

---

**ПСИХОЛОГИЯ ТРУДА, ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, КОГНИТИВНАЯ ЭРГОНОМИКА/LABOR  
PSYCHOLOGY, ENGINEERING PSYCHOLOGY, COGNITIVE ERGONOMICS**

---

**DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.172.54> EDN: NUPUFE****КУЛЬТУРНЫЕ ФАКТОРЫ И ВОСПРИЯТИЕ СТРЕССА СОТРУДНИКАМИ ОПАСНЫХ ПРОФЕССИЙ**

Научная статья

**Волков С.С.<sup>1,\*</sup>**<sup>1</sup>ORCID : 0009-0004-6638-0285;<sup>1</sup>Российский государственный университет социальных технологий, Москва, Российская Федерация

\* Корреспондирующий автор (volkovss[at]bk.ru)

Предложена: 30.03.2026; Принята: 24.09.2026; Опубликовано: 16.10.2026

**Аннотация**

Статья посвящена анализу влияния культурных факторов на восприятие стресса сотрудниками опасных профессий. Рассматривается вопрос о том, каким образом ценности, нормы профессиональной среды, модели самоконтроля, представления о допустимых эмоциональных реакциях и социально одобряемых способах поведения в условиях риска воздействуют на субъективную оценку стрессовых ситуаций. Анализ построен на сопоставлении отечественной и зарубежной исследовательских традиций: транзакционной модели стресса, кросс-культурных данных о правилах выражения эмоций и работ о барьерах обращения за психологической помощью у сотрудников экстренных служб. Показано, что восприятие стресса у представителей опасных профессий определяется объективной интенсивностью профессиональных нагрузок в сочетании с личностными, организационными и культурно опосредованными факторами. Особое внимание уделено специфике опасных профессий как видов деятельности, связанных с повышенной ответственностью, неопределенностью, необходимостью быстрого принятия решений и регулярным контактом с угрозой. Обосновано, что культура проявляется как на уровне широких социальных и этнопсихологических установок, так и на уровне профессиональной среды, формируя допустимые модели реагирования на стресс, отношение к страху, норму выдержки и способы совладания с напряжением. Практическая значимость исследования связана с возможностью использования полученных выводов при разработке программ психологического сопровождения, диагностики стрессовых состояний и повышения эффективности адаптации специалистов, работающих в условиях высокого профессионального риска.

**Ключевые слова:** стресс, опасные профессии, профессиональный риск, психологическая адаптация, стрессоустойчивость, совладающее поведение, профессиональная культура, ценностные установки, саморегуляция, психологическая безопасность.

**CULTURAL FACTORS AND THE PERCEPTION OF STRESS AMONG WORKERS IN HAZARDOUS  
OCCUPATIONS**

Research article

**Volkov S.S.<sup>1,\*</sup>**<sup>1</sup>ORCID : 0009-0004-6638-0285;<sup>1</sup>Russian State University of Social Technologies, Moscow, Russian Federation

\* Corresponding author (volkovss[at]bk.ru)

Suggested: 30.03.2026; Accepted: 24.09.2026; Published: 16.10.2026

**Abstract**

The article analyses the influence of cultural factors on the perception of stress among workers in hazardous occupations. The question of how values, norms within the professional environment, models of self-regulation, perceptions of acceptable emotional reactions and socially approved behaviours in high-risk situations affect the subjective assessment of stressful situations is examined. The analysis is based on a comparison of domestic and international research traditions: the transactional model of stress, cross-cultural data on rules governing the expression of emotions, and studies on the barriers to seeking psychological help among emergency service personnel. It is demonstrated that the perception of stress among those in high-risk professions is determined by the objective intensity of professional demands, combined with personal, organisational and culturally mediated factors. Particular attention is paid to the specific nature of hazardous professions as types of activity characterised by heightened responsibility, uncertainty, the need for rapid decision-making and regular exposure to threats. It is argued that culture manifests itself both at the level of broad social and ethnopsychological attitudes and at the level of the professional environment, shaping acceptable models of stress response, attitudes towards fear, tolerance thresholds and methods of coping with stress. The practical significance of the research lies in the potential to apply the findings to the development of psychological support programmes, the diagnosis of stress-related conditions, and the improvement of the adaptive capacity of professionals working in high-risk occupational environments.

**Keywords:** stress, hazardous occupations, occupational risk, psychological adaptation, stress resilience, coping behaviour, professional culture, values, self-regulation, psychological safety.

## Введение

Профессиональная деятельность сотрудников опасных профессий осуществляется в условиях повышенного риска, неопределенности, высокой ответственности и регулярного воздействия стрессогенных факторов, при этом наряду с объективными условиями службы восприятие стресса определяется и культурными факторами, включая ценностные установки, групповые нормы, представления о допустимых эмоциональных реакциях, отношении к риску, долгу и профессиональной устойчивости. Актуальность исследования обусловлена необходимостью более глубокого понимания того, каким образом культурный контекст влияет на субъективную оценку стрессовых ситуаций у сотрудников опасных профессий, поскольку именно от этого зависят особенности психологической адаптации, поведенческие стратегии и эффективность профессиональной деятельности.

Цель исследования состоит в выявлении влияния культурных факторов на восприятие стресса сотрудниками опасных профессий. Задачи статьи: раскрыть транзакционное понимание стресса и место культуры в нем; систематизировать факторы, определяющие восприятие стресса у данной профессиональной группы; сопоставить отечественные и зарубежные данные о культурной детерминации совладания. Научная новизна работы заключается в рассмотрении восприятия стресса не только как индивидуально-психологического, но и как культурно опосредованного феномена, формирующегося под воздействием профессиональной среды и системы коллективных норм.

Теоретическая значимость исследования состоит в уточнении представлений о роли культуры в структуре стрессового реагирования сотрудников опасных профессий. Практическая значимость статьи связана с возможностью использования полученных выводов при разработке программ психологического сопровождения, профилактики дезадаптивных состояний и повышения стрессоустойчивости специалистов, работающих в условиях профессионального риска.

Степень разработанности проблемы неоднородна. Зарубежная традиция изучения стресса опирается на транзакционную модель Р. Лазаруса и С. Фолкмана, согласно которой напряжение порождается не самим событием, а его оценкой субъектом [20]. Культурная линия этой традиции сложилась позднее и представлена работами К. Чун, Р. Мооса и Р. Кронкайта о культуре как контексте стресса и совладания [15], исследованиями Д. Мацумото с соавторами о культурных правилах выражения эмоций [21], измерениями культуры Г. Хофстеде [19], а применительно к экстренным службам работами Ч. Регер и Т. Бобера [22], П. Хаугена с соавторами [18] и В. Бергера с соавторами [14]. Отечественные исследования стресса у сотрудников опасных профессий (А.А. Дубинский, Н.Е. Лысенко, И.Ю. Субота, Т.Е. Крысина, Н.А. Долгушина) сосредоточены преимущественно на индивидуально-психологических, психофизиологических и организационных детерминантах. Социокультурная контекстуализация совладания разрабатывается отдельной линией (Т.Л. Крюкова, Т.В. Гущина, О.А. Екимчик, Ю.А. Афанасьева), однако на материале опасных профессий она применялась редко. Соединение двух линий и составляет исследовательскую задачу настоящей статьи.

## Методы и принципы исследования

Исследование выполнено в формате теоретико-аналитической работы и направлено на выявление влияния культурных факторов на восприятие стресса сотрудниками опасных профессий. Эмпирической базой исследования выступили отечественные и зарубежные научные публикации, посвященные психологии стресса, стрессоустойчивости, психологической адаптации, совладающему поведению, психологической безопасности, а также культурным и этнопсихологическим факторам, влияющим на поведение личности в проблемных и профессионально напряженных ситуациях [1], [8], [16], [22]. Отбор зарубежных источников производился по базам PubMed, Springer Link, SAGE Journals и ScienceDirect: в выборку включались обзорные и метааналитические работы по стрессу у сотрудников экстренных служб, а также публикации кросс-культурного направления, в которых культура рассматривается как фактор оценки ситуации и выбора стратегии совладания.

Методологическую основу исследования составили общенаучные методы анализа, синтеза, сравнения, обобщения и систематизации научных данных. С помощью анализа были выделены основные подходы к пониманию стресса, адаптации и стрессоустойчивости у сотрудников опасных профессий; метод сравнения позволил сопоставить результаты исследований, посвященных профессионально-психологическим и культурно обусловленным аспектам стрессового реагирования; метод обобщения использовался для выявления устойчивых взаимосвязей между особенностями профессиональной среды, культурными нормами и субъективным восприятием стресса. В качестве специальных принципов исследования использовались принцип системности, позволяющий рассматривать восприятие стресса как результат взаимодействия индивидуальных, профессиональных и культурных факторов, принцип контекстуальности, ориентированный на учет специфики профессиональной среды опасных профессий, а также принцип междисциплинарности, обеспечивающий соединение психологического и социокультурного анализа.

## Основные результаты

Проведенный анализ показал, что восприятие стресса сотрудниками опасных профессий представляет собой сложный психологический феномен, формирующийся под воздействием объективно экстремальных условий деятельности в совокупности с личностными, профессиональными, организационными и социокультурными факторами. Для таких специалистов стресс не является эпизодическим состоянием, а выступает устойчивым компонентом профессиональной среды, встроенным в повседневную служебную реальность. В связи с этим при изучении данной категории работников важно учитывать наряду с уровнем внешней нагрузки особенности интерпретации риска, угрозы, неопределенности и эмоционального напряжения.

Под опасными профессиями в рамках исследования понимаются виды профессиональной деятельности, осуществляемые в условиях повышенной ответственности, вероятности угрозы жизни и здоровью, дефицита времени, необходимости быстрого принятия решений и постоянной готовности к действиям в нестандартных и экстремальных

обстоятельствах (сотрудники силовых ведомств, МЧС, органов внутренних дел, а также иные специалисты, чья работа сопряжена с высоким уровнем риска и психоэмоционального напряжения). Исследования психологических характеристик сотрудников опасных профессий показывают, что данная профессиональная группа отличается специфическим сочетанием требований к саморегуляции, устойчивости, дисциплине и способности сохранять функциональную эффективность в условиях стресса [5]. Масштаб проблемы фиксируется и международной статистикой. Метарегрессионный анализ 28 исследований, охвативших 20 424 спасателя, дал усредненную распространенность посттравматического стрессового расстройства около 10%, при этом разброс между отдельными выборками объяснялся преимущественно характеристиками выборок и условиями службы, а не тяжестью происшествий [14]. Сопоставимая объективная нагрузка, дающая несопоставимые исходы, служит косвенным доводом в пользу детерминант более высокого порядка.

Специфика психологии стресса у представителей опасных профессий состоит в том, что стрессогенное воздействие в их деятельности носит не случайный, а систематический характер, причем речь идет не только о реакции на отдельные критические события, но и о длительном существовании в режиме повышенной мобилизации, в связи с чем значение приобретает не просто наличие стрессовой нагрузки, а способность сотрудника поддерживать профессиональную дееспособность при регулярном контакте с угрозой, неопределенностью и эмоционально тяжелыми ситуациями. По мнению исследователей, совладающее поведение в таких условиях тесно связано с необходимостью контроля эмоциональных проявлений, ориентацией на выполнение задачи и сдерживанием субъективных реакций ради сохранения работоспособности [4].

Существенный интерес представляет и вопрос о том, каким образом формируется стрессоустойчивость у данной категории специалистов. Авторы считают, что стрессоустойчивость не сводится к простому снижению чувствительности к нагрузке, а включает комплекс когнитивных, эмоциональных и поведенческих механизмов, обеспечивающих сохранение внутренней устойчивости и эффективности деятельности в напряженной ситуации [6]. С этой точки зрения восприятие стресса зависит от того, рассматривает ли субъект ситуацию как разрушительную и неконтролируемую либо как профессионально ожидаемую и поддающуюся регуляции.

Понятие восприятия стресса восходит к транзакционной модели, разработанной Р. Лазарусом и С. Фолкман. Стрессовое состояние возникает в ней как результат двух оценок: первичной, в которой ситуация квалифицируется как угрожающая, и вторичной, в которой субъект соотносит угрозу с собственными ресурсами совладания [20]. Одинаковое по объективным параметрам событие порождает при этом разные состояния в зависимости от того, какими критериями сотрудник пользуется при оценке. Критерии же усваиваются в ходе профессиональной социализации, а не вырабатываются каждым заново.

На восприятие стресса сотрудниками опасных профессий влияет совокупность факторов. Во-первых, это индивидуально-психологические особенности личности, включая уровень самоконтроля, эмоциональной устойчивости и особенности адаптационных ресурсов. Исследования психофизиологических профилей адаптации у специалистов опасных профессий подтверждают, что различия в стрессовом реагировании во многом связаны с неодинаковыми возможностями адаптации и восстановления в условиях моделируемой нагрузки [9]. Во-вторых, значимым фактором выступает профессиональный опыт: возраст, стаж и накопленная практика взаимодействия с опасными ситуациями влияют на то, насколько интенсивно сотрудник воспринимает угрозу и насколько структурированно реагирует на нее [4]. В-третьих, важную роль имеет организационная среда: психологическая безопасность в профессиональном коллективе, наличие поддержки, предсказуемость служебных требований и ощущение защищенности снижают субъективную остроту стрессового воздействия, тогда как дефицит таких условий, напротив, усиливает напряжение и уязвимость сотрудника [7]. В организационной психологии этот эффект описан через понятие командной психологической безопасности, то есть разделяемого убеждения в том, что группа безопасна для межличностного риска: признания ошибки, вопроса, просьбы о помощи [16]. В-четвертых, влияние оказывают личностные механизмы адаптации и саморегуляции — успешное функционирование в условиях риска обеспечивается системой внутренних регуляторов, поддерживающих устойчивость поведения и эмоциональное равновесие в напряженной профессиональной среде [12].

Особое место среди них занимает культура как система норм, ценностей, моделей интерпретации и допустимых форм реагирования. Именно культурный фактор позволяет объяснить, почему даже при сходных профессиональных условиях разные сотрудники по-разному воспринимают напряжение, угрозу и необходимость эмоционального контроля. Культура задает рамку, внутри которой определяется, что считается проявлением силы, слабости, допустимой тревоги, профессиональной выдержки или, напротив, недопустимой эмоциональной реакции. Влияние культуры проявляется, с одной стороны, через более широкие социальные и этнопсихологические модели поведения, а с другой — через нормы самой профессиональной среды. Исследования этнопсихологических и кросс-культурных особенностей совладающего со стрессом поведения показывают, что способы реагирования на напряжение во многом определяются усвоенными представлениями о приемлемом выражении эмоций, обращении за поддержкой и допустимых формах преодоления трудной ситуации [1]. Следовательно, стресс в сознании сотрудника опасной профессии всегда опосредован как его индивидуальными ресурсами, так и культурно закрепленными сценариями поведения.

Развитие транзакционного подхода в кросс-культурном направлении привело к пересмотру места культуры в модели. К. Чун, Р. Моос и Р. Кронкайт показали, что культура не сводится к дополнительной переменной, поскольку задает и репертуар доступных стратегий совладания, и сами критерии оценки ситуации, и допустимость обращения за поддержкой [15]. Эмпирическое подтверждение получено при изучении правил выражения эмоций: опрос более 5 000 респондентов в 32 странах выявил устойчивую связь предписаний о том, какие чувства и перед кем допустимо демонстрировать, с параметрами индивидуализма и коллективизма [21]. Г. Хофстеде фиксирует различия того же

порядка на уровне измерений культуры, включая дистанцию власти и избегание неопределенности, которые прямо затрагивают готовность признать затруднение перед руководителем [19].

Кроме того, культурный фактор проявляется и на уровне повседневных практик, через которые человек усваивает нормы социального взаимодействия и способы оценки происходящего. Культура воздействует на субъекта не абстрактно, а через привычные модели коммуникации, интерпретации событий и оценки собственного состояния [11]. Применительно к опасным профессиям это означает, что сотрудник воспринимает стрессовую ситуацию через призму коллективных ожиданий: необходимости сохранять самообладание, не демонстрировать страх, поддерживать образ профессиональной надежности и контролировать эмоциональные проявления. Для русскоязычной выборки такая зависимость получила эмпирическую проверку: Т.В. Гущина, Т.Л. Крюкова и О.А. Екимчик адаптировали кросс-культурную шкалу совладания и установили, что выбор типа совладания меняется вместе с социокультурным контекстом ситуации, причем российские респонденты чаще прибегали к вовлеченным, а не избегающим стратегиям [3]. Социокультурная контекстуализация совладающего поведения обоснована этими авторами и в монографическом исследовании [8].

Профессиональная норма сдержанности имеет измеримую психологическую цену. Дж. Гросс разграничил две стратегии регуляции эмоций: переоценку ситуации, меняющую ее смысл на ранней стадии, и подавление внешних проявлений, которое включается после того, как переживание уже развернулось; подавление снижает выразительное поведение, однако не уменьшает интенсивность самого переживания и сопровождается издержками для памяти и социального взаимодействия [17]. Для опасных профессий отсюда следует, что безупречный внешний самоконтроль не тождествен благополучию. Сотрудник, полностью соответствующий норме, способен одновременно накапливать напряжение, которое не фиксируется ни наблюдением, ни стандартным самоотчетом.

Наиболее отчетливо культурная детерминация проявляется в готовности обращаться за психологической помощью. Систематический обзор с метаанализом, обобщивший данные по сотрудникам экстренных служб, показал, что около трети опрошенных разделяют стигматизирующие представления о психологической помощи, а опасение огласки и последствий для карьеры относятся к устойчивым барьерам обращения [18]. Ч. Редер и Т. Бобер описывают профессиональную культуру полиции, пожарной охраны и служб скорой помощи как культуру выносливости, в которой признание собственной уязвимости противоречит образу компетентного специалиста [22]. Речь идет не о недостатке знаний о стрессе, а о нормативном запрете, действующем внутри самой профессиональной среды.

Культурная детерминация восприятия стресса тесно связана и с ценностно-нормативными основаниями саморегуляции, здесь высоко значение дисциплины, долга, ответственности и внутренней собранности как основ поведения в сложных ситуациях. В.А. Бодров относит подобные установки к личностным ресурсам преодоления, определяющим выбор стратегии раньше, чем сотрудник осознает сам выбор [2]. Такие установки имеют воспитательное и психологическое значение, поскольку формируют устойчивую модель отношения к стрессу как к профессионально обязательному испытанию, которое должно быть преодолено без утраты контроля и эффективности. Аналогичным образом на восприятие стресса влияет и способность к толерантному поведению в проблемной ситуации, то есть к принятию неопределенности, удержанию конструктивной позиции и отказу от деструктивного эмоционального реагирования [13].

Наконец, обобщение исследований феномена стресса и стрессоустойчивости личности показывает, что стрессовое переживание не может быть объяснено только объективными условиями деятельности, поскольку оно всегда включает субъективную оценку ситуации и внутреннюю систему смыслов [10]. Система смыслов во многом задается профессиональной культурой, ценностными ориентирами и социально одобряемыми формами поведения, отсюда культурные факторы выступают не внешним дополнением к психологии стресса, а одной из ее базовых детерминант, определяющих, как именно сотрудник опасной профессии воспринимает, переживает и регулирует стресс в профессиональной деятельности.

### Обсуждение

Полученные результаты позволяют утверждать, что восприятие стресса сотрудниками опасных профессий не может рассматриваться исключительно как реакция на объективно экстремальные условия деятельности, формируется в результате взаимодействия индивидуальных адаптационных ресурсов, профессионального опыта, особенностей организационной среды и культурно заданных норм реагирования. Даже при сходных служебных нагрузках субъективная интенсивность стрессового переживания, способы его осмысления и формы совладания могут существенно различаться в зависимости от того, какие ценности, модели самоконтроля и представления о профессионально допустимом поведении усвоены сотрудником. Индивидуальная устойчивость, успешность совладающего поведения и способность сохранять функциональность в условиях риска реализуются не вне культурного контекста, а внутри него. Профессиональная культура опасных профессий может усиливать стрессоустойчивость, если поддерживает конструктивные формы самоконтроля и взаимной поддержки, но может и затруднять адаптацию, если закрепляет запрет на выражение переживаний, игнорирование признаков внутреннего напряжения и установку на постоянное эмоциональное подавление.

Сопоставление двух исследовательских линий обнаруживает асимметрию. Зарубежные работы располагают эмпирикой по культурной детерминации совладания и по барьерам обращения за помощью у сотрудников экстренных служб, однако построены преимущественно на выборках Северной Америки, Западной Европы и Восточной Азии [15], [18], [21]. Отечественные исследования опасных профессий дают детальные данные по психофизиологическим и личностным профилям адаптации [9], [12], но культурный компонент в них обычно остается за рамками анализа. Прямой перенос зарубежных результатов на российские силовые ведомства и МЧС в связи с этим неправомерен и требует предварительной проверки на отечественных выборках, тем более что адаптация кросс-культурного инструментария оценки совладания на русскоязычном материале уже выполнена [3].

В качестве рекомендаций предлагаются следующие:

1. Разработка программ психологической подготовки с учетом культурных норм профессиональной среды. Психологическая подготовка сотрудников опасных профессий должна включать, помимо развития стрессоустойчивости и навыков саморегуляции, рефлексии культурных установок, влияющих на отношение к стрессу, что позволит снизить разрыв между формально декларируемой необходимостью психологической устойчивости и реально действующими нормами, запрещающими признание напряжения или обращение за поддержкой.

2. Включение культурного фактора в диагностику профессионального стресса. Оценка стрессового состояния сотрудников должна учитывать, помимо уровня тревожности, истощения или эмоционального напряжения, особенности профессионально усвоенных норм поведения, что позволит точнее выявлять скрытые формы дезадаптации, когда внешне контролируемое поведение сочетается с высоким внутренним напряжением.

3. Развитие дальнейших исследований в сравнительном и эмпирическом направлении. Перспективным представляется изучение различий в восприятии стресса у сотрудников разных опасных профессий, а также анализ того, как особенности организационной и профессиональной культуры влияют на выбор стратегий совладания. Кроме того, необходимы эмпирические исследования, позволяющие сопоставить влияние культурных факторов с личностными и психофизиологическими характеристиками в реальных профессиональных группах, в том числе с применением уже адаптированного кросс-культурного инструментария оценки совладания [3].

### Заключение

В результате проведенного исследования установлено, что восприятие стресса сотрудниками опасных профессий представляет собой сложный и многокомпонентный феномен, формирующийся под воздействием объективных условий профессионального риска в сочетании с личностными, организационными и культурными факторами. Анализ показал, что культура выступает значимой детерминантой стрессового реагирования, задавая нормы интерпретации угрозы, допустимые формы эмоционального выражения, модели самоконтроля и способы совладания в напряженных ситуациях. Выявлено, что профессиональная среда опасных профессий не только предъявляет повышенные требования к стрессоустойчивости, но и формирует особые ценностно-нормативные установки, через которые сотрудник воспринимает и оценивает стрессогенные воздействия. Эффективное изучение и психологическое сопровождение представителей опасных профессий требует учета культуры не как внешнего фона, а как одного из базовых факторов, определяющих субъективную оценку напряжения, характер адаптации и выбор поведенческих стратегий. Полученные выводы согласуются с зарубежной традицией изучения стресса, в которой культура рассматривается как контекст оценки ситуации, а не как внешнее обстоятельство [15], [20]. Перспективы дальнейших исследований связаны с проведением эмпирических сравнительных работ, направленных на выявление различий в восприятии стресса у представителей различных опасных профессий, а также с более детальным изучением влияния профессиональной, организационной и этнокультурной среды на механизмы стрессоустойчивости и психологической адаптации.

### Конфликт интересов

Не указан.

### Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

### Conflict of Interest

None declared.

### Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

### Список литературы / References

1. Афанасьева Ю.А. Этнопсихологические и кросс-культурные особенности совладающего со стрессом поведения / Ю.А. Афанасьева // Кейс-стади в психотерапии и психологическом консультировании: сборник тезисов II Международной научно-практической конференции / Академия интегральной психодинамической психотерапии. — Москва, 2023. — С. 89–93.
2. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. — Москва: ПЕР СЭ, 2006. — 528 с.
3. Гущина Т.В. Культура, стресс и копинг : влияние социокультурного контекста на выбор типа совладания / Т.В. Гущина, Т.Л. Крюкова, О.А. Екимчик // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETика. — 2014. — № 4. — С. 144–148.
4. Долгушина Н.А. Совладающее поведение и профессиональный стресс представителей экстремальных профессий / Н.А. Долгушина // Неделя науки 2023: сборник тезисов. — Ростов-на-Дону; Таганрог, 2023. — С. 241–244.
5. Дубинский А.А. Психологические характеристики сотрудников опасных профессий с учетом возрастной и профессиональной специфики / А.А. Дубинский, О.Ю. Рашевская, В.Г. Булыгина [и др.] // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. — 2024. — Т. 12. — № 3 (46). — С. 253–263.
6. Елисеев Д.В. Теоретический обзор изучения проблемы стрессоустойчивости в психологии / Д.В. Елисеев, Н.Г. Иванова // Образование, инновации, исследования как ресурс развития сообщества: материалы III Всероссийской научно-практической конференции. — Чебоксары, 2024. — С. 22–24.
7. Крысина Т.Е. Обеспечение психологической безопасности сотрудников органов внутренних дел / Т.Е. Крысина, А.В. Алдошин // Наука-2020. — 2024. — № 2 (69). — С. 117–123.

8. Крюкова Т.Л. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения / Т.Л. Крюкова, Т.В. Гущина. — Кострома: Костромской государственный университет имени Н.А. Некрасова; Костромской государственный технологический университет, 2015. — 236 с.
9. Лысенко Н.Е. Психологические профили адаптации в условиях моделирования стресса у специалистов опасных профессий / Н.Е. Лысенко, В.Г. Булыгина, О.Ю. Рашевская [и др.] // Российский психиатрический журнал. — 2024. — № 2. — С. 79–87.
10. Морозов А.В. Феномен стресса и стрессоустойчивости личности / А.В. Морозов // Человеческий фактор: Социальный психолог. — 2026. — № 1 (57). — С. 128–138.
11. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология: учебник для студентов вузов / Т.Г. Стефаненко. — Москва: Аспект Пресс, 2007. — 368 с.
12. Субота И.Ю. Личностные механизмы психологической адаптации сотрудников силовых ведомств и МЧС / И.Ю. Субота // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. — 2024. — Т. 13. — № 4-1. — С. 166–175.
13. Тагирова Р.А. Факторы, определяющие толерантное поведение личности в проблемной ситуации / Р.А. Тагирова, Д.Р. Эльдарханов // Тенденции развития науки и образования. — 2024. — № 116-3. — С. 102–104.
14. Berger W. Rescuers at risk : a systematic review and meta-regression analysis of the worldwide current prevalence and correlates of PTSD in rescue workers / W. Berger, E.S.F. Coutinho, I. Figueira [et al.]. // Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. — 2012. — Vol. 47. — № 6. — P. 1001–1011. — DOI: 10.1007/s00127-011-0408-2.
15. Chun C.A. Culture: a fundamental context for the stress and coping paradigm / C.A. Chun, R.H. Moos, R.C. Cronkite // Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping / Ed. by P.T.P. Wong, L.C.J. Wong. — Boston: Springer, 2006. — P. 29–53. — DOI: 10.1007/0-387-26238-5\_2.
16. Edmondson A. Psychological safety and learning behavior in work teams / A. Edmondson // Administrative Science Quarterly. — 1999. — Vol. 44. — № 2. — P. 350–383. — DOI: 10.2307/2666999.
17. Gross J.J. Emotion regulation : affective, cognitive, and social consequences / J.J. Gross // Psychophysiology. — 2002. — Vol. 39. — № 3. — P. 281–291. — DOI: 10.1017/S0048577201393198.
18. Haugen P.T. Mental health stigma and barriers to mental health care for first responders: a systematic review and meta-analysis / P.T. Haugen, A.M. McCrillis, G.E. Smid [et al.] // Journal of Psychiatric Research. — 2017. — Vol. 94. — P. 218–229. — DOI: 10.1016/j.jpsychires.2017.08.001.
19. Hofstede G. Cultures and organizations : software of the mind / G. Hofstede, G.J. Hofstede, M. Minkov. — New York: McGraw-Hill, 2010. — 561 p.
20. Lazarus R.S. Stress, appraisal, and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman. — New York: Springer Publishing Company, 1984. — 445 p.
21. Matsumoto D. Mapping expressive differences around the world : the relationship between emotional display rules and individualism versus collectivism / D. Matsumoto, S.H. Yoo, J. Fontaine [et al.]. // Journal of Cross-Cultural Psychology. — 2008. — Vol. 39. — № 1. — P. 55–74. — DOI: 10.1177/0022022107311854.
22. Regehr C. In the line of fire: trauma in the emergency services / C. Regehr, T. Bober. — New York: Oxford University Press, 2005. — 304 p.

### Список литературы на английском языке / References in English

1. Afanaseva Yu.A. Etnopsikhologicheskie i kross-kulturnie osobennosti sovladayushchego so stressom povedeniya [Ethnopsychological and Cross-Cultural Characteristics of Stress-Coping Behaviour] / Yu.A. Afanaseva // Keis-stadi v psikhoterapii i psikhologicheskom konsultirovanii: sbornik tezisev II Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii / Akademii integralnoi psikhodinamicheskoi psikhoterapii [Case Studies in Psychotherapy and Psychological Counselling: Proceedings of the 2nd International Scientific and Practical Conference / Academy of Integral Psychodynamic Psychotherapy]. — Moscow, 2023. — P. 89–93. [in Russian]
2. Bodrov V.A. Psikhologicheskii stress: razvitiye i preodoleniye [Psychological stress: its development and how to cope with it] / V.A. Bodrov. — Moscow: PER SE, 2006. — 528 p. [in Russian]
3. Gushchina T.V. Kultura, stress i koping : vliyaniye sotsiokulturnogo konteksta na vikor tipa sovladaniya [Culture, Stress and Coping: The Influence of the Sociocultural Context on the Choice of Coping Strategy] / T.V. Gushchina, T.L. Kryukova, O.A. Yekimchik // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta imeni N.A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika [Bulletin of the N.A. Nekrasov Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics]. — 2014. — № 4. — P. 144–148. [in Russian]
4. Dolgushina N.A. Sovladayushchee povedeniye i professionalnii stress predstavitelei ekstremalnikh professii [Coping Behaviour and Occupational Stress Among Those in High-Risk Professions] / N.A. Dolgushina // Nedelya nauki 2023: sbornik tezisev [Science Week 2023: Proceedings of Abstracts]. — Rostov-on-Don; Taganrog, 2023. — P. 241–244. [in Russian]
5. Dubinskii A.A. Psikhologicheskie kharakteristiki sotrudnikov opasnikh professii s uchetom vozrastnoi i professionalnoi spetsifiki [Psychological characteristics of workers in hazardous occupations, taking into account age-related and occupational factors] / A.A. Dubinskii, O.Yu. Rashevskaya, V.G. Buligina [et al.] // Lichnost v menyayushchemsya mire: zdorove, adaptatsiya, razvitiye [The Individual in a Changing World: Health, Adaptation, Development]. — 2024. — Vol. 12. — № 3 (46). — P. 253–263. [in Russian]
6. Yeliseev D.V. Teoreticheskii obzor izucheniya problemi stressoustoichivosti v psikhologii [A Theoretical Review of Research into Stress Resilience in Psychology] / D.V. Yeliseev, N.G. Ivanova // Obrazovanie, innovatsii, issledovaniya kak resurs razvitiya soobshchestva: materialy III Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii [Education, Innovation and



- Research as a Resource for Community Development: Proceedings of the 3rd All-Russian Scientific and Practical Conference]. — Cheboksari, 2024. — P. 22–24. [in Russian]
7. Krisina T.E. Obespechenie psikhologicheskoi bezopasnosti sotrudnikov organov vnutrennikh del [Ensuring the psychological safety of law enforcement officers] / T.E. Krisina, A.V. Aldoshin // Nauka-2020 [Science-2020]. — 2024. — № 2 (69). — P. 117–123. [in Russian]
8. Kryukova T.L. Kultura, stress i koping: sotsiokulturnaya kontekstualizatsiya sovladayushchego povedeniya [Culture, Stress and Coping: The Sociocultural Contextualisation of Coping Behaviour] / T.L. Kryukova, T.V. Gushchina. — Kostroma: N.A. Nekrasov Kostroma State University; Kostroma State Technological University, 2015. — 236 p. [in Russian]
9. Lisenko N.E. Psikhofiziologicheskie profili adaptatsii v usloviyakh modelirovaniya stressa u spetsialistov opasnikh professii [Psychophysiological profiles of adaptation under simulated stress conditions among professionals in high-risk occupations] / N.E. Lisenko, V.G. Buligina, O.Yu. Rashevskaya [et al.] // Rossiiskii psikhiatricheskii zhurnal [Russian Journal of Psychiatry]. — 2024. — № 2. — P. 79–87. [in Russian]
10. Morozov A.V. Fenomen stressa i stressoustoichivosti lichnosti [The Phenomenon of Stress and Stress Resilience in the Individual] / A.V. Morozov // Chelovecheskii faktor: Sotsialnii psikholog [The Human Factor: Social Psychologist]. — 2026. — № 1 (57). — P. 128–138. [in Russian]
11. Stefanenko T.G. Etnopsikhologiya: uchebnik dlya studentov vuzov [Ethnopsychology: A Textbook for University Students] / T.G. Stefanenko. — Moscow: Aspekt Press, 2007. — 368 p. [in Russian]
12. Subota I.Yu. Lichnostnie mekhanizmi psikhologicheskoi adaptatsii sotrudnikov silovikh ведомств i MChS [Personal Mechanisms of Psychological Adaptation among Staff of Law Enforcement Agencies and the Ministry of Emergency Situations] / I.Yu. Subota // Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzori i sovremennye issledovaniya [Psychology: Historical-Critical Reviews and Contemporary Research]. — 2024. — Vol. 13. — № 4-1. — P. 166–175. [in Russian]
13. Tagirova R.A. Faktori, opredelyayushchie tolerantnoe povedenie lichnosti v problemnoi situatsii [Factors Determining Tolerant Behaviour in Problematic Situations] / R.A. Tagirova, D.R. Eldarkhanov // Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya [Tendencies in the Development of Science and Education]. — 2024. — № 116-3. — P. 102–104. [in Russian]
14. Berger W. Rescuers at risk : a systematic review and meta-regression analysis of the worldwide current prevalence and correlates of PTSD in rescue workers / W. Berger, E.S.F. Coutinho, I. Figueira [et al.]. // Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology. — 2012. — Vol. 47. — № 6. — P. 1001–1011. — DOI: 10.1007/s00127-011-0408-2.
15. Chun C.A. Culture: a fundamental context for the stress and coping paradigm / C.A. Chun, R.H. Moos, R.C. Cronkite // Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping / Ed. by P.T.P. Wong, L.C.J. Wong. — Boston: Springer, 2006. — P. 29–53. — DOI: 10.1007/0-387-26238-5\_2.
16. Edmondson A. Psychological safety and learning behavior in work teams / A. Edmondson // Administrative Science Quarterly. — 1999. — Vol. 44. — № 2. — P. 350–383. — DOI: 10.2307/2666999.
17. Gross J.J. Emotion regulation : affective, cognitive, and social consequences / J.J. Gross // Psychophysiology. — 2002. — Vol. 39. — № 3. — P. 281–291. — DOI: 10.1017/S0048577201393198.
18. Haugen P.T. Mental health stigma and barriers to mental health care for first responders: a systematic review and meta-analysis / P.T. Haugen, A.M. McCrillis, G.E. Smid [et al.] // Journal of Psychiatric Research. — 2017. — Vol. 94. — P. 218–229. — DOI: 10.1016/j.jpsychires.2017.08.001.
19. Hofstede G. Cultures and organizations : software of the mind / G. Hofstede, G.J. Hofstede, M. Minkov. — New York: McGraw-Hill, 2010. — 561 p.
20. Lazarus R.S. Stress, appraisal, and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman. — New York: Springer Publishing Company, 1984. — 445 p.
21. Matsumoto D. Mapping expressive differences around the world : the relationship between emotional display rules and individualism versus collectivism / D. Matsumoto, S.H. Yoo, J. Fontaine [et al.]. // Journal of Cross-Cultural Psychology. — 2008. — Vol. 39. — № 1. — P. 55–74. — DOI: 10.1177/0022022107311854.
22. Regehr C. In the line of fire: trauma in the emergency services / C. Regehr, T. Bober. — New York: Oxford University Press, 2005. — 304 p.