

## Модерирующие эффекты социальной поддержки в условиях относительной групповой изоляции

**Н. Н. Лепешинский**

*кандидат психологических наук, психолог*

*Центра профессионально-психологического отбора и сопровождения  
учебно-воспитательного процесса учреждения образования  
«Военная академия Республики Беларусь»*

*В статье приводятся результаты экспериментального исследования, целью которого являлось выявление особенностей проявления модерирующих эффектов социальной поддержки в условиях относительной групповой изоляции. Экспериментально подтверждено, что доступная социальная поддержка смягчает негативное воздействие изоляции независимо от степени изолированности группы, тогда как степень реализации ожиданий относительно социальной поддержки проявляется с увеличением степени изолированности группы.*

**Ключевые слова:** *стресс, социальная поддержка, главный и буферный эффекты социальной поддержки, относительная групповая изоляция, одиночество.*

### Постановка проблемы

Рассматривая условия деятельности экипажей космических кораблей, подводных лодок, полярных экспедиций и т. п., ученые в качестве одной из характеристик, объединяющих все эти условия, выделяют изоляцию. Сегодня ни для кого не секрет, что существуют профессии, предполагающие, что профессиональная подготовка или последующая профессиональная деятельность (а в ряде случаев и то и другое одновременно) связаны с условиями различной степени групповой изоляции.

Психика каждого человека по-разному реагирует на такой стрессогенный фактор, как изоляция. Так, С. А. Разумов социальную изоляцию в условиях армии относит «к стрессорам рассогласования деятельности» [14, с. 9–27]. Изоляцию

как стрессогенный фактор в условиях армейской службы также рассматривает и Г. С. Човдырова [16]. Понятно, что группа курсантов военного вуза — это не экспедиция полярников и не экипаж космического корабля, однако деятельность в условиях относительной изоляции, реакция курсантов на них и динамика внутrigрупповых отношений во многом строятся по сходному сценарию.

Одним из сложных комплексных психических феноменов, возникающих у человека в условиях изоляции (в том числе групповой), является одиночество. В работах Л. П. Гримака [2], В. И. Лебедева [7], Н. Ю. Хрящевой [15] и других авторов отмечается, что одиночество возникает в ответ на изоляцию, отсутствие удовлетворительных отношений с окружающими и т. д.

Условия изоляции оказывают влияние также и на характер взаимоотношений в группе. В работах Л. П. Гримака, В. И. Лебедева и Н. Ю. Хрящевой подчеркивается, что условия групповой изоляции приводят к возникновению раздражительности, недовольства, недоверия членов группы друг к другу, повышенной конфликтности в группе, агрессивности и т. п. Вместе с тем исследования, указывающие на возрастные роли группы в условиях изоляции, свидетельствуют не только о негативном влиянии межличностных отношений на личность в подобных условиях, но и о возможном позитивном влиянии, способствующем преодолению человеком негативного воздействия стресс-факторов [5; 7; 8; 11]. Будучи оторванным от привычной социальной среды, человек начинает приспосабливаться к новой, стремясь компенсировать свою оторванность взаимодействием с доступным социальным окружением. В данном процессе оказывается важным не только общение как получение информации (своего рода компенсация недостатка личностно-значимой информации), но и социальная поддержка со стороны группы, на которую может рассчитывать каждый ее член, сталкиваясь с трудной ситуацией.

Под социальной поддержкой в данной работе понимается воспринимаемая человеком характеристика межличностных отношений, в которые он включен по роду своей деятельности и которые ему доступны в данный момент. Социальная поддержка выступает в качестве одной из характеристик, по которой человек оценивает группу, и рассматривается как один из компонентов психологического климата группы [13].

Изучению социальной поддержки как ресурса для преодоления негативного влияния стресса посвящено большое количество исследований, в ходе которых показано, что социальная поддержка со стороны группы может снижать негативное влияние стресса [19–23].

В современной научной литературе смягчающее действие социальной поддержки описывается в виде двух эффектов — главного и буферного. В соответствии с *гипотезой главного эффекта*, модулирующее влияние социальной поддержки проявляется независимо от уровня стресса, т. е. включенность в некоторую социальную сеть уже сама по себе действует на благо самочувствия человека. *Гипотеза буферизации* (или *гипотеза буферного эффекта*) предполагает, что высокий уровень социальной поддержки защищает человека от последствий, обусловленных стрессом, однако уровень социальной поддержки относительно незначим для тех, кто испытывает невысокий (или даже низкий) уровень стресса [1].

Таким образом, из вышеизложенного можно заключить, что относительная групповая изоляция вызывает состояние стресса у человека, которое отражается на характере взаимоотношений в группе, а также сказывается на состоянии одиночества ее членов. Однако социальная поддержка способна смягчить негативное воздействие изоляции на членов группы. Следовательно, в целях повышения эффективности деятельности и сохранения здоровья членов групп, находящихся в условиях изоляции, необходимо изучить, каким образом проявляются модулирующие эффекты социальной поддержки в условиях относительной групповой изоляции.

К сожалению, работы только над доступной поддержкой не предоставляют достаточной информации, чтобы определить, как восприятие поддержки защищает человека от негативных последствий жизненных стрессов. На наш взгляд, немаловажным в понимании защитной функции социальной поддержки является соответствие поддержки ожиданиям человека, которые формируются на основании его прошлого опыта пребывания в других группах. Исходя из этого наряду с доступной социальной поддержкой следует рассматривать и ожидаемую социальную поддержку, а также степень реализации ожиданий личности относительно социальной поддержки, которая представляет собой разницу между ожидаемой и доступной социальной поддержкой.

В соответствии с проблемой была сформулирована гипотеза исследования: в условиях относительной групповой изоляции доступная социальная поддержка смягчает негативное влияние изоляции на членов группы независимо от степени ее изолированности в соответствии с моделью главного эффекта. Модерирующие свойства степени реализации ожиданий относительно социальной поддержки проявляются с увеличением степени изолированности группы в соответствии с моделью буферного эффекта.

Анализируя условия обучения в военном учебном заведении, ученые выделяют такие особенности, как расставание с родными, близкими окружением, блокирование части привычных и базовых потребностей личности в силу специфики повседневной деятельности, ограничение круга общения и информационная истоцаемость в рамках группы

[3]. В научной литературе все это сводится к групповой изоляции, однако не абсолютной, а относительной [3; 4; 10; 16]. Следовательно, курсанты военного учебного заведения могут рассматриваться в качестве адекватного контингента испытуемых для изучения особенностей проявления модерирующих эффектов социальной поддержки. В данном случае корректнее будет вести речь о модерирующих эффектах социальной поддержки в условиях относительной групповой изоляции.

### Организация и метод исследования

*Выборка.* В экспериментальном исследовании в качестве испытуемых приняли участие 326 курсантов первого курса учреждения образования «Военная академия Республики Беларусь». Возраст испытуемых — от 16 лет до 21 года (средний возраст 17,54). Все испытуемые имели среднее или среднее специальное образование.

В целях получения достоверных данных испытуемым не сообщалось, что они принимают участие в эксперименте. В ходе тестирования испытуемым гарантировалась полная конфиденциальность результатов, а также сообщалось, что каждый испытуемый после обработки данных может лично ознакомиться со своими результатами.

*Инструментарий.* Для измерения **социальной поддержки** использовался модифицированный вариант карты-схемы изучения психологического климата коллектива А. Н. Лутошкина. Данная методика предназначена для изучения психологического климата коллектива и отдельных его составляющих: социаль-

ной поддержки, коллективного настроения и взаимоотношений. Методика состоит из 14 пар утверждений, которые образуют три шкалы. Испытуемые дают ответы, используя шкалу, приведенную в инструкции к методике. Общий показатель по каждой шкале подсчитывается путем сложения баллов [13].

Для измерения выраженности *доступной социальной поддержки* использовалась оригинальная инструкция к данной методике. Для оценки *ожиданий испытуемых относительно социальной поддержки в группе* курсантам давалась следующая инструкция: «Используя схему, прочитайте сначала предложение слева, затем — справа и после этого знаком «+» отметьте в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует тому, каким бы Вы хотели видеть Ваш учебный взвод. При этом следует иметь в виду, что оценки означают следующее: «+ +» — свойство, указанное слева, должно проявляться в коллективе почти всегда; «+» — свойство должно проявляться достаточно часто; «0» — ни это, ни противоположное (указанное справа) свойства не должны проявляться достаточно ясно или проявляться в одинаковой степени; «-» — должно достаточно часто проявляться противоположное свойство (указанное справа); «- -» — свойство, указанное справа, должно проявляться в коллективе почти всегда».

Надежность-согласованность ( $\alpha$  Кронбаха) всей методики с данным вариантом инструкции составила 0,858 ( $N = 408$ ). Для шкал «социальная поддержка», «коллективное настроение» и «взаимоотношения» коэффициент надежности-согласованности ( $\alpha$  Кронбаха), соответственно, составил 0,722, 0,649 и 0,695.

*Показатель реализации ожиданий относительно социальной поддержки в группе* рассчитывался как разница между показателями ожидаемой и доступной социальной поддержки. Для определения степени реализации ожиданий курсантов использовался метод z-преобразования. Соответственно были выделены три группы:  $z < -1$  (действительность превзошла ожидания),  $-1 \leq z \leq 1$  (действительность соответствует ожиданиям) и  $z > 1$  (ожидания не оправдались).

Для измерения выраженности **состояния одиночества** использовалась методика «Шкала одиночества» [9; 12]. Данная методика позволяет измерить одиночество, которое понимается как состояние, возникающее вследствие ощущения человеком отчужденности, покинутости, изолированности от других людей, утраты чувства общности и включенности, осознания недостаточности межличностных контактов и неудовлетворенности отношениями с окружающими.

Методика состоит из 15 пунктов. Шкала предполагает один из четырех вариантов ответа в зависимости от того, как часто респондент испытывает ощущения, описываемые утверждениями шкалы: «почти никогда», «иногда», «часто», «почти всегда». Общий балл по шкале складывается из суммы всех пятнадцати пунктов (прямых и обратных). Распределение по уровням одиночества осуществляется исходя из нормативных данных выборки стандартизации с приведением к стандартной шкале стэнов.

Экспериментальное (квазиэкспериментальное) исследование было спланировано и проведено в соответствии с десятилетним планом, описанным Д. Кэмпбелл-

лом [6, с. 131–137]. Эксперимент проводился в естественных условиях деятельности курсантов военного вуза с участием двух групп. В качестве экспериментальной группы была выбрана группа курсантов ( $N = 170$ ), которая в течение одного месяца проходила курс начальной профессиональной подготовки вне пункта постоянной дислокации, на полигоне. В качестве контрольной была группа курсантов ( $N = 156$ ), которая на протяжении всего эксперимента проходила обучение непосредственно в академии.

Условия, в которых протекала учебная деятельность курсантов экспериментальной группы, отличались от условий обучения испытуемых контрольной группы наличием дополнительных ограничений в период нахождения на полигоне (в течение одного месяца во время прохождения курса начальной профессиональной подготовки) в виде отсутствия возможности как непосредственного общения с родственниками и друзьями, так и общения с ними по телефону (была предоставлена возможность только для написания писем). В эксперименте *степень групповой изоляции выступала в качестве независимой переменной*.

Измерение переменных исследования осуществлялось одновременно в двух группах дважды. В ходе первого обследования испытуемых, которое проводилось в течение первой недели пребывания курсантов в Военной академии (в одинаковых условиях деятельности двух групп), у курсантов измерялись выраженность состояния одиночества и ожидания относительно социальной поддержки в группе. Повторный опрос испытуемых проходил после

окончания курса начальной профессиональной подготовки, накануне возвращения экспериментальной группы в пункт постоянной дислокации. У испытуемых измерялись выраженность состояния одиночества и доступная социальная поддержка. Статистическая обработка полученных в ходе экспериментального исследования данных осуществлялась с помощью программы SPSS 13.0 for Windows.

Ввиду того что изоляция является стрессогенным фактором [14; 16], можно предположить, что чем больше степень изолированности группы, тем более высокий уровень стресса будут испытывать ее члены. В связи с этим предполагалось, что курсанты экспериментальной группы будут испытывать более высокий уровень стресса, чем курсанты контрольной группы. Так как одиночество является следствием воздействия объективных условий изоляции [7], проверка модулирующих эффектов социальной поддержки осуществлялась относительно состояния одиночества испытуемых.

## Результаты исследования

Применение двухфакторного дисперсионного анализа относительно выраженности состояния одиночества у испытуемых, где в качестве независимых переменных выступили бы воспринимаемая социальная поддержка в группе и степень изолированности группы, некорректно ввиду отсутствия равенства дисперсий ( $F(4, 321) = 8,490, p < 0,01$ ). Вследствие этого были использованы непараметрические критерии различий (рис. 1).

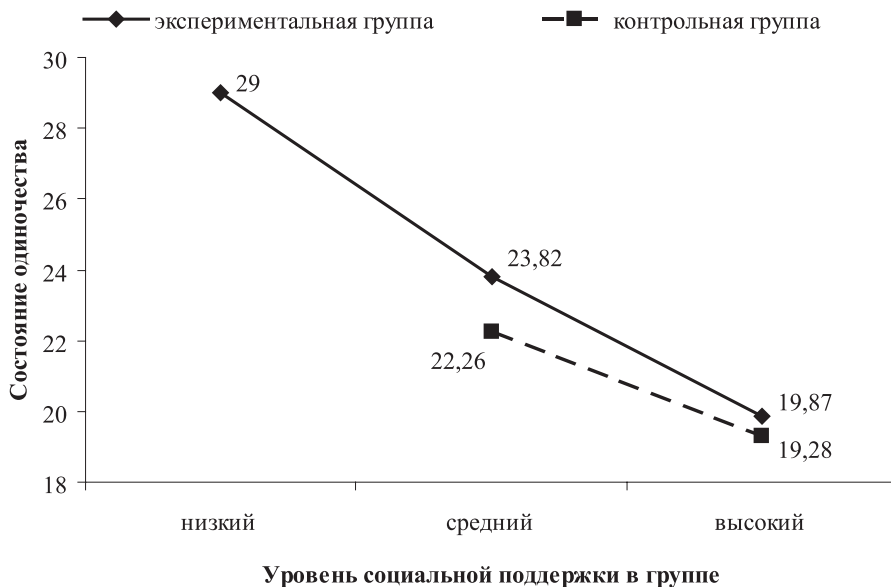


Рис. 1. Модерирующий эффект социальной поддержки в группе в зависимости от степени изолированности группы

В экспериментальной группе выявлены значимые различия в выраженности состояния одиночества между курсантами в зависимости от их оценки доступной социальной поддержки в группе ( $\chi^2 = 22,118$ ,  $p < 0,01$ ). В контрольной группе также выявлены статистически достоверные различия в выраженности одиночества между курсантами в зависимости от оценки ими уровня социальной поддержки в группе ( $U = 1707,5$ ,  $p < 0,01$ ). Чем выше оценка испытуемыми социальной поддержки в группе, тем менее одинокими они себя чувствуют.

Несмотря на то что не выявлены значимые различия в выраженности состояния одиночества ни между испытуемыми двух групп, которые оценили социальную поддержку в группе на среднем уровне ( $U = 3831$ ,  $p > 0,05$ ), ни между курсантами экспериментальной и контрольной

групп, оценившими социальную поддержку на высоком уровне ( $U = 2037$ ,  $p > 0,05$ ), испытуемые экспериментальной и контрольной групп значимо различаются по выраженности у них состояния одиночества ( $U = 11400,5$ ,  $p < 0,05$ ).

Таким образом, можно сделать вывод о наличии **главного эффекта** и для доступной социальной поддержки, и для степени изолированности группы.

Анализ модерирующего эффекта степени реализации ожиданий испытуемых относительно социальной поддержки в зависимости от степени изолированности группы также осуществлялся с применением непараметрических критериев различий (рис. 2).

У курсантов контрольной группы не выявлено значимых различий в выраженности состояния одиночества в зависимости от степени реализации их ожи-

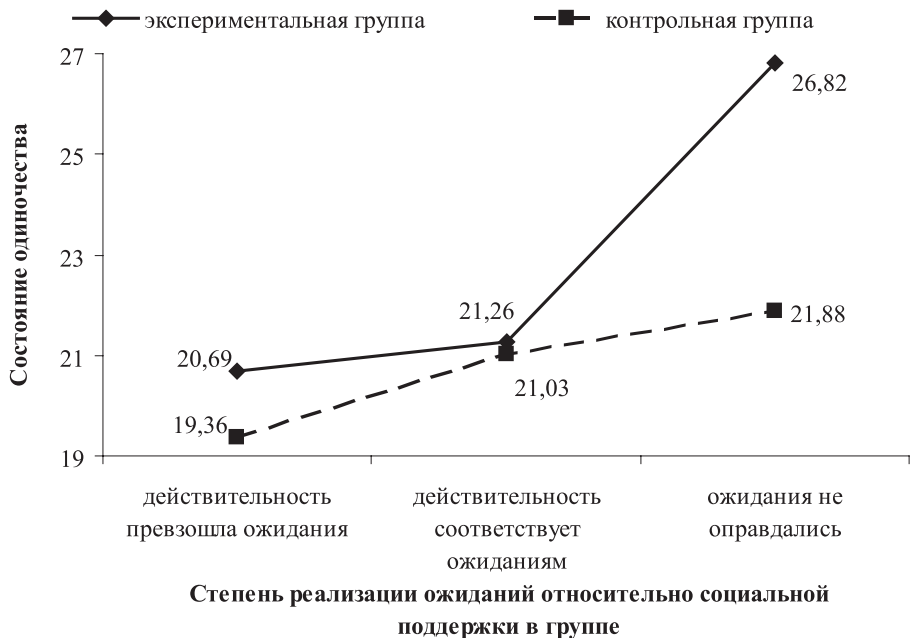


Рис. 2. Модерирующий эффект степени реализации ожиданий испытуемых относительно социальной поддержки в группе в зависимости от степени изолированности группы

даний относительно социальной поддержки в группе ( $\chi^2 = 4,793, p > 0,05$ ). В то же время значимые различия выявлены между курсантами, чьи оценки социальной поддержки превзошли ожидания, и курсантами, чьи ожидания относительно поддержки в группе не оправдались ( $U = 101, p < 0,05$ ).

В экспериментальной группе выявлены значимые различия в выраженности состояния одиночества между испытуемыми в зависимости от степени реализации их ожиданий относительно социальной поддержки ( $\chi^2 = 24,202, p < 0,01$ ). При этом выраженность состояния одиночества у курсантов, чьи ожидания относительно социальной поддержки оправдались ( $M = 21,26$ ), статистически достоверно не отличается от аналогичных показаний курсантов, по мнению которых

действительность превзошла ожидания ( $M = 20,69, U = 754, p > 0,05$ ). Однако выявлены статистически достоверные различия в выраженности состояния одиночества между курсантами перечисленных групп и испытуемыми, чьи ожидания относительно социальной поддержки не оправдались ( $U = 928, p < 0,001$  и  $U = 90,5, p < 0,01$  соответственно).

Между экспериментальной и контрольной группами статистически достоверные различия в выраженности состояния одиночества выявлены только у курсантов, чьи ожидания относительно социальной поддержки не оправдались ( $U = 136, p < 0,01$ ). Полученные результаты свидетельствуют о наличии **буферного эффекта** для степени реализации ожиданий испытуемых относительно социальной поддержки в группе.

## Обсуждение результатов

В условиях изоляции резко актуализируется потребность в общении, неудовлетворение которой может вызывать острые психические состояния (напряженность, тревожность, опустошенность, депрессию). Одиночество является сигналом о наличии у конкретного человека проблем в рамках определенной социоэмоциональной системы. Следовательно, для снижения состояния одиночества оптимальным является использование ресурсов другой социоэмоциональной системы. Одним из таких ресурсов является социальная поддержка.

В ходе анализа результатов исследования установлено, что социальная поддержка в группе способна смягчить негативное воздействие изоляции на членов группы независимо от степени изолированности группы (в соответствии с моделью главного эффекта). При этом сохраняется непосредственное влияние степени изолированности группы на выраженность состояния одиночества у ее членов. С одной стороны, независимо от степени изолированности группы социальная поддержка в группе способна смягчить негативное воздействие изоляции на курсантов: чем выше курсанты оценивают социальную поддержку в группе, тем менее одинокими они себя чувствуют. С другой стороны, чем больше степень изоляции группы, тем больше у ее членов выражено состояние одиночества.

Немаловажную роль в реакции человека на условия групповой изоляции играет его предыдущий опыт пребывания в группах. Именно на основании предшествующего опыта у человека формируются определенные ожидания, связанные с группой, в том числе и с необходи-

мым уровнем социальной поддержки в группе. В итоге можно вести речь о степени удовлетворенности личности социальной поддержкой в группе, показателем которой в настоящем исследовании рассматривается степень реализации ожиданий личности относительно социальной поддержки в группе. Так, курсанты, чьи ожидания относительно социальной поддержки в группе не оправдались, с увеличением степени изолированности группы будут чувствовать себя более одинокими, в то время как выраженность состояния одиночества у курсантов, чьи ожидания соответствуют реальности, и у курсантов, для которых действительность превзошла их ожидания, независимо от степени изолированности группы будет примерно одинаковой (буферный эффект).

Таким образом, результаты экспериментального исследования свидетельствуют о важности внутригрупповых взаимоотношений в предупреждении у членов группы состояния одиночества в условиях относительной групповой изоляции, что проявляется в модулирующих эффектах социальной поддержки. Кроме того, полученные в ходе исследования результаты в определенной степени являются эмпирическим подтверждением тезиса, выдвинутого Л. Андерсоном, С. Катрона, Д. Расселом и Дж. Роузом, согласно которому одиночество может быть вызвано несоответствием между социальной сетью и потребностью в социальных контактах [17; 18]. Именно степень субъективной удовлетворенности социальной поддержкой включает как ожидания личности относительно социальной поддержки (т. е. прошлый опыт человека), так и оценку ею доступной социальной поддержки в конкретной группе.



ЛИТЕРАТУРА

1. Абабков В. А., Пере М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб., 2004.
2. Гримак Л. П. Общение с собой: начала психологии активности. М., 1991.
3. Ефимов М. В. Формирование эмоционального компонента психологической готовности солдат молодого пополнения к службе в ВС России: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2008.
4. Кандыбович Л. А. Психологические проблемы формирования профессиональной готовности курсантов вузов войск ПВО страны к службе в частях. М., 1980.
5. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. М., 1983.
6. Кэмпбелл Д. Модели экспериментов в социальной психологии и прикладных исследованиях / Сост. и общ. ред. М. И. Бобневой. СПб., 1996.
7. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях. М., 1989.
8. Леонов А. А., Лебедев В. И. Психологические проблемы межпланетного полета. М., 1975.
9. Лепешинский Н. Н. Как измерить одиночество? // Психология. 2008. № 2.
10. Межуев А. В. Социально-психологические особенности адаптации курсантов к условиям военного вуза // Вестник Ставропольского государственного университета. 2007. № 52.
11. Новиков М. А. Психофизиологические и эконпсихологические аспекты межличностного взаимодействия в автономных условиях // Проблемы общения в психологии / Отв. ред. Б. Ф. Ломов. М., 1981.
12. Пергаменицк Л. А., Лепешинский Н. Н. О создании надежного инструмента измерения одиночества // Психологическая диагностика. 2008. № 1.
13. Пергаменицк Л. А., Лепешинский Н. Н. Социальная поддержка и ее измерение // Психологическая диагностика. 2009. № 1.
14. Разумов С. А. Эмоциональный стресс в условиях норм и патологии человека. Л., 1996.
15. Хрящева Н. Ю. Особенности психических состояний в условиях изоляции // Психические состояния / Сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. СПб., 2000.
16. Човдырова Г. С. Проблемы повышения психологической стрессоустойчивости личного состава системы МВД России в экстремальных условиях. М., 1998.
17. Andersson L. Loneliness and perceived responsibility and control in elderly community residents // Journ. Soc. Behav. Per. 1992. Vol. 3.
18. Cutrona C. E., Russel D. W., Rose J. Social support and adaptation to stress by the elderly // Psychol. and Aging. 1986. Vol. 1.
19. Dean A., Lin N. The stress-buffering role of social support: Problems and prospects for systematic investigation // Journ. Ner. Ment. Dis. 1977. Vol. 165.
20. Holmes T. H., Rahe R. H. The social readjustment rating scale // Journ. Psychosom. Res. 1967. Vol. 11.
21. Jackson P. B. Specifying the buffering hypothesis: Support, strain, and depressions // Soc. Psychol. Quart. 1992. Vol. 55.
22. Kaplan B. H., Cassel J. C., Gore S. Social support and health // Med. Care. 1977. Vol. 15.
23. Leavy R. L. Social support and psychological disorder: A review // Journ. Com. Psychol. 1983. Vol. 11.

## Moderating Effects of Social Support Under Conditions of Partial Group Isolation

N. N. LEPESHINSKY

*Ph.D in Psychology, psychologist at the Center for professional psychological screening and educational process support at the Military Academy of Belarus Republic*

*The article provides the results of experimental research aimed at revelation of peculiarities of manifestation of moderating effects of social support under conditions of partial group isolation. According to the study hypothesis it was supposed that perceived social support in conditions of relative group isolation moderates negative influence of isolation on group members according to the "main-effect" model, whereas moderating features of index of degree of realization of expectations concerning social support are described by the "buffer-effects" model. 326 young males - the cadets of the Military Academy – 16 to 21 years old – participated in the experiment. They were divided into two groups: the experimental group (N = 170) and the control group (N = 156). It is empirically proved that available social support mitigates negative impact of isolation independently of the extent of isolation of a group while the level of realization of expectations regarding social support reveals with the increase of the extent of group isolation.*

**Keywords:** stress, social support, main and buffer effects of social support, partial group isolation, loneliness.

### REFERENCES

1. Ababkov V. A., Pere M. Adaptatsiya k stressu. Osnovy teorii, diagnostiki, terapii. SPb., 2004.
2. Grimak L. P. Obshenie s soboi: nachala psikhologii aktivnosti. M., 1991.
3. Efimov M. V. Formirovanie emocional'nogo komponenta psikhologicheskoi gotovnosti soldat molodogo popolneniya k sluzhbe v VS Rossii: Avtoref. diss. ... kand. psihol. nauk. Ekaterinburg, 2008.
4. Kandybovich L. A. Psikhologicheskie problemy formirovaniya professional'noi gotovnosti kursantov vuzov voisk PVO strany k sluzhbe v chastyakh. M., 1980.
5. Kitaev-Smyk L. A. Psikhologiya stressa. M., 1983.
6. Kempbell D. Modeli eksperimentov v social'noi psikhologii i prikladnyh issledovaniyah / Sost. i obsh. red. M. I. Bobnevoi. SPb.; 1996.
7. Lebedev V. I. Lichnost' v ekstremal'nykh usloviyakh. M., 1989.
8. Leonov A. A., Lebedev V. I. Psikhologicheskie problemy mezhplanetnogo poleta. M., 1975.
9. Lepeshinskii N. N. Kak izmerit' odinochestvo? // Psikhologiya. 2008. № 2.
10. Mezhuiev A. V. Social'no-psikhologicheskie osobennosti adaptatsii kursantov k usloviyam voennogo vuzha // Vestnik Stavropol'skogo gosudarstvennogo universiteta. 2007. № 52.

11. *Novikov M. A.* Psihofiziologicheskie i ekopsihologicheskie aspekty mezhlichnostnogo vzaimodeistviya v avtonomnykh usloviyakh // Problemy obsheniya v psikhologii / Otv. red. B. F. Lomov. M., 1981.
12. *Pergamenshik L. A., Lepeshinskii N. N.* O sozdani nadezhnogo instrumenta izmereniya odinochestva // Psihologicheskaya diagnostika. 2008. № 1.
13. *Pergamenshik L. A., Lepeshinskii N. N.* Social'naya podderzhka i ee izmerenie // Psihologicheskaya diagnostika. 2009. № 1.
14. *Razumov S.A.* Emocional'nyi stress v usloviyakh norm i patologii cheloveka. L., 1996.
15. *Hryasheva N. Yu.* Osobennosti psihicheskikh sostoyanii v usloviyakh izolyacii // Psihicheskie sostoyaniya / Sost. i obsh. red. L. V. Kulikova. SPb., 2000.
16. *Chovdyrova G. S.* Problemy povysheniya psihologicheskoi stressoustoichivosti lichnogo sostava sistemy MVD Rossii v ekstremal'nykh usloviyakh. M., 1998.
17. *Andersson L.* Loneliness and perceived responsibility and control in elderly community residents // Journ. Soc. Behav. Per. 1992. Vol. 3.
18. *Cutrona C. E., Russel D. W., Rose J.* Social support and adaptation to stress by the elderly // Psychol. and Aging. 1986. Vol. 1.
19. *Dean A., Lin N.* The stress-buffering role of social support: Problems and prospects for systematic investigation // Journ. Ner. Ment. Dis. 1977. Vol. 165.
20. *Holmes T. H., Rahe R. H.* The social readjustment rating scale // Journ. Psychosom. Res. 1967. Vol. 11.
21. *Jackson P. B.* Specifying the buffering hypothesis: Support, strain, and depressions // Soc. Psychol. Quart. 1992. Vol. 55.
22. *Kaplan B. H., Cassel J. C., Gore S.* Social support and health // Med. Care. 1977. Vol. 15.
23. *Leavy R. L.* Social support and psychological disorder: A review // Journ. Com. Psychol. 1983. Vol. 11.