

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД

Научная статья

УДК 159.9

DOI: 10.18384/3033-6414-2025-4-60-72

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И ЛИЧНОСТНЫХ ЧЕРТ С УРОВНЕМ ВОСПРИНИМАЕМОГО СТРЕССА У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Андреева А. Д., Бегунова Л. А., Лисичкина А. Г.*

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
г. Москва, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор, e-mail: al1975@spartak.ru

Поступила в редакцию 16.09.2025

Принята к публикации 08.10.2025

Аннотация

Цель. Выявить прогностические и модерационные эффекты влияния личностных черт и ответственности на уровень воспринимаемого стресса у старших подростков.

Процедура и методы. В исследовании приняли участие 462 респондента 14–17 лет, проживающие в г. Москве и г. Орске. В соответствии с целями исследования в качестве психологического инструмента были использованы методики: «Ответственность у подростков»; «Пятифакторный личностный опросник»; опросник «Шкала воспринимаемого стресса».

Результаты. Подтвердилась гипотеза о том, что у учащихся старшего подросткового возраста уровень воспринимаемого стресса определяется совокупностью личностных черт и переживанием личной ответственности за события своей жизни. Выявлены прогностические эффекты влияния личностных черт и ответственности за события своей жизни на уровень воспринимаемого стресса у старших подростков. Обнаружено, что нейротизм, открытость опыту и совесть как эмоциональный компонент ответственности вносят основной вклад в выраженность воспринимаемого стресса. Установлены модерационные эффекты влияния совести как эмоционального регулятора личной ответственности и открытости опыту как когнитивной оценки ситуации на снижение уровня воспринимаемого стресса у учащихся старшего подросткового возраста.

Теоретическая и/или практическая значимость. Выявление личностных ресурсов снижения уровня воспринимаемого стресса расширяет представления об условиях и факторах психологического благополучия старших подростков.

Ключевые слова: воспринимаемый стресс, ответственность, старшие подростки, личностные черты

Для цитирования: Андреева А. Д., Бегунова Л. А., Лисичкина А. Г. Взаимосвязь ответственности и личностных черт с уровнем воспринимаемого стресса у старших подростков // Психологические науки. 2025. № 4. С. 60–72. <https://doi.org/10.18384/3033-6414-2025-4-60-72>

Original research article

RESPONSIBILITY AND PERSONAL FEATURES RELATION TO THE LEVEL OF STRESS PERCEIVED BY OLDER ADOLESCENTS

A. Andreeva, L. Begunova, A. Lisichkina*

Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation

**Corresponding author, e-mail: al1975@spartak.ru*

Received by the editorial office 16.09.2025

Accepted for publication 08.10.2025

Abstract

Aim. To identify the predictive and moderating effects of personal features and responsibility on the level of stress perceived by older adolescents.

Methodology. The study involved 462 respondents aged 14–17, living in Moscow and Orsk. In accordance with the objectives of the study, the following methods were used as a psychological tool: “Responsibility in Adolescents”, “Five-Factor Personality” questionnaire, and “Perceived Stress Scale” questionnaire.

Results. The hypothesis was confirmed that the level of stress perceived by older adolescents is determined by a combination of both personal features and the experience of personal responsibility for the events of their lives. The predictive effects, caused by influence of personal features and responsibility for the events of their lives on the level of stress perceived by older adolescents, were revealed. It was found that neuroticism, openness to experience, and conscience as an emotional component of responsibility make the main contribution to the severity of perceived stress. Moderating effects caused by both conscience influence as an emotional regulator of personal responsibility and openness to experience as a cognitive assessment of the situation on reducing the level of stress perceived by older adolescents were established.

Research implications. Identifying personal resources for reducing the level of perceived stress expands the understanding of the conditions and factors of older adolescents’ psychological well-being.

Keywords: perceived stress, responsibility, older teenagers, personality traits

For citation: Andreeva, A. L., Begunova, L. A., Lisichkina, A. G. (2025). Responsibility and Personal Features Relation to the Level of Stress Perceived by Older Adolescents. In: *Psychological Sciences*, 4, 60–72. <https://doi.org/10.18384/3033-6414-2025-4-60-72>

ВВЕДЕНИЕ

Воспринимаемый стресс – субъективное восприятие уровня напряжённости ситуации, оценка жизненных событий как неконтролируемых и избыточных. Термин предложен Р. С. Лазарусом, показавшим, что восприятие человеком

объективных стрессовых событий определяется субъективной оценкой их стрессогенности. Позднее Ш. Козном был разработан психологический инструмент для диагностики степени, в которой ситуации в жизни человека оцениваются как стрессовые [1; 2; 3].

Субъективный уровень воспринимаемого стресса определяется не только реальной остротой наличной ситуации, но и совокупностью психологических характеристик, регулирующих эмоциональные и поведенческие реакции на события текущей жизни. Такими регуляторами выступают как личностные качества человека, так и социально обусловленные особенности поведения.

Личностные черты представляют собой устойчивые характеристики индивидуального поведения, мышления, эмоциональных реакций, проявляющихся в различных ситуациях. Одним из наиболее эффективных походов к изучению влияния личностных черт на поведение субъекта является модель «Большая пятёрка», в которой всё разнообразие личностных черт объединено в 5 факторов: нейротизм, открытость опыту, добросовестность, доброжелательность и экстраверсия [4].

Ответственность – социально ценное качество личности, определяющее направленность поведения субъекта на соблюдение принятых в обществе социальных и моральных норм, на выполнение ролевых обязанностей. Одним из механизмов реализации ответственного поведения является совесть как эмоциональное переживание ответственности перед обществом и самим собой. В. Д. Шадриков подчёркивает, что ответственное поведение человека регулируется не только принятием социальных и нравственных норм, но и личностным смыслом, придающим поступку соответствующую эмоциональную окраску, т. е. совестью [5; 6]. Основным периодом формирования социальной ответственности является старший подростковый и юношеский возраст, хотя первые проявления ответственного поведения можно наблюдать уже и у младших школьников. Ответственность выступает эффективным регулятором не только поведения субъекта, но и оценки им жизненных событий.

Цель исследования – выявить прогностические и модерационные эффекты влияния личностных черт и ответственности на уровень воспринимаемого стресса у старших подростков.

Гипотеза: у учащихся старшего подросткового возраста уровень воспринимаемого стресса определяется совокупностью личностных черт и переживанием личной ответственности за события своей жизни.

Характеристика выборки. Исследование учащихся 14–17 лет ($M = 15,9$, $SD = 1,11$) проведено в 2024–2025 учебном году. Выборку составили 527 респондентов (185 юношей, 342 девушки), проживающие в г. Москве (349 человек) и г. Орске (178 человек). Респонденты давали своё согласие на прохождение опроса. Получено 462 валидных протокола исследований (134 юноши и 328 девушек).

Методы исследования. В соответствии с целями исследования в качестве психологического инструмента были использованы методики:

- «Ответственность у подростков» [7];
- «Пятифакторный личностный опросник» [8];
- опросник «Шкала воспринимаемого стресса (версии PSS-14)» [9].

Обработка результатов проведена методами описательной статистики, корреляционного и регрессионного анализа, методом модерации, методом многофакторного дисперсионного анализа.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Результаты описательных статистик и проверка нормальности распределения представлены в таблице 1. Отсутствие нормального распределения данных по всем методикам было ожидаемо, т. к. результаты тестов основаны на ранжировании личностных особенностей, воспринимаемого стресса и готовности к ответственному поведению. Величины стандартной ошибки асимметрии по шкалам методик (0,114) и эксцесса (0,227)

Таблица 1 / Table 1

Описательные статистики, критерии нормального распределения и надёжности /
Descriptive statistics, normality criteria, and reliability

Описательные статистики	Методики						
	Ответственность у подростков	Шкала воспринимаемого стресса PSS-14	Пятифакторный личностный опросник				
			Экстр. - интров. F1	Нейротизм F2	Открытость F3	Сознательность F4	Доброжелательность F5
М (среднее)	87,71	42,26	9,29	9,31	10,15	9,49	9,92
SD (стд. отклонение)	11,528	11,549	3,144	3,318	2,609	9,49	2,775
Асимметрия	-0,494	-1,099	-0,283	-0,199	-0,404	-0,247	-0,215
Экссесс	0,135	0,626	-0,008	-0,583	0,046	-0,300	-0,272
α (альфа Кронбаха)	0,838	0,893	0,893	0,719	0,584	0,721	0,603
Критерий Колмогорова-Смирнова	0,078	0,201	0,082	0,082	0,082	0,082	0,082
Критерий Шапиро-Уилка	0,982	0,880	0,982	0,982	0,982	0,982	0,982
Значимость критериев нормального распределения	0,00001	0,00001	0,00001	0,00001	0,00001	0,00001	0,00001

Примечание: распределение результатов по всем методикам отличается от нормального.
Источник: данные авторов.

позволяют использовать параметрические статистические методы обработки результатов.

Обнаружено, что 82,7% респондентов имеют высокий уровень воспринимаемого стресса, 14% – средний и 3,3% – низкий уровень (рис. 1).

Продemonстрированный нашими респондентами высокий уровень воспринимаемого стресса (82,7% участников исследования) можно рассматривать как возрастную закономерность психологического развития в юношеском возрасте, обусловленную сочетанием социальной ситуации развития, связанной с определением своего будущего, активным освоением «взрослого мира», и психофизиологической неустойчивостью нервной системы. В определённой степени эти данные отражают возрастные закономерности становления эмоциональной сферы подростков. Л. И. Божович подчёркивала, что подросткам свойственно эмоционально воспринимать происходящие с ними события и ситуации, приписывая им глобальное значение [10].

Современные исследования высшей нервной деятельности показывают, что психофизиологическая неустойчивость нервной системы подростков обусловлена продолжением активного формирования корково-подкорковых связей головного мозга [11].

Повышенную эмоциональность в подростковом и юношеском возрасте исследователи связывают не только с бурной

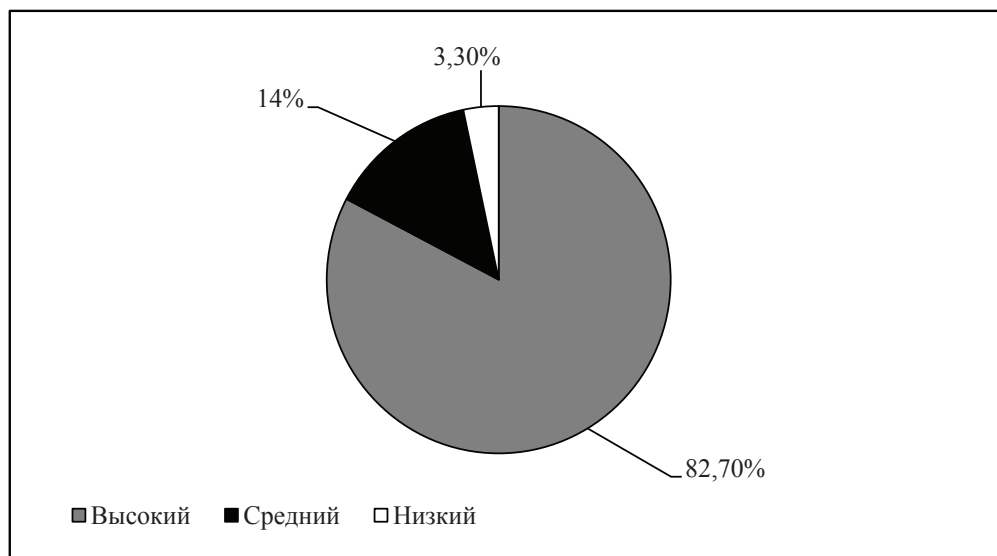


Рис. 1 / Fig. 1. Результаты оценки уровня воспринимаемого стресса респондентами (%) / Assessment results of the level of perceived stress by respondents (%)

Источник: данные авторов.

нейрогуморальной перестройкой всех систем и функций организма, но и с изменившейся социальной ситуацией развития, предъявляющей новые требования к личной ответственности за принимаемые решения и поступки. Становление чувства взрослости меняет самосознание подростка, его представление о себе и самооценку, дезорганизует его психологическое благополучие [12].

Оценка достоверности групповых различий по показателям шкалы воспринимаемого стресса и определение их размера проводились методом многофакторного дисперсионного анализа (ANCOVA). В качестве зависимой переменной вводилась шкала воспринимаемого стресса, в роли независимых переменных выступали пол и ковариат-регион проживания. Оценка распределения всех независимых переменных для сравниваемых групп с применением критерия Ливиня показала равенство дисперсий ($p > 0,05$). Ковариат-регион проживания значительно связан со шкалой воспринимаемого стресса, $B = 65,065$, 95% CI [-19,25, -15,94], $SE = 8,326$, $\beta = 0.691$, $p < 0.001$. Обе неза-

висимые переменные вместе объясняют 52% дисперсии результатов по шкале воспринимаемого стресса, $R^2 = 0.525$, $p < 0.001$.

Были получены значимые региональные различия по шкале воспринимаемого стресса на уровне $p < 0.0001$: учащиеся Московского региона в большей степени воспринимают свою жизнь как напряжённую и трудно контролируемую ($M = 47,38$), чем учащиеся, проживающие в г. Орске ($M = 29,73$). Более высокий уровень воспринимаемого стресса у московских старшеклассников может быть связан с высоким ритмом и темпом жизни в мегаполисе, перегруженностью текущей жизни событиями и впечатлениями, с которыми их нервная система справляется с трудом (рис. 2).

В тоже время девушки, независимо от региона проживания, имеют значимо более высокие показатели по шкале воспринимаемого стресса ($M = 44,5$), чем юноши ($M = 37,6$). Результаты анализа подтвердили наличие значимых различий по полу после учёта региона проживания, $F = 47,978$, $p = 0,0001$ (рис. 2). Иными сло-

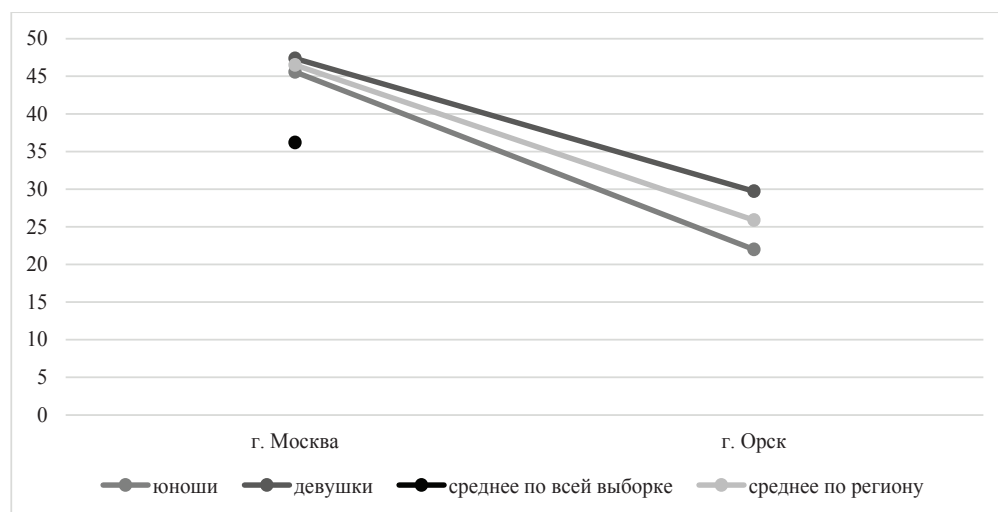


Рис. 2 / Fig. 2. Гендерные и региональные различия по средним значениям шкалы воспринимаемого стресса / Gender and regional differences in the average values of the perceived stress scale

вами, девушки в большей степени, чем юноши, воспринимают свою жизнь как переполненную событиями, трудно контролируемую и потенциально стрессогенную, что отражает их эмоциональную чувствительность и уязвимость. Данные исследований, направленных на описание переживаемого подростками стресса, свидетельствуют о том, что существуют гендерные различия в поведенческих проявлениях реакции на стресс [13–14]. Для девочек-подростков характерна негативная самооценка, размышления и уход в себя, в то время как реакция мальчиков-подростков чаще принимает форму отклоняющегося поведения, такого, как употребление психоактивных веществ, правонарушения, агрессивное поведение. Результаты исследований показывают, что и взрослые женщины чаще мужчин страдают от расстройств, связанных со стрессом, и более уязвимы к ним, особенно в период гормональных перестроек [15; 16; 17].

Близкие данные приводятся в работах И. О. Тачилович с соавторами (2024), Л. А. Головей, О. С. Галашевой (2022), показавших, что инфраструктура района проживания является одним из важных

факторов повседневной жизни, влияющих на уровень стресса, причём девушки сильнее, чем юноши, реагируют на условия небезопасного проживания. Девушки чаще воспринимают как стрессовые не только ситуации потенциального насилия, но и гендерно-нейтральные ситуации (экология, безопасность транспорта, кражи и т.п.) [18]. Девушки, в отличие от юношей, часто сообщают о взволновавших их ситуациях, депрессивных симптомах и стрессорах [17].

Дальнейший анализ данных был направлен на изучение возрастных особенностей восприятия подростками стрессовых ситуаций и проводился для всей выборки в целом, без учёта вполне объяснимых половых и региональных различий в уровне воспринимаемого стресса.

Результаты корреляционного анализа данных, полученные по методикам «Шкала воспринимаемого стресса», «Пятифакторный личностный опросник» и «Ответственность у подростков», представлены в таблице 2.

Обнаружено, что уровень воспринимаемого стресса в наибольшей степени положительно связан с такими личностными чертами как нейротизм и откры-

Таблица 2 / Table 2

Коэффициенты корреляции Спирмена между результатами методик «Шкала воспринимаемого стресса», «Пятифакторный личностный опросник» и «Ответственность у подростков» / Spearman's correlation coefficients between the results of the methods "Scale of perceived stress", "Five-factor personality questionnaire" and "Responsibility in adolescents"

Методики		Пятифакторный личностный опросник					Шкала воспринимаемого стресса
Ответственность		F1	F2	F3	F4	F5	PSS-14
Ответственность у подростков	Общий уровень	,200**	,105*	,444**	,465**	,497**	,265**
	Поддержка	,246**	,132**	,425**	,449**	,488**	,299**
	Самоконтроль	0,069	-0,086	,337**	,557**	,256**	0,078
	Совость	,112*	,306**	,238**	0,009	,342**	,307**
	Социальная ответств.	,157**	,127**	,296**	,175**	,284**	0,083
	Окружающий мир	,107*	,130**	,398**	,257**	,285**	,180**
	Избегание ответств.	0,081	-0,071	,141**	,290**	,300**	0,086
PSS-14		,264**	,386**	,354**	,115*	,169**	1

Примечание: **. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

*. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

F1 – экстраверсия – интроверсия, F2 – нейротизм – эмоциональная устойчивость, F3 – открытость – закрытость новому опыту, F4 – сознательность – несобранность, F5 – доброжелательность – враждебность

Источник: данные авторов.

тость опыту, а также с эмоциональным регулятором ответственности – совестью. Применительно к феномену ответственности совесть рассматривается как её эмоциональный регулятор, психологический механизм самоконтроля, опирающийся на общественные и личные ценности [5; 7].

Для выявления прогностического эффекта личностных черт и ответственности за события своей жизни на уровень воспринимаемого стресса был проведён регрессионный анализ, где в качестве зависимой переменной использован показатель воспринимаемого стресса как возрастающая характеристика, а предикторами являлись все личностные черты и

шкалы опросника «Ответственность у подростков». Применение пошагового отбора показало, что вклад в выраженность воспринимаемого стресса вносят такие личностные черты как нейротизм и открытость опыту, а также единственный компонент ответственности – совесть (табл. 3).

Скорректированный R^2 для полученной модели составил 0,20, следовательно, не менее 20% объяснённой дисперсии по шкале воспринимаемого стресса приходится на рассматриваемые параметры: нейротизм, открытость опыту и совесть.

Очевидно, что эмоциональная подвижность и неустойчивость, присущая подростковому возрасту, обостряет вос-

Таблица 3 / Table 3

Вклад личностных черт и компонентов ответственности в шкалу воспринимаемого стресса (вся выборка) / Contribution of personal features and responsibility components to the perceived stress scale (full presentation of samples)

Показатель	R ²	Adj. R ²	SE	F	Предикторы	Beta	p-level	Tolerance	VIF
Шкала воспринимаемого стресса	0,205	0,200	10,332	39,346	нейротизм	0,334	0,001	0,865	1,155
					открытость опыту	0,138	0,002	0,890	1,123
					совесть	0,124	0,005	0,882	1,134

Примечание: Adj. R² – скорректированный коэффициент детерминации, SE – стандартная ошибка оценки, F – критерий Фишера, Beta – стандартизованный коэффициент регрессии, p-level – уровень значимости, Tolerance – толерантность (статистики коллинеарности), VIF – КРД (статистики коллинеарности).

Источник: данные авторов.

приятие событий жизни как стрессогенных, повышает именно эмоциональный компонент ответственности, т. е. совесть. Открытость опыту интерпретируется как когнитивная характеристика личности, направленная на переработку, принятие или отвержение сложившейся ситуации, отражающая креативность или ригидность мышления [8].

Модерационный анализ позволил выявить эффекты влияния открытости опыту и совести на уровень воспринимаемого стресса. Были построены две модели, отражающие свойственные старшим подросткам стратегии регуляции своего состояния в стрессовых ситуациях.

В первой модели уровень воспринимаемого стресса как возрастная характеристика выступал в качестве зависимой переменной, нейротизм – в качестве пре-

диктора, а совесть – в качестве модератора. Такая диспозиция соответствует пониманию феномена совести К. Изардом [20]. Относя совесть к высшим чувствам, он подчёркивает, что это не только переживание вины или личной ответственности за сложившуюся ситуацию, но в то же время это выбор такого стиля поведения, которое снизит интенсивность переживания вины. Был обнаружен значительный эффект связи между шкалой воспринимаемого стресса и нейротизмом ($b = 1,19$, $BCa\ CI [0,91; 1,46]$, $z = 8,41$, $p < 0.001$). При этом у респондентов с высокими показателями по шкале совести нейротизм оказывает меньшее влияние на уровень воспринимаемого стресса ($b = 1.06$, $BCa\ CI [0,67, 1.46]$, $z = 5,31$, $p < 0.001$). У респондентов с низким ($b = 1.32$, $BCa\ CI [0,93, 1.70]$, $z = 6,73$, $p < 0.001$) и средним

показателями по шкале совести ($b = 1,19$, $BCa\ CI [0,91, 1,47]$, $z = 8,40$, $p < 0,001$) связь между нейротизмом и уровнем воспринимаемого стресса усиливается (рис. 3). Таким образом, можно сделать вывод о том, что совесть как эмоциональный регулятор ответственности за события своей жизни выступает модератором влияния нейротизма на уровень воспринимаемого стресса. Полученный результат соответствует психотерапевтической практике, показывающей, что эффективность лечения подростков с соматическими заболеваниями повышается при использовании когнитивно-поведенческой терапии, когда снижение стресса происходит на основе эмоционального принятия ситуации и активной позиции в отношении лечения [21].

Во второй модели шкала воспринимаемого стресса также выступала в качестве зависимой переменной, нейротизм – в качестве предиктора, а открытость опыту – в качестве модератора. По данным ряда исследований, открытость опыту предоставляет субъекту возможность когнитивной оценки сложившейся ситуации, снижает восприятие её как угрожающей, выступая тем самым в роли регулятора уровня воспринимаемого стресса [22; 23; 24].

Вновь был обнаружен значительный эффект связи между шкалой воспринимаемого стресса и нейротизмом ($b = 1,22$,

$BCa\ CI [0,94, 1,49]$, $z = 8,69$, $p < 0,001$). Установлено, что у респондентов с высокими показателями открытости опыту нейротизм оказывает меньшее влияние на уровень воспринимаемого стресса ($b = 0,948$, $BCa\ CI [0,05, 1,31]$, $z = 5,19$, $p < 0,001$). При низком ($b = 1,501$, $BCa\ CI [1,12, 1,88]$, $z = 7,78$, $p < 0,001$) и среднем уровне открытости опыту ($b = 1,124$, $BCa\ CI [0,94, 1,50]$, $z = 8,67$, $p < 0,001$) связь между нейротизмом и шкалой воспринимаемого стресса усиливается (рис. 4). Таким образом, можно сделать вывод о том, что открытость опыту как когнитивная оценка наличной ситуации выступает модератором влияния нейротизма на уровень воспринимаемого стресса.

Результаты проведённого исследования показали, что модерационный эффект влияния совести (как эмоционального регулятора ответственности за события своей жизни) и открытости опыту (как когнитивной оценки наличной ситуации) влияет на снижение уровня воспринимаемого стресса у старших подростков. Этот результат нашего исследования полностью соответствует пониманию феномена воспринимаемого стресса как субъективного чувства неконтролируемости, избыточности жизненных событий. Старшие подростки, опирающиеся на когнитивную оценку ситуации и регуляцию эмоционального отношения к ней как личностно значимой, меньше подвержены

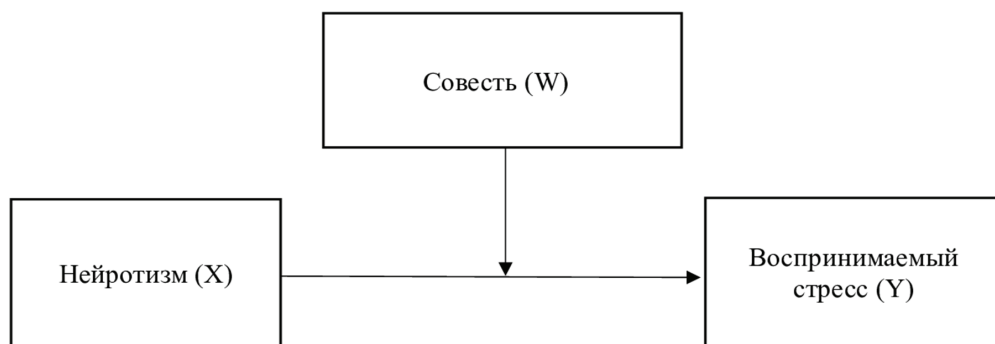


Рис. 3 / Fig. 3. Анализ модерации / Moderation Analysis

Источник: данные авторов.



Рис. 4 / Fig. 4. Анализ модерации / Moderation Analysis

Источник: данные авторов.

восприятию жизненных ситуаций как неконтролируемых и стрессогенных, чем их сверстники с низким и средним уровнем совести и открытости опыту. Обе модели выступают ресурсом преодоления воспринимаемого стресса в зависимости от содержания конкретной ситуации.

ВЫВОДЫ

1. Высокий уровень воспринимаемого стресса у старших подростков выступает в качестве одной из возрастных характеристик психологического развития в старшем подростковом возрасте, обусловленной сочетанием социальной ситуации развития, связанной с определением своего будущего, и психофизиологической неустойчивостью нервной системы.

2. Обнаружено, что учащиеся Московского региона в большей степени воспринимают свою жизнь как напряжённую и трудно контролируемую, чем учащиеся, проживающие в г. Орске. Более высокий уровень воспринимаемого стресса у московских старшеклассников может быть связан с ритмом и темпом жизни мегаполиса, избыточностью событий и впечатлений в их повседневной жизни.

3. Девушки, независимо от региона проживания, имеют значимо более высокие показатели по шкале воспринимаемого стресса, чем юноши, что отражает их большую эмоциональную чувствительность и уязвимость.

4. Подтвердилась гипотеза о том, что у учащихся старшего подросткового возраста уровень воспринимаемого стресса определяется совокупностью личностных черт и переживанием личной ответственности за события своей жизни.

5. Установлены прогностические эффекты влияния личностных черт и ответственности за события своей жизни на уровень воспринимаемого стресса у старших подростков. Обнаружено, что вклад в выраженность воспринимаемого стресса вносят такие личностные черты, как нейротизм и открытость опыту, и такой компонент ответственности, как совесть.

6. Установлены модерационные эффекты влияния совести как эмоционального регулятора личной ответственности и открытости опыту как когнитивной оценки ситуации на снижение уровня воспринимаемого стресса у учащихся старшего подросткового возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Lazarus R. S. Psychological Stress and the Coping Process (Психологический стресс и процесс преодоления). New York: McGraw-Hill, 1966. 466 p.
2. Lazarus R. S. Psychological Stress and Coping in Adaptation and Illness (Психологический стресс и копинги в адаптации и болезни) // International Journal of Psychiatry in Medicine. 1974. Vol. 5. № 4. P. 321–333. DOI: 10.2190/T43T-84P3-QDUR-7RTP.

3. Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A Global Measure of Perceived Stress (Глобальный показатель воспринимаемого стресса) // *Journal of Health and Social Behavior*. 1983. Vol. 24. № 4. P. 385–396.
4. McCrae R. R., Terracciano A. Personality Profiles of Cultures Project. Universal Features of Personality Traits from the Observer's Perspective: Data from 50 Cultures (Проект «Личностные профили культур». Универсальные характеристики личностных качеств с точки зрения наблюдателя: данные по 50 культурам) // *Journal of personality and social psychology*. 2005. Vol. 88. № 3. P. 547–561. DOI: 10.1037/0022-3514.88.3.547.
5. Шадриков В. Д. Совесть: психолого-философский анализ // *Психологический журнал*. 2018. Т. 39. № 1. С. 5–14. DOI: 10.7868/S0205959218010014.
6. Знаков В. В. Понимание субъектом правды о моральном поступке другого человека: нормативная этика и психология нравственного сознания // *Психологический журнал*. 1993. Т. 14. № 1. С. 32–43.
7. Данилова Е. Е., Бегунова Л. А., Андреева Д. А. Методика «Ответственность у подростков»: разработка и описание // *Психолого-педагогические исследования*. 2024. Т. 16. № 3. С. 69–84. DOI: 10.17759/psyedu.2024160305.
8. Грецов А. Г., Азбель А. А. Психологические тесты для старшеклассников и студентов. СПб.: Питер, 2012. 208 с.
9. Золотарева А. А. Психометрические свойства русскоязычной версии Шкалы воспринимаемого стресса (версии PSS-4, 10, 14) // *Клиническая и специальная психология*. 2023. Т. 12. № 1. С. 18–42. DOI: 10.17759/cpse.2023120102.
10. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 400 с.
11. Hagan K., Lloyd E. C., Gorrell S. Annual Research Review: Neural mechanisms of eating disorders in youth – from current theory and findings to future directions (Ежегодный обзор исследований: Нейронные механизмы расстройств пищевого поведения у молодежи – от современной теории и результатов к будущим направлениям) // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2025. № 8. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov> (дата обращения: 09.09.2025).
12. Azpiazu I. L., Fernández A. R., Palacios E. G. Adolescent Life Satisfaction Explained by Social Support, Emotion Regulation, and Resilience (Удовлетворённость жизнью подростков объясняется социальной поддержкой, регулированием эмоций и жизнестойкостью) // *Frontiers in Psychology*. 2021. № 12. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology> (дата обращения: 09.09.2025). DOI: 10.3389/fpsyg.2021.694183.
13. Daughters S. B., Gorka S. M., Matusiewicz A. Gender Specific Effect of Psychological Stress and Cortisol Reactivity on Adolescent Risk Taking (Гендерно обусловленное влияние психологического стресса и реактивности кортизола на склонность подростков к риску) // *Journal of Abnormal Child Psychology*. 2013. № 5 (41). P. 749–758. DOI: 10.1007/s10802-013-9713-4.
14. Wright C. J., Milosavljevic S., Pocivavsek A. The stress of losing sleep: Sex-Specific Neurobiological Outcomes (Стресс, связанный с потерей сна: нейробиологические последствия, зависящие от пола) // *Neurobiology of Stress*. 2023. № 24. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov> (дата обращения: 09.09.2025). DOI: 10.1016/j.ynstr.2023.100543.
15. Dearing C., Handa R. J., Myers B. Sex Differences in Autonomic Responses to Stress: Implications for Cardiometabolic Physiology (Половые различия в вегетативных реакциях на стресс: значение для физиологии кардиометаболизма) // *American Journal Of Physiology-Endocrinology And Metabolism*. 2022. № 323. P. 281–289. DOI: 10.1152/ajpendo.00058.2022.
16. Gjerde P. F., Block J., Block J. H. Depressive Symptoms and Personality During Late Adolescence: Gender Differences in the Externalization–Internalization of Symptom Expression (Депрессивные симптомы и личность в позднем подростковом возрасте: гендерные различия в проявлении симптомов во внешней и внутренней форме) // *Journal of Abnormal Psychology*. 1988. Vol. 97. № 4. P. 475–486. DOI: 10.1037/0021-843X.97.4.475.
17. Головей Л. А., Галашева О. С. Повседневный стресс и удовлетворённость жизнью девушек подросткового возраста // *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*. 2022. Т. 12. № 4. С. 431–448. DOI: 10.21638/spbu16.2022.403.
18. Тачилович И. О., Максимов С. А., Куракин М. С. Связь между инфраструктурой района проживания и уровнем стресса у студентов // *Профилактическая медицина*. 2024. Т. 27. № 11. С. 70–76. DOI: 10.17116/profmed20242711170.

19. Шадриков В. Д. Совесть: психолого-философский анализ // Психологический журнал. 2018. Т. 39. № 1. С. 5–14. DOI: 10.7868/S0205959218010014.
20. Изард К. Э. Психология эмоций / пер. с англ. В. Мисник, А. Татлыбаевой. М.: Питер, 2006. 460 с.
21. Zuo X., Tang Y., Chen Y. The Efficacy of Mindfulness-Based Interventions on Mental Health Among University Students: a Systematic Review and Meta-Analysis (Эффективность основанных на осознанности вмешательств в психическое здоровье студентов университетов: систематический обзор и мета-анализ) // *Frontiers in Public Health*. 2023. № 11. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles>. DOI: 10.3389/fpubh.2023.1259250 (дата обращения: 09.09.2025).
22. Ясин М., Колпачников В. Категория «открытость опыту» в психологическом консультировании и психодиагностике // Психологические исследования. 2022. Т. 15. № 85–86. URL: <https://psystudy.ru/num> (дата обращения: 09.09.2025). DOI: 10.54359/ps.v15i85.1230.
23. Wagner M. T., Mithoefer M. C., Mithoefer A. T. Therapeutic effect of increased openness: Investigating Mechanism of Action in MDMA-Assisted Psychotherapy (Терапевтический эффект повышенной открытости: исследование механизма действия в психотерапии с использованием MDMA) // *Journal of Psychopharmacology*. 2017. Vol. 31. № 8. P. 967–974. DOI: 10.1177/0269881117711712.
24. Леонтьев Д. Ю. Предикторы и модераторы переживаний личностью критических ситуаций // Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2024. Т. 34. № 2. С. 146–157. DOI: 10.35634/2412-9550-2024-34-2-146-157.

REFERENCES

1. Lazarus, R. S. (1966). *Psychological Stress and the Coping Process*. New York, McGraw-Hill publ.
2. Lazarus, R. S. (1974). Psychological Stress and Coping in Adaptation and Illness. In: *International Journal of Psychiatry in Medicine*, 5, 4, 321–333. DOI: 10.2190/T43T-84P3-QDUR-7RTP.
3. Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. In: *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 4, 385–396.
4. McCrae, R. R. & Terracciano, A. (2005). Personality Profiles of Cultures Project. Universal Features of Personality Traits from the Observer's Perspective: Data from 50 Cultures. In: *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (3), 547–561. DOI: 10.1037/0022-3514.88.3.547.
5. Shadrikov, V. D. (2018). Conscience: Psychological and Philosophical Analysis. In: *Psychological Journal*, 39, 1, 5–14. DOI: 10.7868/S0205959218010014 (in Russ.).
6. Znakov, V. V. (1993). Revealing the Truth About Another Person's Moral Act by the Subject: Normative Ethics and the Psychology of Moral Consciousness. In: *Psychological Journal*, 14, 1, 32–43 (in Russ.).
7. Danilova, E. E., Begunova, L. A. & Andreeva, D. A. (2024). "Responsibility of Adolescents" Methodology: Development and Description. In: *Psychological-Educational Studies*, 16, 3, 69–84. DOI: 10.17759/psyedu.2024160305 (in Russ.).
8. Gretsov, A. G. & Azbel, A. A. (2012). *Psychological Tests for High School Students and University Students*. St. Petersburg, Piter publ. (in Russ.)
9. Zolotareva, A. A. (2023). Psychometric Properties of the Russian-Language Version of the Perceived Stress Scale (PSS-4, 10, 14 versions). In: *Clinical Psychology and Special Education*, 12, 1, 18–42. DOI: 10.17759/cpse.2023120102 (in Russ.).
10. Bozhovich, L. I. (2008). *Personality and Its Formation in Childhood*. St. Petersburg, Piter publ. (in Russ.).
11. Hagan, K., Lloyd, E. C. & Gorrell, S. (2025). Annual Research Review: Neural Mechanisms of Eating Disorders in Youth – From Current Theory and Findings to Future Directions. In: *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 8. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov> (accessed: 09.09.2025).
12. Azpiazu, I. L., Fernández, A. R. & Palacios, E. G. (2021). Adolescent Life Satisfaction Explained by Social Support, Emotion Regulation, and Resilience. In: *Frontiers in Psychology*, 12. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology> (accessed: 09.09.2025). DOI: 10.3389/fpsyg.2021.694183.
13. Daughters, S. B., Gorka, S. M. & Matusiewicz, A. (2013). Gender Specific Effect of Psychological Stress and Cortisol Reactivity on Adolescent Risk Taking. In: *Journal of Abnormal Child Psychology*, 5 (41), 749–758. DOI: 10.1007/s10802-013-9713-4.
14. Wright, C. J., Milosavljevic, S. & Pocivavsek, A. (2023). The Stress of Losing Sleep: Sex-Specific Neurobiological Outcomes. In: *Neurobiology of Stress*, 24. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov> (accessed: 09.09.2025). DOI: 10.1016/j.ynstr.2023.100543.

15. Dearing, C., Handa, R. J. & Myers, B. (2022). Sex Differences in Autonomic Responses to Stress: Implications for Cardiometabolic Physiology. In: *American Journal of Physiology-Endocrinology and Metabolism*, 323, 281–289. DOI: 10.1152/ajpendo.00058.2022.
16. Gjerde, P. F., Block, J. & Block, J. H. (1988). Depressive Symptoms and Personality During Late Adolescence: Gender Differences in the Externalization–Internalization of Symptom Expression. In: *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 4, 475–486. DOI: 10.1037/0021-843X.97.4.475.
17. Golovey, L. A. & Galasheva, O. S. (2022). Everyday Stress and Life Satisfaction in Adolescent Girls. In: *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 12, 4, 431–448. DOI: 10.21638/spbu16.2022.403 (in Russ.).
18. Tachilovich, I. O., Maksimov, S. A. & Kurakin, M. S. (2024). The Relationship Between the Infrastructure of the Residential Area and the Level of Stress in Students. In: *Russian Journal of Preventive Medicine*, 27, 11, 70–76. DOI: 10.17116/profmed20242711170 (in Russ.).
19. Shadrikov, V. D. (2018). Conscience: Psychological and Philosophical Analysis. In: *Psychological Journal*, 39, 1, 5–14. DOI: 10.7868/S0205959218010014 (in Russ.).
20. Izard, K. E. (2006). *Psychology of Emotions*. Moscow, Piter publ. (in Russ.).
21. Zuo, X., Tang, Y. & Chen, Y. (2023). The Efficacy of Mindfulness-Based Interventions on Mental Health Among University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. In: *Frontiers in Public Health*, 11. URL: <https://clck.ru/3QxR7e>. DOI: 10.3389/fpubh.2023.1259250 (accessed: 09.09.2025).
22. Yasin, M. & Kolpachnikov, V. (2022). The Category of “Openness to Experience” in Psychological Counseling and Psychodiagnostics. In: *Psychological Studies*, 15, 85–86. DOI: 10.54359/ps.v15i85.1230. URL: <https://psystudy.ru/num> (accessed: 09.09.2025).
23. Wagner, M. T., Mithoefer, M. C. & Mithoefer, A. T. (2017). Therapeutic Effect of Increased Openness: Investigating the Mechanism of Action in MDMA-Assisted Psychotherapy. In: *Journal of Psychopharmacology*, 31, 8, 967–974. DOI: 10.1177/0269881117711712.
24. Leontiev, D. Yu. (2024). Predictors and Moderators of Personality Experiences of Critical Situations. In: *Bulletin of Udmurt University. Series Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 34, 2, 146–157. DOI: 10.35634/2412-9550-2024-34-2-146-157 (in Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Андреева Алла Дамировна (г. Москва) – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, заведующий лабораторией научных основ детской практической психологии Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований;

ORCID: 0000-0002-1253-8903; e-mail: alladamirovna@yandex.ru

Бегунова Людмила Анатольевна (г. Москва) – кандидат юридических наук (по психологии), ведущий научный сотрудник лаборатории научных основ детской практической психологии Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований;

ORCID: 0000-0002-9704-7096; e-mail: lab6510@list.ru

Лисичкина Алена Геннадьевна (г. Москва) – научный сотрудник лаборатории научных основ детской практической психологии Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований;

ORCID: 0000-0002-5411-2396; e-mail: al1975@spartak.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Alla D. Andreeva (Moscow) – Cand. Sci. (Psychology), Senior Researcher, Head of the Laboratory, Laboratory of the Scientific Foundations of Applied Child Psychology, Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research;

ORCID: 0000-0002-1253-8903; e-mail: alladamirovna@yandex.ru

Lyudmila A. Begunova (Moscow) – Cand. Sci. (Law), Leading Researcher, Laboratory of the Scientific Foundations of Applied Child Psychology, Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research;

ORCID: 0000-0002-9704-7096; e-mail: lab6510@list.ru

Alena G. Lisichkina (Moscow) – Researcher, Laboratory of the Scientific Foundations of Applied Child Psychology, Federal Scientific Center of Psychological and Multidisciplinary Research;

ORCID: 0000-0002-5411-2396; e-mail: al1975@spartak.ru