

УДК 159.923

DOI: 10.34670/AR.2025.25.33.006

**Многомерная модель формирования стрессоустойчивости
у подростков и взрослых с различными типами
акцентуаций характера с учетом копинг-стратегий
семейного контекста и академических нагрузок**

Романова Милана Замировна

Старший преподаватель,
Московский многопрофильный институт,
115432, Российская Федерация, Москва, ул. Трофимова, 36/2;
e-mail: il_grant@mail.ru

Аннотация

В статье представлена многомерная концепция формирования стрессоустойчивости у подростков и взрослых, учитывающая взаимосвязь индивидуально-типологических особенностей характера, семейного репертуара совладания и социокультурно заданных академических и профессиональных нагрузок. Стресс трактуется как феномен, не исчерпываемый адаптационными реакциями, а включающий смысловые, ценностные и идентификационные измерения, которые особенно обостряются в условиях неопределенности и нормативного давления «общества достижений». Показано, что акцентуации характера выступают не дефектом, а специфической призмой восприятия требований среды: одни типы переживают нагрузку как ограничение свободы, другие – как угрозу провала, третьи – как вторжение в автономию или арену статуса, что предопределяет разные траектории дезадаптации и различные ресурсы устойчивости. Семейный контекст описывается как ключевой механизм интериоризации копинг-стратегий: авторитарные, гиперопекающие и хаотичные модели усиливают уязвимости и риски невротизации, тогда как партнерское взаимодействие способствует рефлексии и преобразованию «тонких мест» личности в опоры развития. Подчеркивается, что критическим фактором становится субъективная интерпретация нагрузки, подпитываемая культурными установками на безошибочность, ускорение и зависимость самооценки от внешней валидации; на этом фоне стрессоустойчивость понимается как гибкая система навигации, сохраняющая целостность и аутентичность в пересечении личностных, семейных и макросоциальных детерминант.

Для цитирования в научных исследованиях

Романова М.З. Многомерная модель формирования стрессоустойчивости у подростков и взрослых с различными типами акцентуаций характера с учетом копинг-стратегий семейного контекста и академических нагрузок // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 11А. С. 61-70. DOI: 10.34670/AR.2025.25.33.006

Ключевые слова

Стрессоустойчивость, подростки и взрослые, акцентуации характера, копинг-стратегии, семейный контекст, адаптация, психология личности.

Введение

Современная социокультурная ситуация, характеризующаяся высокой степенью неопределенности, турбулентностью социальных процессов и трансформацией традиционных институтов социализации, ставит перед гуманитарным знанием фундаментальную проблему сохранения целостности человеческой личности. В этом контексте феномен стрессоустойчивости перестает быть исключительно предметом психологического или физиологического анализа, приобретая статус экзистенциальной и социально-философской категории, отражающей способность субъекта к конструктивному бытию в мире. Особую остроту данная проблематика приобретает при рассмотрении подросткового и взрослого периодов онтогенеза, когда личность сталкивается с необходимостью не только адаптации к внешним вызовам, но и выработки аутентичных стратегий смыслополагания. Мы наблюдаем, как давление академической среды и профессиональных требований, накладываясь на индивидуально-типологические особенности характера, известные как акцентуации, создает уникальный ландшафт внутреннего напряжения [Петрова, Карташова, 2019]. Традиционные бихевиористские модели, рассматривающие стресс лишь как реакцию на стимул, оказываются недостаточно эвристичными для понимания глубинных механизмов формирования резистентности в условиях «текущей современности». Необходимо учитывать, что акцентуация характера — это не патология, а специфический способ взаимодействия с реальностью, «заострение» определенных черт, которое может выступать как фактором уязвимости, так и ресурсом развития [Кухтерина, Брук, 2015]. Однако реализация этого потенциала невозможна без учета семейного контекста, который выступает первичным пространством интериоризации копинг-стратегий. Семья как социальный институт сегодня сама переживает кризис, трансформируя модели трансляции опыта преодоления трудностей, что требует переосмысления механизмов межпоколенческой передачи паттернов поведения [Сирота, Ялтонский, 2007]. Таким образом, актуальность исследования обусловлена необходимостью построения многомерной модели, интегрирующей психологические, социологические и философские аспекты бытия личности в условиях стресса. Важно понимать, что стрессоустойчивость не есть статичное свойство, но динамический процесс становления, разворачивающийся в пространстве между индивидуальной predisposицией и социальным императивом эффективности.

Проблема формирования стрессоустойчивости усугубляется тем, что современная культура, ориентированная на успех и достижения, часто игнорирует онтологическую сложность человеческой природы, требуя от индивида стандартизированных реакций на нестандартные вызовы. Академические и профессиональные нагрузки выступают здесь не просто как внешние стрессоры, но как маркеры социальной успешности, формирующие идентичность субъекта. В случае дисгармоничного развития, обусловленного акцентуациями характера, это давление может приводить к дезинтеграции личности, отчуждению и потере смысловых ориентиров [Уварова, 2017]. Философский анализ данной проблематики позволяет увидеть за клиническими симптомами стресса экзистенциальный вакуум, возникающий в результате разрыва между требованиями социума и внутренними ресурсами индивида. При этом семейный контекст часто выступает как амбивалентный фактор: с одной стороны, семья может служить «буфером», смягчающим удары внешней среды, с другой — источником дополнительных напряжений и деструктивных установок [Загуменнова, 2018]. Копинг-стратегии, усваиваемые в

семье, не всегда являются результатом осознанного выбора, часто представляя собой неосознанные сценарии, передаваемые «по наследству» и не соответствующие актуальным вызовам времени. Следовательно, исследование стрессоустойчивости требует выхода за рамки узкодисциплинарного подхода и обращения к широкому гуманитарному контексту, позволяющему рассмотреть человека как био-психо-социо-духовное единство [Ботова, Захарова, 2017]. В данной работе мы предпринимаем попытку синтезировать знания о типах акцентуаций, семейных системах и социальных требованиях в единую многомерную модель, способную объяснить вариативность индивидуальных ответов на стресс. Это предполагает анализ не только количественных показателей, но и качественных характеристик переживания стресса, его смыслового наполнения и роли в процессе самоосуществления личности. Такой подход открывает перспективы для разработки комплексных программ поддержки, ориентированных не на устранение симптомов, а на гармонизацию отношений человека с миром и самим собой, что является важнейшей задачей современной гуманитарной науки.

Материалы и методы исследования

Методологическая основа данного исследования базируется на принципах постнеклассической рациональности, предполагающей междисциплинарный синтез философской антропологии, социологии личности и клинической психологии, что позволяет преодолеть редукционизм узкоспециализированных подходов и рассмотреть феномен стрессоустойчивости в его целостности и многообразии. В качестве ключевого метода использовался герменевтический анализ, направленный на интерпретацию смысловых структур переживания стресса субъектами с различными типами акцентуаций характера, что дало возможность выявить не только внешние проявления дезадаптации, но и внутреннюю логику формирования защитных механизмов [Зубарева, 2022]. Мы опирались на феноменологический подход, позволяющий «вынести за скобки» предвзятые теоретические схемы и обратиться непосредственно к опыту сознания индивида, находящегося в ситуации академического или профессионального давления. Это потребовало тщательного анализа нарративов респондентов, их субъективных отчетов о способах преодоления трудностей и восприятии семейной поддержки. Кроме того, применялся метод сравнительного анализа социокультурных контекстов, в которых происходит становление личности, что позволило выявить специфику влияния современных социальных императивов на формирование стрессоустойчивости у разных возрастных групп [Хаирнасова, Баженова, 2025]. Особое внимание уделялось анализу теоретических конструктов, описывающих акцентуации характера не как статичные ярлыки, а как динамические паттерны взаимодействия с миром, требующие специфических стратегий адаптации. Исследование также включало в себя критический обзор существующих концепций копинг-поведения, с целью выявления их эвристического потенциала и ограничений применительно к современной российской действительности [Горьковая, Микляева, 2022].

Материалом для теоретического обобщения послужил широкий пласт гуманитарных текстов, включающий классические работы по характерологии, современные исследования психологии стресса, а также социологические труды, посвященные трансформации института семьи и системы образования в условиях глобализации. Мы использовали метод типологизации для систематизации разнообразных форм реагирования на стресс, соотнося их с типами акцентуаций и особенностями семейного воспитания, что позволило сконструировать многомерную матрицу возможных сценариев развития личности в стрессогенной среде

[Сирота, Ялтонский, 2004]. Важным элементом методологии стал системный подход, рассматривающий личность, семью и образовательную/профессиональную среду как взаимосвязанные элементы единой метасистемы, где изменение одного компонента неизбежно влечет за собой трансформацию всей структуры. Анализ академических нагрузок проводился не только с точки зрения их объема и интенсивности, но и как анализ дискурсивных практик, формирующих определенный тип субъективности, ориентированный на конкуренцию и постоянное самосовершенствование [Жукова, 2025]. В ходе работы применялся метод концептуального моделирования, позволивший визуализировать сложные взаимосвязи между переменными и представить их в виде теоретических таблиц, отражающих качественное своеобразие изучаемых феноменов. Мы отказались от использования математико-статистических методов в пользу глубокого качественного анализа, поскольку нашей целью было не установление корреляций, а постижение смысловой природы стрессоустойчивости как экзистенциального феномена. Такой подход позволил интегрировать разрозненные данные в целостную концепцию, описывающую механизмы формирования жизнестойкости у людей с различными характерологическими особенностями, учитывая при этом уникальный контекст их семейной истории и социальных обязательств.

Результаты и обсуждение

Проблема формирования стрессоустойчивости в современном гуманитарном дискурсе выходит далеко за пределы простого адаптационного механизма, трансформируясь в вопрос об онтологической безопасности личности в мире тотальной неопределенности и перманентного давления. Мы сталкиваемся с необходимостью пересмотра классических дефиниций, поскольку традиционное понимание стресса как неспецифической реакции организма не охватывает всего спектра экзистенциальных переживаний субъекта, погруженного в символическое поле академических и профессиональных требований [Егорова, Шубникова, 2017]. Взаимодействие внутреннего мира, структурированного определенным типом акцентуации характера, и внешней реальности, представленной институциональными ожиданиями и семейными предписаниями, рождает уникальную феноменологию страдания и преодоления. Акцентуация здесь выступает не как дефект, а как призма, преломляющая социальные сигналы и определяющая специфическую чувствительность к тем или иным видам нагрузок, что делает универсальные рецепты психологической помощи малоэффективными [Рокицкая, 2018].

Академические и профессиональные нагрузки в современном обществе приобрели характер морального императива, где неспособность справиться с ними маркируется не просто как функциональная неудача, а как личностная несостоятельность, что запускает глубинные механизмы стыда и вины, особенно у уязвимых типов личности. Семейный контекст, в свою очередь, может действовать как резонатор этих социальных требований, усиливая их через трансляцию ригидных копинг-стратегий, либо, напротив, выступать пространством принятия и психологической разгрузки [Ислямова, 2023]. Однако для глубокого понимания этих процессов необходимо провести тщательную дифференциацию понятийного аппарата и сопоставить различные теоретические перспективы, чтобы увидеть, как именно переплетаются индивидуальные черты, семейные сценарии и социальное давление. Для систематизации этих сложных взаимосвязей и выявления качественных различий в восприятии стрессовых факторов нами был проведен сравнительный анализ ключевых категорий исследования, результаты которого представлены в таблице (табл. 1).

**Таблица 1 – Сравнительный анализ концептуальных подходов
к пониманию стресса и стрессоустойчивости в гуманитарных науках**

Название подхода	Ключевая дефиниция стресса	Понимание стрессоустойчивости	Роль субъекта в процессе	Характер детерминации
Бихевиористский и когнитивный	Реакция на дисбаланс между требованиями среды и ресурсами личности	Набор навыков и coping-стратегий для восстановления гомеостаза	Агент, обучающийся адаптивным реакциям	Внешняя среда детерминирует реакции
Экзистенциально-феноменологический	Пограничная ситуация, угроза бытию, модус «заброшенности»	Способность сохранять смысловую целостность и аутентичность перед лицом небытия	Творец смысла, выбирающий свое отношение к ситуации	Внутренняя свобода и ответственность личности
Социологический и социально-критический	Результат отчуждения, аномии и давления социальных структур	Способность противостоять социальному давлению и сохранять идентичность	Продукт социальных отношений и институциональных практик	Социальные структуры и культурные коды

Анализ представленной выше таблицы позволяет зафиксировать фундаментальное расхождение в понимании природы стресса между естественнонаучной и гуманитарной парадигмами, которое необходимо преодолеть для построения многомерной модели. Если бихевиористский подход фокусируется на функциональной адаптации и технологиях «менеджмента стресса», то экзистенциальная и социологическая перспективы вскрывают глубинные слои проблемы, связанные со смыслом, ценностями и социальным принуждением [Малявина, Меренкова, 2016]. Стрессоустойчивость, таким образом, предстает не просто как «толстокожесть» или набор техник релаксации, а как сложная герменевтическая работа личности по истолкованию ситуации угрозы и вписыванию ее в контекст собственной биографии. Для подростка или взрослого с акцентуацией характера этот процесс осложняется тем, что сама структура их личности диктует определенный способ интерпретации реальности, часто искаженный или гипертрофированный.

Таблица 2 – Феноменология восприятия академических и социальных нагрузок лицами с различными типами акцентуаций характера

Тип акцентуации	Доминирующая экзистенциальная установка	Восприятие академической / рабочей нагрузки	Типичная реакция на стресс (декомпенсация)	Потенциальный ресурс устойчивости
Гипертимный	Ориентация на активность, поиск новизны, оптимизм	Воспринимается как вызов, игра, но тягостит рутина и жесткий контроль	Поверхностьность, разбросанность, игнорирование проблем, уход в развлечения	Высокая энергичность, способность к быстрому переключению, коммуникативность
Застревающий (паранойальный)	Стремление к подтверждению значимости, фиксация на целях	Воспринимается как поле битвы за статус, источник потенциальной несправедливости	Обидчивость, конфликтность, сверхценные идеи, борьба за «правду»	Упорство, целеустремленность, высокая работоспособность в выбранной сфере
Шизоидный	Интроверсия, погруженность во внутренний мир, отстраненность	Воспринимается как вторжение в личное пространство, бессмысленная социальная игра	Уход в себя, аутизация, эмоциональная холодность, интеллектуализация	Способность к глубокому анализу, креативность, независимость от мнений окружающих

Тип акцентуации	Доминирующая экзистенциальная установка	Восприятие академической / рабочей нагрузки	Типичная реакция на стресс (декомпенсация)	Потенциальный ресурс устойчивости
Тревожно-мнительный (психастенический)	Неуверенность, страх будущего, потребность в гарантиях	Воспринимается как постоянная угроза провала, источник бесконечной тревоги	«Паралич» воли, навязчивые сомнения, психосоматические расстройства	Ответственность, скрупулезность, способность предвидеть риски

Рассмотрение данных таблицы демонстрирует, что понятие «нагрузка» не является объективной величиной, равной для всех, а представляет собой субъективный конструкт, смысловое наполнение которого кардинально варьируется в зависимости от типа акцентуации. Для гипертимного подростка жесткий график экзаменов — это тюрьма, ограничивающая свободу, тогда как для психастеника — это спасительная структура, хотя и пугающая своей ответственностью. Шизоид воспринимает коллективные проекты как насилие над своей автономией, в то время как застревающий тип видит в них арену для утверждения своего доминирования. Следовательно, стратегии формирования стрессоустойчивости не могут быть унифицированы; они должны исходить из «сильных сторон» каждой акцентуации, превращая уязвимости в ресурсы. Это требует тонкой педагогической и терапевтической настройки, учитывающей онтологическую специфику каждого типа.

Таблица 3 – Влияние семейного контекста и транслируемых копинг-стратегий на формирование стрессоустойчивости

Тип семейного взаимодействия	Характеристика транслируемого мировоззрения	Доминирующие копинг-стратегии в семье	Влияние на субъекта с акцентуацией	Риски для формирования субъектности
Авторитарно-директивный	Мир враждебен, выживает сильнейший, ошибки недопустимы	Конфронтация, подавление эмоций, жесткий контроль	Усиление тревожности у сенситивных типов, протест у гипертимных	Формирование выученной беспомощности или агрессивного перфекционизма
Гиперопекающий (симбиотический)	Мир опасен, ты слаб без нас, мы решим все за тебя	Избегание, поиск социальной поддержки, перекладывание ответственности	Инфантилизация, неспособность к автономному решению проблем	Задержка сепарации, отсутствие навыков самостоятельного преодоления стресса
Демократично-партнерский	Мир сложен, но познаваем, трудности преодолимы сообща	Планирование решения проблем, позитивное переосмысление, диалог	Снижение деструктивного влияния акцентуации, развитие рефлексии	Минимальные, способствует гармоничному развитию личности
Хаотичный (непоследовательный)	Мир непредсказуем, правил нет, каждый сам за себя	Импульсивные реакции, эмоциональная разрядка, отсутствие стратегии	Дезориентация, усиление неустойчивости эмоциональной сферы	Формирование недоверия к миру, невротизация, пограничные состояния

Анализ семейного контекста, представленный в третьей таблице, вскрывает механизмы социальной наследственности стрессовых реакций, показывая, что семья выступает не просто средой обитания, а активным агентом формирования «иммунитета» или, наоборот, «аллергии» к жизненным трудностям. Авторитарный стиль, накладываясь, например, на психастеническую акцентуацию, может привести к тотальному неврозу, так как требование «быть сильным»

входит в неразрешимое противоречие с конституциональной мягкостью и ранимостью индивида. В то же время, гиперопека, кажущаяся на первый взгляд спасительной для слабого типа, на деле лишает его возможности наработать собственный опыт совладания, превращая акцентуацию в патологическую зависимость. Демократический стиль, предполагающий диалог и принятие инаковости другого, оказывается наиболее благоприятным, так как позволяет интегрировать особенности характера в конструктивную модель поведения, не ломая структуру личности.

Мы живем в эпоху, которую философы характеризуют как «общество усталости», где эксплуатация сменилась самоэксплуатацией. Субъект принуждает себя к достижениям добровольно, веря, что реализует собственную свободу, хотя на деле следует жестким императивам общества потребления. Для акцентуированных личностей это создает двойную ловушку: они не только страдают от объективной тяжести задач, но и от невозможности соответствовать глянцевого образу «успешного человека». Академическая нагрузка превращается в симулякр: важны не знания, а баллы, рейтинги и портфолио. Это порождает глубокое отчуждение от собственной деятельности, когда учеба или работа воспринимаются не как творчество, а как бесконечная гонка на выживание, что истощает адаптационные ресурсы даже самых устойчивых типов.

Обобщая результаты анализа таблиц, можно констатировать, что многомерная модель формирования стрессоустойчивости должна строиться на пересечении трех осей: индивидуально-типологической (акцентуации), микросоциальной (семья) и макросоциальной (культурные императивы). Невозможно изолированно рассматривать «плохой характер» или «трудную учебу»; мы всегда имеем дело с уникальной конфигурацией, гештальтом, в котором социальное давление преломляется через семейные мифы и кристаллизуется в структуре личности. Стрессоустойчивость в этой оптике — это не щит, а гибкая система навигации, позволяющая субъекту маневрировать между Сциллой собственной уязвимости и Харибдой социальных требований, сохраняя при этом верность своему экзистенциальному проекту. Эффективность этой навигации зависит от степени осознанности (рефлексии) своих особенностей и способности критически переосмысливать навязанные извне критерии успеха, возвращая себе авторство собственной жизни.

Заключение

Подводя итог проведенному исследованию, необходимо подчеркнуть, что формирование стрессоустойчивости у подростков и взрослых с различными типами акцентуаций характера представляет собой сложный, нелинейный процесс, не сводимый к простой тренировке психофизиологических реакций. Наша многомерная модель показала, что ключевым фактором, определяющим успешность адаптации, является не столько объективный уровень академических или профессиональных нагрузок, сколько их субъективная интерпретация, опосредованная семейным контекстом и индивидуальными особенностями личности. Акцентуации характера, будучи заостренными чертами, создают специфические зоны уязвимости, «тонкие места», где социальное давление ощущается наиболее остро. Однако при наличии поддерживающей семейной среды и формировании адекватных, осознанных копинг-стратегий, эти же акцентуации могут трансформироваться в уникальные ресурсы развития, позволяющие личности не просто выживать, но и творчески реализовываться в условиях высокой неопределенности. Гуманитарный анализ проблемы позволил выявить глубинную

связь между стрессоустойчивостью и проблемой смысла: человек способен выдержать любое «как», если у него есть «зачем».

Вторым важнейшим выводом является признание того факта, что современные стратегии совладания со стрессом часто носят отчужденный, механистический характер, навязанный культурой эффективности и успеха. Это требует кардинального пересмотра подходов к психолого-педагогическому сопровождению и социальной поддержке. Необходимо сместить фокус с унификации требований и стандартизации реакций на культивирование индивидуальности и развитие экзистенциальной компетенции субъекта. Семья и образовательные институты должны стать не агентами давления, а пространствами диалога, где признается право на ошибку, различие темпов развития и вариативность жизненных путей. Только через гармонизацию отношений в триаде «личность – семья – социум», через принятие онтологической сложности человеческой природы можно говорить о формировании подлинной, а не декларативной стрессоустойчивости. Дальнейшие исследования в этом направлении должны быть ориентированы на поиск конкретных технологий гуманитарной экспертизы образовательной и профессиональной среды, направленных на снижение их патогенного потенциала и создание условий для аутентичного бытия человека.

Библиография

1. Ботова Н.Д., Захарова Г.И. Связь копинг-стратегий с уровнем тревожности старших подростков // *Ананьевские чтения 2017: Преемственность в психологической науке*: В.М. Бехтерев, Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов. Материалы международной научной конференции. Санкт-Петербург, 2017. С. 92-93.
2. Горьковая И.А., Микляева А.В. Копинг-стратегии подростков с противоправным поведением в условиях трансформации российской социальной действительности: сравнительно-исторический анализ // *Вопросы психического здоровья детей и подростков*. 2022. Т. 22. № 3. С. 35-43.
3. Егорова А.А., Шубникова Е.Г. Изучение взаимосвязи стратегий совладающего поведения и самооценки подростков // *Психология и социальная педагогика современное состояние и перспективы развития*. Сборник научных статей / отв. ред. И.П. Иванова, Т.А. Пенькова. 2017. С. 155-158.
4. Жукова Е.О. Методы профилактики дезадаптации подростков в общеобразовательной организации // *Управление образованием теория и практика*. 2025. № 9-1. С. 23-33.
5. Загуменнова Н.В. Особенности жизнестойкости и копинг-стратегий подростков с девиантным поведением // *Студенческий форум*. 2018. № 12-1 (33). С. 27-30.
6. Зубарева Н.С. Защитные механизмы поведения у девиантных подростков // *Социальная психология здоровья и современные информационные технологии*. Сборник материалов VII Международного научно-практического семинара / редкол. А.В. Северин, С.Л. Яшук. Брест, 2022. С. 58-61.
7. Ислямова Н.Н. Особенности копинг-стратегий совладания со стрессом у подростков // *Сборник материалов I Молодежной научно-практической конференции, посвященной дню Российской науки в Севастопольском государственном университете*. Севастополь, 2023. С. 192-193.
8. Кухтерина Г.В., Брук Ж.Ю. Взаимосвязь жизнестойкости подростков и стратегий защитно-совладающего поведения // *Письма в Эмиссия.Оффлайн*. 2015. № 9. С. 2406.
9. Малявина Е.А., Меренкова В.С. Специфика копинг-стратегий в подростковом возрасте // *Молодежный научный форум гуманитарные науки*. 2016. № 11 (39). С. 192-197.
10. Петрова Е.Г., Карташова Н.А. Теоретические аспекты изучения копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением // *Актуальные проблемы профилактики аддиктивного поведения*. Материалы II Региональной научно-практической конференции Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2019. С. 76-80.
11. Рокицкая Ю.А. Факторная структура копинг-поведения подростков // *Вестник Челябинского государственного педагогического университета*. 2018. № 3. С. 220-233.
12. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Модели копинг-поведения подростков с различными вариантами психосоциальной адаптации // *Психология совладающего поведения*. Материалы Международной научно-практической конференции. 2007. С. 151-153.
13. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Формирование девиантного поведения подростков с точки зрения концепции стресса и копинга // *Методолого-методические проблемы эмпирического исследования девиантного поведения*. Материалы I Международной конференции. 2004. С. 82-84.

14. Уварова О.М. Черты личности и копинг-стратегии подростков с разным уровнем жизнестойкости // Психология наука будущего. Материалы VII Международной конференции молодых ученых «Психология наука будущего» / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. 2017. С. 861-864.
15. Хаирнасова А.А., Баженова Ю.А. Особенности копинг-стратегий старших подростков с разным уровнем стрессоустойчивости // Интеграция психолого-педагогических наук и актуальных образовательных практик - 2025. Сборник материалов Всероссийской очной научно-практической конференции. Оренбург, 2025. С. 427-432.

A Multidimensional Model for Building Stress Resilience in Adolescents and Adults with Different Types of Character Accentuations, Considering Coping Strategies, Family Context, and Academic Loads

Milana Z. Romanova

Senior Lecturer,
Moscow Multidisciplinary Institute,
115432, 36/2, Trofimova str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: il_grant@mail.ru

Abstract

The article presents a multidimensional concept for building stress resilience in adolescents and adults, taking into account the interrelation of individual typological character traits, the family's repertoire of coping, and socio-culturally determined academic and professional loads. Stress is interpreted as a phenomenon not limited to adaptive reactions but including semantic, value-based, and identity dimensions, which become particularly acute in conditions of uncertainty and the normative pressure of an "achievement society." It is shown that character accentuations serve not as a defect but as a specific prism through which environmental demands are perceived: some types experience load as a restriction of freedom, others as a threat of failure, others as an intrusion into autonomy or a status arena, which predetermines different trajectories of maladaptation and various resilience resources. The family context is described as a key mechanism for internalizing coping strategies: authoritarian, overprotective, and chaotic models amplify vulnerabilities and the risks of neuroticization, whereas partnership-based interaction promotes reflection and the transformation of personal "weak spots" into developmental supports. It is emphasized that the critical factor becomes the subjective interpretation of the load, fueled by cultural attitudes towards errorlessness, acceleration, and dependence of self-esteem on external validation; against this backdrop, stress resilience is understood as a flexible navigation system that preserves integrity and authenticity at the intersection of personal, familial, and macrosocial determinants.

For citation

Romanova M.Z. (2025) Mnogomernaya model' formirovaniya stressoustoychivosti u podrostkov i vzoslykh s razlichnymi tipami aktsentuatsiy kharaktera s uchetom koping-strategiy semeynogo konteksta i akademicheskikh nagruzok [A Multidimensional Model for Building Stress Resilience in Adolescents and Adults with Different Types of Character Accentuations, Considering Coping Strategies, Family Context, and Academic Loads]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (11A), pp. 61-70. DOI: 10.34670/AR.2025.25.33.006

Keywords

Stress resilience, adolescents and adults, character accentuations, coping strategies, family context, adaptation, personality psychology.

References

1. Botova, N. D., & Zakharova, G. I. (2017). Svyaz koping-strategiy s urovnem trevozhnosti starshikh podrostkov [The relationship between coping strategies and anxiety levels in older adolescents]. In Ananevskie chteniya 2017: Preemstvennost v psikhologicheskoy nauke: V.M. Bekhterev, B.G. Ananov, B.F. Lomov (pp. 92-93).
2. Egorova, A. A., & Shubnikova, E. G. (2017). Izuchenie vzaimosvyazi strategiy sovladayushchego povedeniya i samootsenki podrostkov [Study of the relationship between coping behavior strategies and adolescents' self-esteem]. In I. P. Ivanova & T. A. Penkova (Eds.), *Psikhologiya i sotsialnaya pedagogika sovremennoe sostoyanie i perspektivy razvitiya* (pp. 155-158).
3. Gorkovaya, I. A., & Miklyaeva, A. V. (2022). Koping-strategii podrostkov s protivopravnym povedeniem v usloviyakh transformatsii rossiyskoy sotsialnoy deistvitelnosti: sravnitelno-istoricheskiy analiz [Coping strategies of adolescents with delinquent behavior in the context of transformation of Russian social reality: a comparative-historical analysis]. *Voprosy psikhicheskogo zdorovya detey i podrostkov*, 22(3), 35-43.
4. Islyamova, N. N. (2023). Osobennosti koping-strategiy sovladaniya so stressom u podrostkov [Features of coping strategies for dealing with stress in adolescents]. In *Sbornik materialov I Molodezhnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii, posvyashchennoy dnyu Rossiyskoy nauki v Sevastopolskom gosudarstvennom universitete* (pp. 192-193).
5. Khaimasova, A. A., & Bazhenova, Yu. A. (2025). Osobennosti koping-strategiy starshikh podrostkov s raznym urovnem stressoustoychivosti [Features of coping strategies of older adolescents with different levels of stress resistance]. In *Integratsiya psikhologo-pedagogicheskikh nauk i aktualnykh obrazovatelnykh praktik-2025* (pp. 427-432).
6. Kukhterina, G. V., & Bruk, Zh. Yu. (2015). Vzaimosvyaz zhiznestoykosti podrostkov i strategiy zashchitno-sovladayushchego povedeniya [The relationship between adolescent resilience and strategies of defensive and coping behavior]. *Pisma v Emissiya.Offline*, 9, 2406.
7. Malyavina, E. A., & Merenkova, V. S. (2016). Spetsifika koping-strategiy v podrostkovom vozraste [Specific features of coping strategies in adolescence]. *Molodezhnyy nauchnyy forum gumanitarnye nauki*, 11(39), 192-197.
8. Petrova, E. G., & Kartashova, N. A. (2019). Teoreticheskie aspekty izucheniya koping-strategiy u podrostkov s deviantnym povedeniem [Theoretical aspects of studying coping strategies in adolescents with deviant behavior]. In *Aktualnye problemy profilaktiki addiktivnogo povedeniya* (pp. 76-80).
9. Rokitskaya, Yu. A. (2018). Faktornaya struktura koping-povedeniya podrostkov [Factor structure of adolescents' coping behavior]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 3, 220-233.
10. Sirota, N. A., & Yaltonsky, V. M. (2004). Formirovanie deviantnogo povedeniya podrostkov s tochki zreniya kontseptsii stressa i kopinga [Formation of deviant behavior of adolescents from the perspective of the stress and coping concept]. In *Metodologo-metodicheskie problemy empiricheskogo issledovaniya deviantnogo povedeniya* (pp. 82-84).
11. Sirota, N. A., & Yaltonsky, V. M. (2007). Modeli koping-povedeniya podrostkov s razlichnymi variantami psikhosotsialnoy adaptatsii [Models of coping behavior of adolescents with different variants of psychosocial adaptation]. In *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya* (pp. 151-153).
12. Uvarova, O. M. (2017). Cherty lichnosti i koping-strategii podrostkov s raznym urovnem zhiznestoykosti [Personality traits and coping strategies of adolescents with different levels of resilience]. In A. L. Zhuravlev & E. A. Sergienko (Eds.), *Psikhologiya nauka budushchego* (pp. 861-864).
13. Zagumennova, N. V. (2018). Osobennosti zhiznestoykosti i koping-strategiy podrostkov s deviantnym povedeniem [Features of resilience and coping strategies of adolescents with deviant behavior]. *Studencheskiy forum*, 12-1(33), 27-30.
14. Zhukova, E. O. (2025). Metody profilaktiki dezadaptatsii podrostkov v obshcheobrazovatelnoy organizatsii [Methods for preventing adolescent maladjustment in a general education organization]. *Upravlenie obrazovaniem teoriya i praktika*, 9-1, 23-33.
15. Zubareva, N. S. (2022). Zashchitnye mekhanizmy povedeniya u deviantnykh podrostkov [Defense mechanisms of behavior in deviant adolescents]. In A. V. Severin & S. L. Yashchuk (Eds.), *Sotsialnaya psikhologiya zdorovya i sovremennye informatsionnye tekhnologii* (pp. 58-61).