

-УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ -

Дата поступления рукописи в редакцию: 07.03.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3830-2026-2-338-344

Дата принятия рукописи в печать: 18.03.2026 г.

ПОЛЯКОВА Янина Николаевна,

кандидат психологических наук,
ведущий научный сотрудник НИЦ-2 ФКУ НИИ
ФСИН России, г. Москва, Российская Федерация,
доцент кафедры уголовного права и криминологии
Ростовского института (филиал) ВГУЮ
(РПА Минюста России),
e-mail: ynpolyakova@yandex.ru

КОНЦЕПЦИЯ СТРЕССА

Аннотация. В статье рассматривается феномен осознания личностью своей неспособности удовлетворить требованиям среды и деятельности, который приводит к стрессу.

Ключевые слова: деятельность, концепция, стресс, эмоции, переживания, профессиональный стресс, стрессогенная ситуация, среда.

POLYAKOVA Ya.N.,

leading researcher,
Federal State Institution Research Institute
of the Federal Penitentiary Service of Russia,
Moscow, Russian Federation;
Candidate of Psychological Sciences

THE CONCEPT OF STRESS

Annotation. This article discusses the phenomenon of awareness of one's inability to meet environmental demands, which leads to stress.

Key words: activity, concept, stress, emotions, experiences, occupational stress, stressful situation, environment.

Наиболее востребованной до настоящего времени остается концепция стресса Р. Лазаруса. Согласно этой концепции, стресс определяется как феномен осознания личностью своей неспособности удовлетворить требованиям среды и деятельности. В иной формулировке эта ситуация обозначается как несоответствие внешних и внутренних потребностей адаптивным ресурсам индивида. Осознаваемая угроза является центральной характеристикой стрессогенной ситуации, особенно, если она существует для актуальных ценностей и целей индивида. В своей концепции Р. Лазарус указывает на то, что адаптация к среде определяется эмоциями, и переживание угрозы является ключевым механизмом эмоционального стресса. В индивидуальном развитии человека эмоции и чувства играют важную социализирующую роль, выступая значимым фактором формирования личности. На базе положительных эмоциональных переживаний появляются, и закрепляются потребности и интересы человека. Стресс дезор-

ганизует деятельность человека и оказывает негативное влияние на психологическое состояние и физическое здоровье человека [14].

Развивая учение о стрессе, Р. Лазарус разграничил физиологический стресс, связанный с реальным раздражителем, и психический стресс, при котором человек на основе индивидуальных знаний и опыта оценивает предстоящую ситуацию как угрожающую. Осознание этого несоответствия влечет за собой негативную оценку ситуации в форме разочарования, когда вред уже нанесен, либо конфликта, когда в наличии есть две или более несовместимых мотиваций, либо угрозы, и существует возможность нанесения вреда в будущем. При возникновении переживания стресса немедленно разворачивается реакция на стресс, а именно вступают в действие разнообразные механизмы психологической защиты личности, изменяется функциональное состояние и поведение [15].

Когнитивная теория психологического стресса продолжает развиваться и совершен-

ствоваться, особенно в аспектах выбора стратегий предупреждения стресса и значения ресурсов человека. Особенно значимым в данной теории является возможность оценить стресс через категорию потери человеческих ресурсов, включающие предметную сферу (поведенческая активность), резервы, личностные характеристики и энергетические показатели. Психологический стресс развивается при реальной или воображаемой потере ресурса или при невозможности восстановления потраченного ресурса. По мнению Р. Лазаруса, отсутствует точное определение стресса, а различные теории, модели и представления о сущности стресса во многом противоречат друг другу [16].

В рамках психологического аспекта выделяется ряд направлений и одно из них — психосоциальное. Современные исследователи А. В. Вальдман, М.М. Козловская, О.С. Медведев выражают неудовлетворенность изолированным рассмотрением стресс-реакции как комплекса биохимических (энергетических) процессов или исследования отдельных нейрофизиологических, вегетативных коррелятов психологического стресса. Такой подход к изучению стресса не учитывает влияние психосоциальных факторов, их критических значений на развитие стресса у человека и роль когнитивных процессов в регуляции стрессовых реакций и преодолении стресса [17].

В психологии стресса разработаны разные теории и модели, отражающие взаимосвязь поведения субъектов в обществе и состояния напряжения в отношениях, сопровождающих групповые процессы. В исследованиях, которые посвящены взаимодействию личности и среды, утверждается, что стресс может возникать из-за несоответствия требований рабочей среды индивидуальным возможностям и психологическим ресурсам человека. По мнению А. Б. Леоновой, данный подход позволяет определить факторы, которые вызывают стресс на рабочем месте и влияют на формирование специфических проявлений стресса, а также их негативные последствия для аспектов труда, физического и психического здоровья специалистов [18].

Д. Мечаник в своей модели стресса центральным элементом считает адаптацию. Автор определяет механизм адаптации как способ, с помощью которого индивид справляется с ситуацией и со своими чувствами, вызванными этой ситуацией. Адаптация имеет два проявления: преодоление — борьба с ситуацией, целенаправленное поведение и принятие адекватных решений при встрече с жизненными задачами и требованиями, и защита — борьба с чувствами, вызванными ситуацией. Т. Кокс, полагает, что наиболее точно стресс может быть определен как часть

динамичной и комплексной системы взаимодействия человека: с окружающей его средой, как индивидуально воспринимаемый феномен, причинами которого являются психологические процессы [19].

Возникновение проблемы, которая определяется как воздействие на человека стимулов или условий, которые требуют от него превышения либо ограничения обычного уровня деятельности сопровождается напряжением функций организма. Интегративная модель стресса имеет в своей основе взаимосвязь поведения человека в обществе и состояния напряжения в отношениях, сопровождающих групповые процессы. Данная модель наиболее точно, по нашему мнению, рассматривает стресс с позиций воздействия, предшествовавших ему факторов и его последствий. Стресс возникает вследствие складывающейся неблагоприятной системы взаимоотношений между человеком и средой. Центральное место в данной модели отведено проблеме, которая требует от человека принятия решения. В случае, если проблема не решается — напряжение нарастает и развивает стресс [20].

В современном понимании стресс дифференцируется на жизненный и профессиональный стресс. Профессиональный стресс следует рассматривать в рамках общего понятия «стресс» как частный случай психологического стресса. При большом разнообразии точек зрения и исследовательских традиций можно выделить три основных подхода к анализу профессионального стресса: экологический, транзактный и регуляторный. В экологическом подходе стресс понимается как результат взаимодействия индивида с окружающей средой, профессиональный стресс рассматривается как ответная реакция на неблагополучие в профессиональной деятельности; в транзактном подходе — как индивидуально-приспособительная реакция человека на осложнение ситуации; в регуляторном подходе — как особый класс состояний, который отражает механизм регуляции деятельности в затрудненных условиях [21].

Изучение профессионального стресса имеет свои истоком универсальную закономерность, которая установлена в исследованиях Р. Йеркса и Дж. Додсона. Выявленная закономерность отражает взаимосвязь интенсивности переживаемых человеком эмоций, степени активации нервной системы и эффективности деятельности. Рост активизации нервной системы до критического уровня повышает эффективность деятельности только на определенное время. Дальнейшая активизация нервной системы в условиях продолжающегося воздействия сильных эмоций приводит к снижению показателей деятельности. В дальнейшем этот результат был

многократно подтвержден и обобщен в виде закона, связывающего эффективность деятельности с уровнем неспецифической активации в трудах У.З. Фримана и Р.Б. Маимо [22].

П. Фрессом автор было показано, что оптимальный диапазон сложной деятельности достигается при меньшем уровне активации по сравнению с относительно простой и описано два принципиально различных типа изменений работоспособности при стрессе. Первый тип изменений характеризуется сохранением исходного уровня работоспособности при возрастании функциональных затрат (учащение пульса, повышение экскреции адреналина, норадреналина, кортизола). При втором типе изменений работоспособность подчиняется закону Йеркса-Додсона, а физиологические показатели остаются неизменными. В зависимости от индивидуальной формы реакции, обусловленной личностными особенностями — исходным состоянием, субъективной значимостью деятельности и другими факторами, человек в состоянии стресса меняет свою работоспособность. Это изменение в большей степени касается стиля деятельности. Отмечается склонность к предпочтению упрощенных оценок, односторонних волевых решений, стереотипных и импульсивных действий; пренебрежение вспомогательными и контролирующими операциями. Нарушается равномерность темпа работы и последовательность реализации заданного алгоритма, поведение утрачивает гибкость. При этом внешняя продуктивность деятельности может оставаться без изменений. Таким образом, стресс оказывает многостороннее влияние на поведение и работоспособность человека [23].

В психологии существуют разные модели профессионального стресса. Наибольший интерес для нас представляет Мичиганская модель, созданная в Институте социальных исследований Мичиганского университета (США). Согласно данной модели, стресс обусловлен социальным окружением и отражает особенности восприятия человеком и его реакций на факторы этого окружения [24].

В рамках когнитивного подхода свою модель профессионального стресса предложил Г.Р. Хокей. Разница между требованиями деятельности и когнитивными ресурсами субъекта инициирует активность человека в адаптации, приобретении новых навыков и в принятии решения, усилить использование когнитивных ресурсов. Согласно модели Г.Р. Хокей, для снятия рассогласования необходимо изменение оценки уровня требований или целей деятельности, или управления внешними условиями труда. Последнее возможно только в тех видах профессиональной деятельности, в том числе и педагогической, для которых характерен высокий уровень субъектив-

ного контроля, и эффективная деятельность может быть сохранена без дополнительных усилий путем, более целесообразного планирования или эффективной организации труда [25].

Каждая из разработанных теорий и моделей стресса внесла весомый вклад в развитие и понимание этого психологического феномена, хотя имеет свои ограничения. Опираясь на вышеописанные теории и модели, под профессиональным стрессом мы понимаем интегративное психическое состояние человека, которое характеризуется недостаточной степенью адаптации индивида к воздействию экстремальных факторов среды и профессиональной деятельности, детерминируется уровнем активации ресурсов организма и психики индивида, проявляется в показателях его функционального состояния и работоспособности.

Ю. В. Щербатых описывает профессиональный стресс, разделяя его на отдельные виды: учебный стресс, стресс медицинских работников, стресс руководителя, спортивный стресс. Автор связывает профессиональные причины стрессов с недостаточными знаниями, умениями и навыками, в отдельных случаях — со здоровьем человека. Причины стрессов личностного характера чаще всего, по мнению автора, связаны с низкой самооценкой, неуверенностью в себе, страхом неудачи и неуверенностью в своем будущем [26].

По мнению А. Б. Леоновой, профессиональный стресс — более широкое понятие, чем организационный стресс или «стресс на работе». Организационный стресс проявляется в виде психического напряжения, возникающего в ответ на несовершенство организационных условий труда, высокие нагрузки при выполнении профессиональных обязанностей на рабочем месте в конкретной организационной структуре, на необходимость поиска решений в неординарных, непривычных ситуациях. Профессиональный стресс детерминирован субъективным образом личностного и профессионального саморазвития, амбициями человека и появляется в ответ на требования и трудности, предъявляемые к нему профессией [27].

Необходимо отметить, что самый высокий уровень стресса отмечен у людей, осуществляющих деятельность в системе отношений «человек — человек». В первую очередь к этой категории относятся врачи, педагоги и психологи [28].

Согласно систематизации стрессоров, произведенной В. А. Абабковыми М. Перре, межличностное взаимодействие также можно отнести к хроническим стрессорам. Интенсивное межличностное взаимодействие, необходимость в активных, часто длительных коммуникациях с разными субъектами пенитенциарного процесса, в разных

социальных контекстах являются постоянно присутствующими в деятельности уголовно-исполнительной системы стимулами, имеющих зачастую негативный характер. Специалисты в области стресса считают, что длительный стресс, который связан с хроническим воздействием негативных факторов, даже если их интенсивность невелика, воздействует значительно тяжелее, чем сильные, но однократные стрессоры, причем даже тогда, когда стрессовая ситуация прекращена [29].

Также необходимо осветить такое понятие как стрессоустойчивость, потому что впоследствии мы будем с ним сталкиваться. Существует большое количество определений феномена стрессоустойчивости и описаний ее проявлений.

Согласно П. Б. Зильберману, стрессоустойчивость является сложным, многоуровневым, интегративным системным свойством, которое позволяет человеку адекватно воспринимать стрессогенные события и активно преодолевать стресс. В. А. Бодров рассматривает стрессоустойчивость как сложную динамичную характеристику, определяющую способность человека противостоять стрессовому воздействию или совладать со многими стрессовыми ситуациями, активно преобразовывая их или приспосабливаясь к ним, сохраняя целостность организма и личности [30].

А. Б. Леонова полагает, что стрессоустойчивость не является статистическим свойством человека, должна рассматриваться как динамичная величина, которая обладает ситуативной изменчивостью и опосредованная когнитивно-аффективной оценкой ситуации и ресурсами человека. Н. Е. Водопьянова в своих трудах описывает следующие характеристики стрессоустойчивости: способность к социальной адаптации, сохранение значимых межличностных связей, обеспечение успешной самореализации, достижение целей [31].

Е. С. Романова выделяет профессиональные качества, которые так или иначе связаны со стрессоустойчивостью и могут выступать в качестве ее структурных компонентов. Среди них - коммуникативные навыки, психологическая и эмоциональная устойчивость, терпимость и безоценочное отношение к людям, стремление к самопознанию и саморазвитию, способность изменять способы решения задач в соответствии с изменяющимися условиями среды [32].

В силу специфики профессиональной деятельности стресс у сотрудников УИС носит накопительный характер. Сотрудник часто не имеет возможности своевременно отреагировать на стресс, вследствие чего происходит его накопление и концентрация, что таит в себе опасность развития последней стадии стресса — истощения и эмоционального выгорания. И. Г.

Малкина-Пых отмечает, что даже при нормализации ситуации накопившееся эмоциональное напряжение: может не ослабевать, расстраивая деятельность – систему организма. При неоднократном повторении или длительности аффективных реакций в связи с затянувшимися трудностями эмоциональное возбуждение может принять застойную стабильную форму [33].

Стресс в пенитенциарной деятельности носит, кроме того, пролонгированный, протяженный во времени характер. Фактор времени является важной характеристикой развития профессионального стресса сотрудников. В число важных временных аспектов, которые необходимо рассматривать относительно рабочих стрессоров, входят частота, продолжительностью повторяемость воздействия фактора. А. Пардин провел экспериментальный анализ длительности занятия какой-либо работой и подтвердил предположение о том, что люди, занимающиеся какой-либо сложной работой длительное время могут находиться в стрессовой ситуации, соответственно, дольше испытывать большее влияние стрессоров и напряжения. Специфика деятельности уголовно-исполнительной системы предполагает, что сотрудник выполняет работу, продолжительное время и переживания, связанные с профессиональной деятельностью, не прекращаются с завершением рабочего дня. Негативным следствием воздействия стрессовых нагрузок является тотальная выраженность проявлений стресса у сотрудников во всех аспектах: физическом, эмоциональном, когнитивном и поведенческом [34].

Имеющиеся исследования профессионального стресса полностью не раскрывают многих важных аспектов формирования профессионального стресса у разных категорий людей, что затрудняет формирование адекватных путей профилактики и коррекции профессионального стресса, неблагоприятно отражается на эффективности, качестве профессиональной деятельности и на состоянии здоровья специалистов. Разработка актуальной проблемы стресса требует использования адекватной методической базы для комплексной оценки профессионального стресса. Однако в отечественной психологии практически не существует специализированных методик для диагностики стресса в профессиональной деятельности.

Таким образом, анализ исследований в области стресса свидетельствует о том, что первичное понятие «стресс» в ходе изучения претерпело значительные изменения, связанные с расширением сферы его применения, с изучением различных аспектов этой проблемы: причин, проявлений, регуляции, преодоления стресса. Применение данного понятия не всегда обосновано,

иногда им подменяются другие близкие по смыслу термины, что приводит к неоднозначности во взглядах на сущность тех или иных психических явлений, противоречивости полученных данных, отсутствию строгих критериев при их интерпретации, использованию неадекватных методических приемов и диагностических средств исследования.

Понятие стресса в современном его понимании сложилось в ходе физиологических, психофизиологических и психологических исследований данного феномена. Итогом комплексных, междисциплинарных исследований можно считать определения стресса как психологического феномена, включающего в себя несколько его определений: как ответной реакции организма на травмирующее воздействие; как ситуации, отягощающей и усложняющей течение событий; как эмоциональной реакции на определенное событие (стрессовое переживание); как трансактного процесса взаимодействия и столкновения с окружающим миром.

Список литературы:

- [1] Вилкова А. В. Духовно-нравственные ценности несовершеннолетних осужденных и особенности социально-образовательной среды / А. В. Вилкова // В сборнике: педагогика и современное образование. Материалы Всероссийской научно-практической конференции аспирантов, соискателей, докторантов, научных руководителей, молодых ученых, специализирующихся в области образования. Сер. «Библиотека аспиранта» Санкт-Петербург. 2022. С. 32-36.
- [2] Смородинская И. А. Основные функции деловой беседы / А. В. Вилкова, И. А. Смородинская, В. Ю. Бунтина // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2021. С. 115-122.
- [3] Ковалев О. Г. Криминогенная ситуация в сфере коррупционной преступности, ее детерминанты / А. В. Вилкова, О. Г. Ковалев, А. Ю. Гапонов // Тенденции развития науки и образования. 2021. № 76-4. С. 34-35.
- [4] Сухарева Е. В. Педагогические и оперативно-розыскные меры профилактики пенитенциарной преступности несовершеннолетних / А. В. Вилкова, Е. В. Сухарева // Вопросы педагогики. 2021. № 7. С. 47-51.
- [5] Швырев Б. А. Порядок организации обучения пожарно-техническому минимуму сотрудников воспитательных колоний / Б. А. Швырев, А. В. Вилкова, В. МС. Литвишков // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2020. С. 165-173.
- [6] Литвишков В. М. Стороны делового общения / А. В. Вилкова, В. М. Литвишков // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва. 2020. С. 131-144.
- [7] Фадеева С. А. Делинкветное поведение как разновидность отклоняющегося поведения / А. В. Вилкова, С. А. Фадеева // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2019. С. 66-68.
- [8] Вилкова А. В. Психолого-педагогическое изучение и социально-психологическая характеристика личности несовершеннолетних осужденных. Москва. 2018.
- [9] Вилкова А. В. Приветственное слово профессора Алевтины Владимировны Вилковой / А. В. Вилкова // В сборнике: Духовно-нравственное воспитание личности в пенитенциарной системе: педагогические и социально-психологические аспекты. Тверь, 2025. С. 8.
- [10] Вилкова А. В. О нравственных качествах молодых ученых / А. В. Вилкова, Я. Н. Полякова // Вестник Самарского юридического института. 2025. № 3(64). С. 107-112.
- [11] Вилкова А. В., Ковтуненко Л. В., Полякова Я. Н. Подготовка научных кадров высшей квалификации для уголовно-исполнительной системы: проблемы и стратегии развития // Вестник Уфимского юридического института МВД России. 2025. № 4(110). С. 189-195.
- [12] Ковтуненко Л. В., Вилкова А. В., Полякова Я. Н. Роль научного коллектива как субъекта в профессиональном становлении молодого ученого // Вестник Воронежского государственного университета. Серия: Проблемы высшего образования. 2025. № 3. С. 62-65.
- [13] Вилкова А. В., Лукашенко Д. В. Самооценка личности несовершеннолетних осужденных / В сборнике: Уголовно-исполнительная система: законодательство, теория и практика. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти российского ученого-пенитенциариста заслуженного юриста Российской Федерации доктора юридических наук, профессора О. В. Филимонова. В 2-х частях. Самара, 2025. С. 87-93. Сборник статей круглого стола. Тверь, 2025. С. 87-93.
- [14] Лазарус, Р.С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу // Психологические факторы на работе и охрана здоровья / Р. С. Лазарус. -М.; Женева, 1989. С.121-126.
- [15] Стрессы. Стрессоустойчивость как способ предупреждения конфликтов // Конфликтология / Под ред. В.П. Ратникова. 2-е изд. перераб. и доп. М: ЮНИТИ-ДАНА, 2007. – с. 231

- [16] Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. -М.: ПЕР СЭ, 2006. – с.347.
- [17] Абабков, В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб.: Речь, 2009. – с. 84
- [18] Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. - 2000. - № 3. - С. 4-21.
- [19] Кокс Т., Маккей К. Трансактный подход к изучению производственного стресса // Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития. Хрестоматия / Сост. А. Б. Леонова, О. Н. Чернышева. М.: Изд-во Радикс, 1995.
- [20] Бодров, В.А. Проблема преодоления стресса. 4.2: Процессы и ресурсы преодоления стресса / В.А. Бодров. // Психологический журнал, 2006. -Т. 27.-№2.-С. 113-123.
- [21] Банников, В.В. Влияние социально-психологических компонентов стрессоустойчивости на эффективность деятельности персонала организации: дис. ... канд. психол. наук: М., 2003. - С. 156.
- [22] Розов, В.И. Психологическая подготовка к деятельности в условиях профессионального стресса // Психопрофилактическая работа с персоналом: научно-методические и организационно-практические вопросы. -Киев: КНУВС, 2007.
- [23] Стресс и копинг как факторы влияния // Клиническая психология / Под ред. М. Перре, У. Баумана. СПб.: Питер, 2002. - С. 358-388.
- [24] Алиев, Х. Защита от стресса. Как сохранить и реализовать себя в современных условиях. — М., 1996., - с.137
- [25] Тигранян Р.А. Стресс и его значение для организма. М.: Наука, 1998., - с.152
- [26] Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В.Щербатых. СПб.: Питер, 2008. – с.76
- [27] Лозгачева О.В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации: На примере юридического Вуза. дис. ...канд. психол. наук: Екатеринбург, 2004. С. 158.
- [28] Куликов, Л.В. Психология настроения. СПб., 1997., - с.183
- [29] Гринберг Дж. Управление стрессом. СПб: Питер, 2004. – с.312
- [30] Катунин, А. П. Стрессоустойчивость как психологический феномен // Молодой ученый. — 2012. — №9. — С. 243-246.
- [31] Баранов, А.А. Стрессоустойчивость и мастерство педагога / А.А.Баранов. — Ижевск: УдГУ, 1997. - с. 55
- [32] Куликов, Л. В. Стресс и стрессоустойчивость личности // Теоретические и прикладные вопросы психологии. - Вып.1. —Ч.1. —СПб.: Изд-во СПбУ, 1995., - с.129
- [33] Психология и этика делового общения: Учебник для вузов / Под ред. проф. В.Н. Лавриненко. - 4-е изд., перераб. и доп. М.: ЮНИТИ - ДАНА, 2005. - 415 с. (вторая часть лекции - глава 13. Стрессы. Обретение стрессоустойчивости в деловом общении. Стр. 286- 306).
- [34] Купцов, И.И. Психология профессиональной деятельности: Курс лекций. – Рязань: Издательство «Рязанская областная типография», 2013. – с. 32

References:

- [1] Vilkova A.V. Spiritual and moral values of juvenile convicts and features of the socio-educational environment/A.V. Vilkova//In the collection: pedagogy and modern education. Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference of Graduate Students, Applicants, Doctoral Students, Supervisors, Young Scientists Specializing in Education. Ser. "Postgraduate Library" St. Petersburg. 222. S. 32-36.
- [2] Smorodinskova I. A. The main functions of a business conversation/A. V. Vilkov, I. A. Smorodinskova, V. Yu. Buntin//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow, 2021. S. 115-122.
- [3] Kovalev O. G. Criminogenic situation in the field of corruption crime, its determinants/A. V. Vilkova, O. G. Kovalev, A. Yu. Gaponov//Trends in the development of science and education. 2021. № 76-4. S. 34-35.
- [4] Sukhareva E.V. Pedagogical and operational-search measures for the prevention of juvenile penitentiary crime/A.V. Vilkova, E.V. Sukhareva//Questions of pedagogy. 2021. № 7. S. 47-51.
- [5] Shvyrev B. A. Procedure for Organizing Fire-Technical Minimum Training for Employees of Educational Colonies/B. A. Shvyrev, A. V. Vilkova, V. M. Litvishkov//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow, 2020. S. 165-173.
- [6] Litvishkov V. M. Parties to business communication/A. V. Vilkov, V. M. Litvishkov//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow. 2020. S. 131-144.
- [7] Fadeeva S. A. Delinquent behavior as a type of deviant behavior/A. V. Vilkov, S. A. Fadeev//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow, 2019. S. 66-68.

- [8] A. V. Vilkova. Psycholor-pedagogical study and socio-psychological characteristics of the personality of juvenile convicts. Moskva.2018.
- [9] Vilkova A.V. Welcome speech of Professor Alevtina Vladimirovna Vilkova/A.V. Vilkova//In the collection: Spiritual and moral education of a person in the penitentiary system: pedagogical and socio-psychological aspects. Tver, 2025. P. 8.
- [10] Vilkova A.V. On the moral qualities of young scientists/A.V. Vilkova, Y. N. Polyakova//Bulletin of the Samara Law Institute. 2025. № 3(64). S. 107-112.
- [11] Vilkova A. V., Kovtunen L. V., Polyakova Y. N. Training of highly qualified scientific personnel for the penitentiary system: problems and development strategies//Bulletin of the Ufa Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia. 2025. № 4(110). S. 189-195.
- [12] Kovtunen L.V., Vilkova A.V., Polyakova Y. N. The role of the scientific team as a subject in the professional development of a young scientist//Bulletin of Voronezh State University. Series: Higher Education Challenges. 2025. № 3. S. 62-65.
- [13] Vilkova A. V., Lukashenko D. V. Self-assessment of the personality of juvenile convicts//In the collection: The penal system: legislation, theory and practice. Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation, dedicated to the memory of the Russian scientist-penitentiary Honored Lawyer of the Russian Federation, Doctor of Law, Professor O. V. Filimonov. In 2 parts. Samara, 2025. S. 87-93. Collection of roundtable articles. Tver, 2025. S. 87-93.
- [14] Lazarus, R.S. Individual sensitivity and resilience to psychological stress//Psychological factors at work and health protection/R. S. Lazarus. -M.; Geneva, 1989. P.121-126.
- [15] Stresses. Stress resistance as a way to prevent conflicts//Conflictology/Ed. V.P. Ratnikov. 2nd ed. reworked. and add. M: UNITY-DANA, 2007. - from 231
- [16] Bodrov, V.A. Psychological stress: development and overcoming. -M.: PER SE, 2006. - p.347.
- [17] Ababkov, VA, Perret M. Adaptation to stress. Fundamentals of theory, diagnosis, therapy. St. Petersburg: Speech, 2009. - p. 84
- [18] A.B. Leonova. Basic approaches to the study of occupational stress//Vestn. Mosk. University. Ser. 14. Psychology. - 2000. - № 3. - S. 4-21.
- [19] Cox T, Mackay K. Transactional Approach to the Study of Occupational Stress//Labor Psychology and Organizational Psychology: Current State and Development Prospects. Anthology/Comp. A. B. Leonova, O. N. Chernysheva. M.: Radics Publishing House, 1995.
- [20] Bodrov, V.A. The problem of overcoming stress. 4.2: Processes and resources for overcoming stress/V.A. Bodrov. //Psychological Journal, 2006. -T. 27. - NO. 2.-S. 113-123.
- [21] Bannikov, V.V. The influence of socio-psychological components of stress resistance on the effectiveness of the organization's personnel: dis.... cand. psychol. sciences: M., 2003. - S. 156.
- [22] Rozov, V.I. Psychological preparation for activities in conditions of professional stress//Psychoprophylactic work with personnel: scientific, methodological and organizational and practical issues. -Kiev: KNUVS, 2007.
- [23] Stress and coping as influencing factors//Clinical psychology/Ed. M. Perret, W. Bauman. St. Petersburg: Peter, 2002. - S. 358-388.
- [24] Aliyev, X. Protection against stress. How to preserve and realize yourself in modern conditions. - M., 1996., - p.137
- [25] Tigranyan RA Stress and its significance for the body. M.: Nauka, 1998., - p.152
- [26] Shcherbatykh, Yu.V. Psychology of Stress and Correction Methods/Yu.V. Shcherbatykh. St. Petersburg: Peter, 2008. - s.76
- [27] O.V. Lozgacheva. Formation of stress resistance at the stage of professionalization: On the example of the University of Law. dis.... cand. psychol. sciences: Yekaterinburg, 2004. S. 158.
- [28] Kulikov, L.V. Psychology of mood. St. Petersburg, 1997., - p. 183
- [29] Greenberg J. Stress Management. St. Petersburg: Peter, 2004. - p.312
- [30] Katunin, A.P. Stress resistance as a psychological phenomenon//Young scientist. — 2012. — №9. - S. 243-246.
- [31] Baranov, A.A. Stress resistance and skill of the teacher/A.A. Baranov. - Izhevsk: Udsu, 1997. - p. 55
- [32] Kulikov, L.V. Stress and stress resistance of the personality//Theoretical and applied questions of psychology. - Issue 1. - Ch.1. - St. Petersburg: Publishing House of St. Petersburg University, 1995., - p.129
- [33] Psychology and ethics of business communication: Textbook for universities/Ed. Prof. V.N. Lavrinenko. - 4th ed., Revised and add. M.: UNITY - DANA, 2005. - 415 p. (the second part of the lecture - chapter 13. Stresses. Finding stress resistance in business communication. Page 286- 306).
- [34] Kuptsov, I.I. Psychology of professional activity: Course of letii. - Ryazan: Publishing house "Ryazan regional printing house," 2013. - p. 32

