

### **Общая методология:**

Описание техники построения выборочной совокупности и ее репрезентативности.

Выборочная совокупность формируется на основе данных социальных медиа, извлекаемых программно-аналитическим комплексом «Крибрум». Платформа «Крибрум» собирает и анализирует все данные, опубликованные в открытом русскоязычном сегменте социальной сети «ВКонтакте» и т.д. Собранные данные хранятся бессрочно.

Платформа «Крибрум» собирает и анализирует следующие типы данных:

- Текстовые публикации
- Посты
- Комментарии
- Репосты
- Ссылки на внешние ресурсы

### *Описание лингвистических моделей*

Лингвистические модели разрабатываются для автоматизированного определения наличия у пользователей в поведенческой виртуальной активности признаков проявления исследуемых тем и отношения к ним.

Каждая лингвосемантическая модель (далее – правило) включает в себя перечень лингвистических запросов. Пользователю присваивается балл за наличие лингвосемантического признака, если срабатывает правило, то есть в сообщении пользователя обнаруживаются лингвистические термины, отражающие проявление исследуемых тем и отношения к ним.

## **Методология замеров стресса:**

Стрессом в нашей жизни мы называем широкий спектр ситуаций и состояний, которые резко меняют самочувствие человека – у него возникает напряженность, нервозность, тревога и в целом ухудшается деятельность и качество жизни. К стрессу у разных людей могут привести разные ситуации – это зависит от его характера и особенностей личности. Однако существует перечень ситуаций, которые вызовут стресс у большинства людей, их называют трудными жизненными ситуациями, что закреплено в специальных юридических актах [1]. Для социально ориентированного государства важно работать над вопросами снижения вероятности возникновения, а также купирования последствий таких ситуаций.

В 1930-50-е годы XX века Г. Селье разработал биологическую, или, как ее еще называют, физиологическую, теорию стресса, основное положение которой гласит, что стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявляемое ему требование [5]. Стресс, сказывающийся положительно на активности организма, был назван Г. Селье эустрессом.

Понятие об эмоциональном стрессе вводит Р. Лазарус [2]. По его мнению, эмоциональный стресс связан с активизацией познавательной деятельности, посредством которой человек определяет для себя степень угрозы и сопоставляет возникающие трудности с собственными возможностями их преодоления.

В содержание этого термина включают и первичные эмоциональные психические реакции, возникающие при критических психологических воздействиях, и эмоционально-психические симптомы, порожденные телесными повреждениями, аффективные реакции при стрессе и физиологические механизмы, лежащие в их основе.

Психологический стресс принадлежит к тем психологическим явлениям, которые называют психическими состояниями и под которыми понимают целостное своеобразие всех процессов, происходящих в психике человека в данный момент или за определенный отрезок времени [4, с. 75]. По мнению

А.М. Столяренко, нельзя сводить психологический стресс только лишь к эмоциональной реакции. Эмоция – лишь одна из характеристик психической деятельности, носящей всегда целостный характер и включающей мотивационные, познавательные, волевые и психомоторные компоненты. Отсюда следует, что термины «эмоциональный стресс» и «психологический стресс» не совсем корректно отождествлять друг с другом, понимая, что психологический стресс – это системная психологическая реакция на ситуацию [4, с. 75].

Психологический стресс значительно больше, чем биологический, зависит от индивидуальных психологических особенностей человека, а его характеристики менее жестко и однозначно навязываются спецификой внешних воздействий. Индивидуальная выраженность стресса, в частности его неблагоприятных проявлений, в большой степени зависит от осознания человеком своей ответственности за себя, за окружающих, за все происходящее в экстремальных условиях, от психологической установки на ту или иную свою роль [3, с. 37-38].

Таким образом, психологический стресс – особое психическое состояние, характеризующееся неспецифическими системными изменениями активности психики человека, выражающими ее организацию и мобилизацию в связи с возникшими повышенными требованиями новой ситуации.

Психологический стресс не может быть идентичен физиологическому, поскольку обладает своими психологическими особенностями, он может возникать самостоятельно, а также инициировать и изменять биологический стресс.

В психологии разработан список стрессовых ситуаций [6]:

Баллы и события для группы взрослых:

мерть супруга/партнера – 100

азвод – 73

емейное расставание (с супругом/партнером), разъезд без развода – 65

юремное заключение – 63

мерть близкого члена семьи – 63

равма или заболевание – 53

рак – 50

вольнение с работы – 47

емейное примирение (с супругом/партнером), воссоединение – 45

ыход на пенсию – 45

худшение (изменение) здоровья члена семьи – 44

ременность – 40

ексуальные трудности – 39

оявление (прибавление) нового члена семьи – 39

ерестройка бизнеса, большие изменения на работе – 39

менение финансового состояния – 38

мерть близкого друга – 37

ереход на другое направление в работе, смена бизнеса (дела), смена сферы работы – 36

величение (изменение) частоты конфликтов и споров – 35

потека, крупная ссуда или большой заем – 32

отеря права выкупа закладной, невозможность выплатить кредит или ипотеку, взыскания по кредиту – 30

менение обязанностей и ответственности на работе, смена статуса на работе – 29

ети надолго покидают дом, начало самостоятельной жизни ребенка – 29

онфликт, проблемы или беда с родственниками со стороны супруга/партнера – 29

ыдающиеся личные достижения – 28

упруг/партнер начинает или бросает работу (увольняется) – 26

ачало или конец учебы – 26

менение условий жизни, жилищных условий – 25

ересмотр или отказ от личных привычек – 24

роблемы и неприятности с начальством – 23

изменение в рабочем расписании (часов работы) или условиях – 20  
изменение места жительства – 20  
изменение учебного заведения – 20  
изменения в отдыхе, привычек проводит отдых – 19  
изменения вероисповедания, привычек, связанных с верой, в религиозной деятельности – 19  
изменения в социальной деятельности и активности, в общественной работе – 18  
значительная ссуда, небольшой долг или кредит – 17  
изменение в привычках сна, нарушения сна – 16  
изменение числа живущих вместе членов семьи, изменение характера и частоты встреч (семейных торжеств) с другими членами семьи – 15  
изменение в режиме и привычках питания (количество потребляемой пищи, диета, отсутствие аппетита и т.п.) – 15  
отпуск – 13  
большой праздник (Рождество, встреча Нового года, день рождения) – 12  
серьезные нарушения закона, незначительные нарушения правопорядка (а также, штрафы за них штраф — за нарушение правил уличного движения) – 11

Отражение целостного состояния в ответ на такие ситуации присутствуют в речи человека, демонстрируя его индивидуальное отношение к событиям, собственным изменениям и реакциям, возможным поведенческим проявлениям как на сам стресс, так и необходимость его преодолевать.

Для поиска и определения подобной специфической для стресса лексики подготовлены специальные лингвистические модели, позволяющие фиксировать и рассчитывать уровень проявления стресса у пользователей социальных сетей.

#### Литература:

- Федеральный закон от 28.11.2015 № 358-ФЗ.
2. *Лазарус Р.* Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. Л.: Медицина, 1970. С. 17-208.

3. *Китаев-Смык Л.А.* Психология стресса. М.: Наука, 1983.
4. *Столяренко А.М.* Экстремальная психопедагогика. М.: ЮНИТИ ДАНА, 2002.
5. *Селье Г.* Стресс без дистресса / Пер. с англ.; общ. ред. Е.М. Крепса. М.: Прогресс, 1979.
6. *Holmes TH., Rahe RH.* The Social Readjustment Rating Scale // Journal of Psychosom Res. 1967. 11(2): P. 213-8. DOI:10.1016/0022-3999(67)90010-4.