

**АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

17 травня 2024 р., м. Одеса

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
STATE INSTITUTION "SOUTH UKRAINIAN NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY
NAMED AFTER K.D. USHYNsky"**

*(Department of General and Differential Psychology,
Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology,
Department of Theory and Methods of Practical Psychology)*

MOLDOVA STATE UNIVERSITY

(Department of Psychology)

UNIVERSITY OF THE NATIONAL EDUCATION COMMISSION, KRAKOW

(Institute of Psychology)

VILNIUS UNIVERSITY

(Institute of Psychology)

JOHNS HOPKINS UNIVERSITY

(Department of Psychology & Brain Sciences)

ODESA NATIONAL ECONOMIC UNIVERSITY

(Department of Language and Psychological and Pedagogical Training)

KHARKIV NATIONAL PEDAGOGICAL

UNIVERSITY NAMED AFTER H. S. SKOVORODA

(Department of Psychology)

CLASSICAL PRIVATE UNIVERSITY

(Department of Practical Psychology)

VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY

(Department of Psychology)

ODESA ASSOCIATION OF PSYCHOLOGISTS

**ACTUAL PROBLEMS
OF PRACTICAL PSYCHOLOGY**

Collection of scientific works

International Scientific and Practical Internet Conference

May 17, 2024

Odessa – 2024

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»**

*(кафедра загальної та диференціальної психології,
кафедра психіатрії, медичної та спеціальної психології,
кафедра теорії та методики практичної психології)*

ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МОЛДОВИ

(кафедра психології)

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ КОМІСІЇ НАРОДНОЇ ОСВІТИ В КРАКОВІ

(Інститут психології)

ВІЛЬНЮСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(Інститут психології)

УНІВЕРСИТЕТ ДЖОНСА ГОПКІНСА

(кафедра психології та досліджень про мозок)

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки)

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ

(кафедра психології)

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

(кафедра практичної психології)

ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

(кафедра психології)

ОДЕСЬКЕ ТОВАРИСТВО ПСИХОЛОГІВ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

17 травня 2024 року

Одеса – 2024

UDK 001+159.9 (063)
BBK 72+88.4
Z-41

It is printed by the decision of the Academic Council of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (protocol No. 17 dated 06/27/2024).

ORGANIZING COMMITTEE

Heads of the organizing committee

Krasnozhon Andriy Vasylyovych – Doctor of Historical Sciences, Professor, Rector of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Myzichenko Hanna Vyacheslavivna – Doctor of Political Sciences, Professor, Vice-Rector for Research of the State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Prof. Abramciów Rafał – Doctor Ph. D in Psychology, Associate Professor, Director of the Institute of Psychology, University of the National Education Commission (Krakow).

Potang Angela – Associate Professor, PhD in Psychology Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Jusienė Roma – Professor, PhD in Psychology, Director of Psychology Institute, Vilnius University (Lithuani).

Bedny Marina – Assistant Professor, Department of Psychological and Brain Sciences Johns Hopkins University (USA).

Deputy Heads

Prof. Krzywoszański Łukasz – Doctor PhD in Psychology, Associate Professor at the Institute of Psychology, Director of the Centre for Research on Neurocognitive Functions and Self-Regulation. Head of the Neurocognitive Psychology Department, University of the National Education Commission (Krakow).

Bondarenco Olga – PhD in Psychology, Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Cerlat Raisa – Associate Professor, PhD in Psychology, Faculty of Psychology, Education Sciences, Sociology and Social Work, Moldova State University (Kishenev).

Asieieva Yuliia Oleksandrivna – Doctor of Psychological Sciences, Head of the Department of Language and Psycho-Pedagogical Training, Odesa National Economic University (Odesa).

Vdovichenko Oksana Volodymyrivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Dean of the Social and Humanitarian Faculty, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Zaritska Valentyna Vasylivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Practical Psychology Department, Classical Private University (Zaporizya).

Kazanzhy Maria Yosypivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of General and Differential Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Overchuk Victoria Anatolivna – Doctor of Economic Sciences, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Head of the Psychology Department, Vasyl Stus Donetsk National University (Vinnytsia).

Savenkova Irina Ivanivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Sitnik Svitlana Volodymyrivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Fomenko Karina Ihorivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Psychology Department, Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda (Kharkiv).

Members of the organizing committee:

Symonenko Svitlana Mykolaivna – Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Kondratieva Iryna Pavlivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Psychiatry, Medical and Special Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Kosianova Olena Yuriivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Lazorenko Tetiana Mykolaivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Grech Olena Mykolaivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution

«South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Golovska Iryna Georgivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Melnychuk Iryna Valentinivna – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Maistrenko Tetiana Mykolaivna – PhD student in Psychology, State Institution «South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky» (Odesa).

Actual problems of practical psychology: Collection of scientific works of International Scientific and Practical Internet Conference(17 May 2024, m. Odessa). Odessa, 2024. 425 P.

The collection contains materials from an international scientific and practical conference dedicated to addressing current issues in practical psychological science. The scientific works primarily focus on theoretical and practical aspects of modern psychological science.

Attention to all applicants, post-graduate students, and young scientists from psychological and pedagogical universities.

ОСОБЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ЖІНОК-БІЖЕНОК ЗА КОРДОНОМ

Арефнія С.В.....	62
ЕМОЦІЙНО-ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ САМОЗВАНЦЯ	
Корнієнко А. С., Симоненко С.М.....	63
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ РЕФЛЕКСІЇ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ	
Зарицька В.В.....	68
COMPARATIVE ANALYSIS OF GENDER-RELATED DIFFERENCES IN FRUSTRATION TOLERANCE LEVELS AMONG EARLY SCHOOL-AGE CHILDREN	
Şterbeţ R., Potâng A.....	72
CAREER COUNSELING AND PLANNING – CONCEPTUAL CLARIFICATIONS DEFINITIONS, ASSUMPTIONS, THEORIES	
Ovidiu F.	76
ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES, INTERNALISING DIFFICULTIES, IDENTITY AND REFLECTIVE FUNCTION IN ADOLESCENCE WITHIN THE CONTEXT OF SOMATIC COMPLAINTS	
Mikučionytė D.	81
THE PSYCHOLOGY OF FANATICISM AMONG CULT FOLLOWERS	
Cheng P.	82

Секція II.

ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ

ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ ГУМАНІТАРНОГО СЕКТОРУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Шершун Т., Мітіна С.В.	85
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗНАННЯ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ	
Грицик О.Ю., Головська І.Г.....	88
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ	
Юрса М. А., Афанасьєва Н.Є.....	92
ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ	
Келеман Л. О.	95
ВПЛИВ ВІЙНИ НА УЯВЛЕННЯ СТАРШИХ ШКОЛЯРІВ ПРО СВОЄ МАЙБУТНЄ	
Баранова А. П., Симоненко С.М..	98
РЕАКЦІЯ НА ВАЖКИЙ СТРЕС І ПОРУШЕННЯ АДАПТАЦІЇ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ В ПЕРІОД ВІЙНИ	
Детільє Л.М., Розіна І.В.	101

знання, враження. Найбільш ефективний практичний стимул – фінанси (висока оплата праці), не менш дієві – спільне дозвілля, навчання та особистісне зростання. До другої групи належать заходи, які підтримують відчуття задоволення від результатів праці, важливості власного внеску в поширення добра. Усі перераховані стимули можуть бути профілактикою професійного вигорання.

Література

1. Lytovchenko O. Social work during war: European values, Ukrainian experience, international support. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Спецвипуск, Том 2. 2022. С.17-22
2. Maslach C. Job Burnout. *Current Directions in Psychological Science*. 2003. 12 (5). 189-192.
3. Боднар А. Я. Професійне вигорання як психологічна проблема. *Науково-практична конференція «Особистість у просторі проблем ХХІ століття» : програма і матеріали, 10 березня 2022 року Київ, Україна*. 2022. С. 16-19.
4. Гридковець Л. Профілактика та подолання професійного вигорання психологів, соціальних працівників, волонтерів та капеланів. *Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи*. 2018. Т. 3. 236 с.
5. Романовська О. В., Набільська Є. М. Причини та особливості прояву синдрому «професійного вигорання» в соціальних працівників. *Вісник НТУУ «КПІ»*. Політологія. Соціологія. Право. 2011. 3 (11). С.103-107.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗНАННЯ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ

Грицик О.Ю., Головська І.Г.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

Актуальність даного дослідження обумовлена важливістю проблеми підвищення якості професійної підготовки психологів, а також складністю та малою вивченістю психологічних особливостей професії психолога у сучасному суспільстві. Недостатня розробленість цієї проблеми, її практичне значення послужили основою вибору теми дослідження «Психологічні знання як чинник подолання стресу». Аналіз того, як відбувається професійне становлення майбутніх психологів у період вузівської підготовки, дозволить більш глибоко зрозуміти психологічні механізми виникнення проблематики їх професійної діяльності.

Мета нашого дослідження полягає у виявленні психолого-педагогічних умов подолання стресу у студентів, майбутніх психологів у процесі навчання в університеті.

Об'єктом дослідження виступає вивчення особливостей подолання стресу.

Предметом дослідження є психологічні знання як чинник подолання стресу у майбутніх психологів.

Завдання дослідження: систематизувати досвід вивчення проблеми подолання стресу у контексті професійної підготовки у вітчизняній та зарубіжній психології; вивчити механізми психологічного захисту особистості у студентів-

психологів та порівняти їх зі студентами інших факультетів; виявити специфіку виникнення психологічних відхилень у студентів-психологів у процесі професійного виховання; розробити програму з профілактики синдрому емоційних відхилень та для створення їх особистісного адаптивного потенціалу.

Методологічною та теоретичною основою роботи є загальнонауковий методологічний принцип системної організації психіки (Б.Г. Ананьєв, Б.Ф. Ломов), екзистенційно-гуманістичні концепції розвитку людини (Н.А. Бердяєв, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт), концептуальні уявлення про закономірності розвитку суб'єкта професійної діяльності (В.А. Петровський, А. Климів), принципи педагогіки та психології вищої освіти (С. Maslach, А. Pines).

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувався комплекс методів: для організації дослідження застосовано порівняльний метод; для збирання даних використовувалися психологічне тестування, анкетування; для обробки даних застосовувалися кількісний та якісний аналіз, методи математичної статистики. Як основні діагностичні процедури використовувалися: шкала тривоги Спілбергера-Ханіна, тест нервово-психічної адаптації, тест на оцінку стресостійкості, тест на визначення рівня стресу (за В.Ю. Щербатих).

Експериментальною базою нашого дослідження виступили студенти, які навчаються за спеціальністю «Психологія», різних курсів навчання очної форми та заочної форми, соціально-психологічного та інших факультетів Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського в кількості 60 осіб.

Обґрунтовано та підтверджено теоретичну та практичну важливість вивчення провів тривоги, депресії, порушень адаптації в контексті професійного навчання. Встановлено взаємозв'язок прояву психологічних захисних механізмів особистості та рівня психологічної грамотності майбутнього фахівця.

Досліджено та описано в роботі особистісні зміни, що відбуваються у студентів залежно від стресового навантаження. Отримано значні для вузівської педагогічної психології дані про особливості професійної підготовки студентів. Практичне значення роботи полягає в тому, що за результатами дослідження може бути розроблено та запропоновано спеціальну програму формування психологічної стійкості студентів.

Особливості реакції психологів на стресові ситуації було також досліджено. Виявлено, що, незважаючи на те, що психологи мають певні знання та навички в управлінні стресом, вони також піддаються стресу, подібно до будь-якої іншої людини.

Узагальнюючи, можна визначити складність та багатогранність явища стресу, яке варто розглядати з різних наукових та практичних позицій. Детальне розуміння стресу та його впливу допоможе розробляти ефективні стратегії управління стресом та підтримки психічного здоров'я.

Застосування методик дозволило отримати цінні дані щодо ефективних стратегій управління стресом та способів підтримки психічного здоров'я.

Загалом обстежено дві групи студентів по 30 осіб у кожній, перша студенти психологи та друга це студенти інших факультетів. Важливим етапом у проведенні дослідження є відбір відповідних завданням методик, оскільки належне застосування методик дозволяє отримати об'єктивні дані та визначити конкретні та конструктивні рекомендації для подальшого удосконалення психологічних підходів до управління стресом. Ретельний аналіз та використання різноманітних методів допомагає забезпечити якість та об'єктивність дослідження, що, в свою чергу, підвищує його значущість та придатність для практичного застосування.

Опис методик, які застосовувалися для проведення дослідження щодо впливу психологічних знань на подолання стресу. Для даного дослідження було використано 4 психодіагностичні методики: Тест на визначення стресу (за В.Ю. Щербатих) – діагностує рівень стресу; Тест на оцінку стресостійкості – діагностує рівень стійкості до стресових ситуацій; Тест нервово-психічної реакції – діагностує рівень нервово-психічної адаптації чи дезадаптації під час переживання стресових подій; Шкала тривоги Спілбергера-Ханіна – діагностує рівень ситуативної (реактивної) та особистісної тривожності.

Представлені результати практичного дослідження щодо впливу психологічних знань на подолання стресу. Аналіз отриманих даних дозволив зрозуміти ефективність використаних методик та їх вплив на рівень стресу та психічне благополуччя учасників. Також результати дослідження підтвердили, що психологічні знання є значним фактором у подоланні стресу як для професіоналів, так і для осіб без психологічної освіти. Також вони підтверджують важливість розвитку психологічних підходів до управління стресом та надають підґрунтя для подальших досліджень та розробки ефективних програм психологічної підтримки.

Наведені нами корекційні вправи, спрямовані на подолання стресу як для професіоналів, так і для осіб без психологічної освіти. Ці вправи були розроблені на основі психологічних принципів та методів та спрямовані на підтримку психічного здоров'я та зниження рівня стресу. Вони містять короткострокові та довгострокові копінг-стратегії подолання стресу.

Дослідження демонструють, що розуміння принципів психології дозволяє нам краще розуміти, аналізувати та керувати своїми власними емоціями та реакціями на стресові ситуації. Психологічні знання допомагають людині розуміти свої емоції, реагувати на стресові ситуації та знаходити конструктивні шляхи вирішення проблем. Також вони стверджують важливість впровадження практичних психологічних стратегій у повсякденне життя для підтримки психічного здоров'я. Важливо відмітити, що у групі ОГ значно більше людей (43,3%), які не відчувають вагомого стресу, порівняно з групою ГП (16,7%). У групі ГП трохи більше людей (40,0%) із помірним стресом, ніж у групі ОГ (30,0%). Також у групі ГП більше людей (30,0%), які демонструють досить виражений стрес порівняно з групою ОГ (20,0%). У групі ГП більше дівчат (10,0%) які перебувають у стані сильного стресу, ніж у групі ОГ (6,7%). Жодна з

осіб з групи ОГ не потрапила в найбільш небезпечний стан стресу, в той час як лише 1 особа (3,3%) з групи ГП перебуває в цьому стані.

У цій категорії досліджених осіб із групи ОГ значно більше (46,7%), хто має дуже добру стресостійкість, ніж у групі ГП (30,0%). 10-29 балів (задовільна стресостійкість), у цій категорії присутній збалансований розподіл між групами, проте у групі ГП трохи більше людей (40,0%) із задовільною стресостійкістю, ніж у групі ОГ (36,6%). 30-49 балів (незадовільна стресостійкість), у цій категорії досліджених осіб із групи ГП трохи більше (23,3%) мають незадовільну стресостійкість, ніж у групі ОГ (16,7%). У категорії 50 та більше балів (дуже низька стресостійкість), варто відзначити, що жодна особа з групи ОГ не має дуже низької стресостійкості, тоді як у групі ГП є дві особи (6,7%) з цими характеристиками.

Представлені результати тесту нервово-психічної адаптації для групи 0-10 балів (здорові): ОГ: 11 осіб (36,7%); ГП: 7 осіб (23,3%); групи 11-20 балів (практично здорові зі сприятливими прогностичними ознаками): ОГ: 14 осіб (46,7%); ГП: 12 осіб (40,0%); групи 21-30 балів (практично здорові з несприятливими прогностичними ознаками): ОГ: 4 особи (13,3%); ГП: 8 осіб (26,7%); групи 31-40 балів (легка патологія): ОГ: 1 особа (3,3%); ГП: 3 особи (10,0%).

Шкали тривоги Спілбергера-Ханіна. За шкалою самооцінки особистісної тривожності ми бачимо, що у групі ОГ 66,6% осіб мають низький рівень тривожності (0-30 балів), порівняно з 60,0% у групі ГП. Помірний рівень тривожності (31-45 балів) виявлено у 26,7% осіб групи ОГ та 30,0% осіб групи ГП. Високий рівень тривожності (вище 45 балів) зафіксовано у 6,7% осіб групи ОГ та 10,0% осіб групи ГП. Шкала ситуативної (реактивної) тривожності. У групі ОГ 53,3% осіб мають низький рівень тривожності, порівняно з 33,3% у групі ГП. Помірний рівень тривожності виявлено у 36,7% осіб групи ОГ та у 50,0% осіб групи ГП. Високий рівень тривожності зафіксований у 10,0% осіб групи ОГ та 16,7% осіб групи ГП.

В цілому дослідження показало, що застосування корекційних вправ сприяє поліпшенню самопочуття та зниженню рівня стресу як у професійних психологів, так і у осіб без психологічної освіти. Це свідчить про важливість доступних та ефективних методик управління стресом для різних категорій осіб. Отже, узагальнюючи виконану роботу, можна сказати, що психологічні знання є необхідними для того, щоб ефективно керувати стресом у сучасному світі. Їх впровадження може допомогти забезпечити психічне благополуччя та підвищити якість життя для багатьох людей.

Отримані результати є інформаційною основою розробки цілеспрямованих програм психологічного супроводу психологів у процесі професіоналізації на етапі навчання у вищому навчальному закладі, оскільки у роботі зі студентами необхідне створення програм з метою профілактики появи та розвитку дезадаптивного синдрому.

Література

1. Бохонкова Ю.О., Кім О.В. Формування захисних реакцій у психолога та професійне вигорання. Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 2 (49), 2019. С. 170-181.
2. Леонтьєва О.М., Коробко І.Г. Психологія особистості : книга. Київ, 2019. 432 с.
3. Циганчук Т.В. Психологія стресу : навч. посіб. Київ, 2016. 216 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ

Юрса М. А., Афанасьєва Н.Є.

*Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
(м. Одеса, Україна)*

В останні роки значно підвищився інтерес до питань, пов'язаних із стресом і механізмами формування стресостійкості людини у різних професіях. Професійна діяльність рятувальників здійснюється під впливом несприятливих, іноді екстремальних чинників, в умовах дефіциту часу, невизначеності подій, складної оперативної ситуації і супроводжується високим ступенем відповідальності за життя інших людей, усвідомленим почуттям загрози життю і здоров'ю тощо. Це може викликати різноманітні порушення фізичного та психологічного здоров'я фахівців, одним з проявів яких є професійний стрес [1; 3; 5].

Проблему професійного стресу фахівців екстремального профілю діяльності розглядали такі українські вчені, як М. Корольчук, С. Миронець, А. Косенко, В. Осьодло, Н. Мілорадова, І. Ушакова, К. Балабанова, О. Тимченко, С. Яковенко, Н. Оніщенко, І. Приходько, О. Колесніченко, О. Сафін, В. Крайнюк, Г. Гребенюк та інші.

У дослідженні брали участь рятувальники м. Одеси, кількістю 68 осіб. Всі досліджувані були розділені на дві групи відповідно до стажу роботи. У першу групу ввійшли рятувальники із стажем роботи до 3-х років (36 осіб), у другу – із стажем роботи понад 5-ть років (32 особи). Такий розподіл обумовлений закономірностями професійного розвитку і етапами формування різних компонентів професійного стресу [2].

Для дослідження ступеня вираженості професійного стресу використовувалася методика «Професійний стрес» Н. Водоп'янової. Отримані результати представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники професійного стресу у рятувальників
з різним стажем роботи (бали)

Шкала	1-ша група	2-га група	t	p-рівень
Професійного стресу	2,2±0,7	3,8±1,0	2,1	≤0,05

Отримані результати вказують на те, що у рятувальників із стажем роботи до 3-х років (1-ша група) показники професійного стресу значущо нижче ($p \leq 0,05$ за критерієм Стюдента), ніж у рятувальників із стажем роботи понад 5-ть