
Решение	0.198	0.237	0.726	-0.134	-0.086
Активный отдых	0.144	-0.378	0.513	0.090	0.148
Позитивный фокус	0.169	0.050	0.510	-0.001	0.483
Игнорирование	0.024	0.140	-0.212	0.742	0.218
Уход	-0.488	0.253	0.227	0.590	-0.051
Религиозная поддержка	0.080	0.069	0.144	0.013	0.804
Профессиональная помощь	0.410	-0.003	-0.006	0.143	0.417
Вращение сошлось за 13 итераций					

Таблица 8 - Структура стратегий совладания у студентов с дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент)

Матрица повернутых компонент						
Стратегии совладания	Факторы					
	1	2	3	4	5	6
Социальная поддержка	0.835					
Друзья	0.754					
Принадлежность	0.611					
Общественные действия	0.420					
Решение проблемы		0.778				
Работа/достижение		0.737				
Позитивный фокус		0.655				
Уход в себя	-0.489	0.538				
Несовладание			0.791			
Разрядка			0.726			
Самообвинение			0.694			
Религиозная поддержка				0.863		
Профессиональная помощь				0.518	0.428	
Беспокойство	0.413			0.487		
Игнорирование					0.738	
Отвлечение	0.435				0.707	
Чудо						0.753
Активный отдых						-0.582
% описываемой дисперсии	14.8	13.0	12.3	10.2	9.0	7.6
Вращение сошлось за 12 итераций						

Таблица 9 - Структура стратегий совладания у студентов с мало-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент)

Матрица повернутых компонент						
Стратегии совладания	Факторы					
	1	2	3	4	5	6
Самообвинение	0.796					
Беспокойство	0.671					
Разрядка	0.611					
Несовладание	0.608					
Активный отдых	-0.433	0.421				
Работа/достижение		0.800				
Решение проблемы		0.631		0.427		
Религиозная поддержка			0.816			
Позитивный фокус			0.687			
Чудо	0.450		0.630			
Отвлечение						
Друзья				0.851		
Принадлежность				0.645		
Профессиональная помощь				0.500	0.769	
Общественные действия					0.763	
Уход в себя						0.796
Социальная поддержка						-0.585
Игнорирование		-0.469				0.522
% описываемой дисперсии	14.0	11.6	10.8	10.7	10.1	8.7
Вращение сошлось за 10 итераций						

Таблица 10 - Структура стратегий совладания у студентов со средне-дифференцированным ментальным опытом преодоления стрессовых ситуаций (вербальный компонент)

Матрица повернутых компонент					
Стратегии совладания	Факторы				
	1	2	3	4	5
Социальная поддержка	0.796				
Друзья	0.754				
Уход в себя	-0.705				
Принадлежность	0.685				
Работа/достижение		0.744			
Решение проблемы		0.711			
Активный отдых		0.696			
Позитивный фокус		0.456			0.407
Самообвинение			0.776		
Беспокойство			0.717		
Несовладание			0.521	0.482	
Чудо			0.516		
Игнорирование				0.717	
Разрядка				0.626	
Отвлечение				0.494	
Общественные действия				0.434	
Религиозная поддержка					0.829
Профессиональная помощь					0.587
% описываемой дисперсии	14.6	12.3	11.6	10.7	9.3
Вращение сошлось за 7 итераций					

Таблица 11 - Показатели копинг-стратегий у респондентов с разной мерой дифференцированности концепта *Стресс*

Копинг-стратегии	Описательная статистика (ср. знач., ст. отклонение, стены)			F	p
	Группы респондентов в зависимости от меры дифференцированности концепта				
	1 (n=137)	2 (n=341)	3 (n=225)		
Социальная поддержка	5.17 (2.07)	5.51 (1.95)	5.58 (2.12)	1.906	0.149
Решение проблемы	5.23 (2.00)	5.46 (1.99)	5.94 (1.89)	6.597	0.001
Работа/достижения	5.01 (2.07)	5.43 (1.94)	5.84 (1.89)	7.921	0.000
Беспокойство	5.07 (1.90)	5.41 (2.04)	5.79 (1.97)	5.813	0.003
Друзья	5.51 (1.92)	5.55 (1.91)	5.58 (2.02)	0.050	0.921
Принадлежность	5.13 (1.98)	5.58 (1.99)	5.66 (1.92)	3.408	0.034
Чудо	5.47 (2.08)	5.59 (1.97)	5.84 (2.04)	1.677	0.188
Несовладание	5.40 (1.99)	5.47 (1.91)	5.74 (1.92)	1.761	0.173
Разрядка	5.40 (1.99)	5.35 (1.90)	5.40 (2.00)	0.076	0.927
Общественные действия	5.66 (2.02)	5.46 (1.93)	5.22 (1.77)	2.340	0.097
Игнорирование	5.68 (2.02)	5.28 (1.98)	5.44 (1.87)	2.009	0.135
Самообвинение	5.05 (1.92)	5.26 (1.95)	5.70 (1.84)	5.726	0.003
Уход в себя	5.42 (1.87)	5.31 (1.95)	5.63 (2.02)	1.813	0.164
Религиозная поддержка	5.58 (1.82)	5.58 (2.04)	5.09 (1.95)	4.717	0.009
Позитивный фокус	5.26 (1.96)	5.43 (1.92)	5.52 (1.95)	0.776	0.461
Профессиональная помощь	5.65 (1.89)	5.60 (1.98)	5.22 (2.01)	3.153	0.043
Отвлечение	5.15 (2.01)	5.35 (2.00)	5.62 (1.88)	2.613	0.074
Активный отдых	5.32 (1.92)	5.25 (1.88)	5.35 (1.98)	0.013	0.987