

«ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ»

Панова І. В.
Студент 2 курсу
спеціальності 053
«Психологія»
науковий керівник:
Кузьменко Ю.В.
к. психол. н., доцент

Об'єкт дослідження – професійна стресостійкість особистості.

Предмет дослідження – становлення професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій.

Мета дослідження: теоретико-емпіричне вивчення професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій.

Гіпотеза: ми припускаємо, що чим краще ставлення до діяльності та чим вищий рівень стресостійкості в фахівців соціономічних професій, тим менший ризик дезадаптації в стресі.

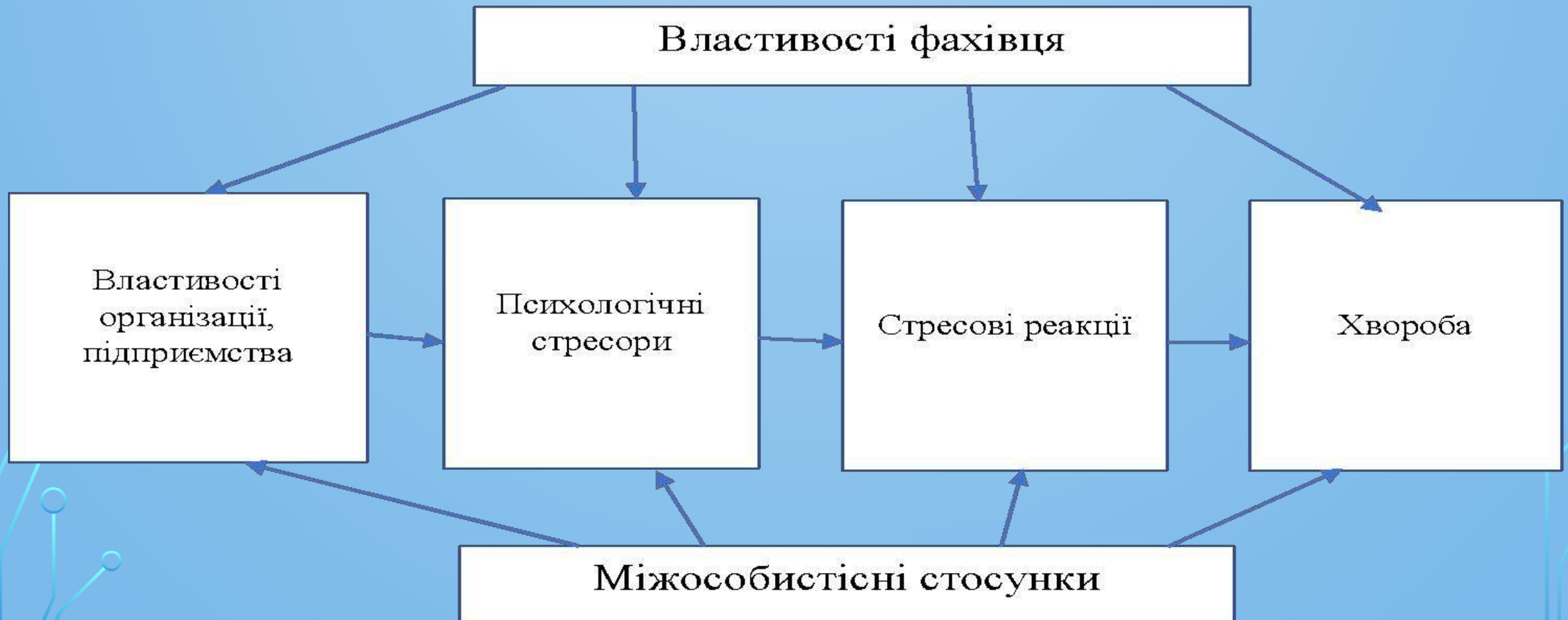
Завдання дослідження:

- 1.** Узагальнити теоретичні і методологічні засади дослідження професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій.
- 2.** Емпірично вивчити психологічні особливості професійної стресостійкості фахівців;
- 3.** Розробити програму формування професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій та експериментально перевірити її ефективність.

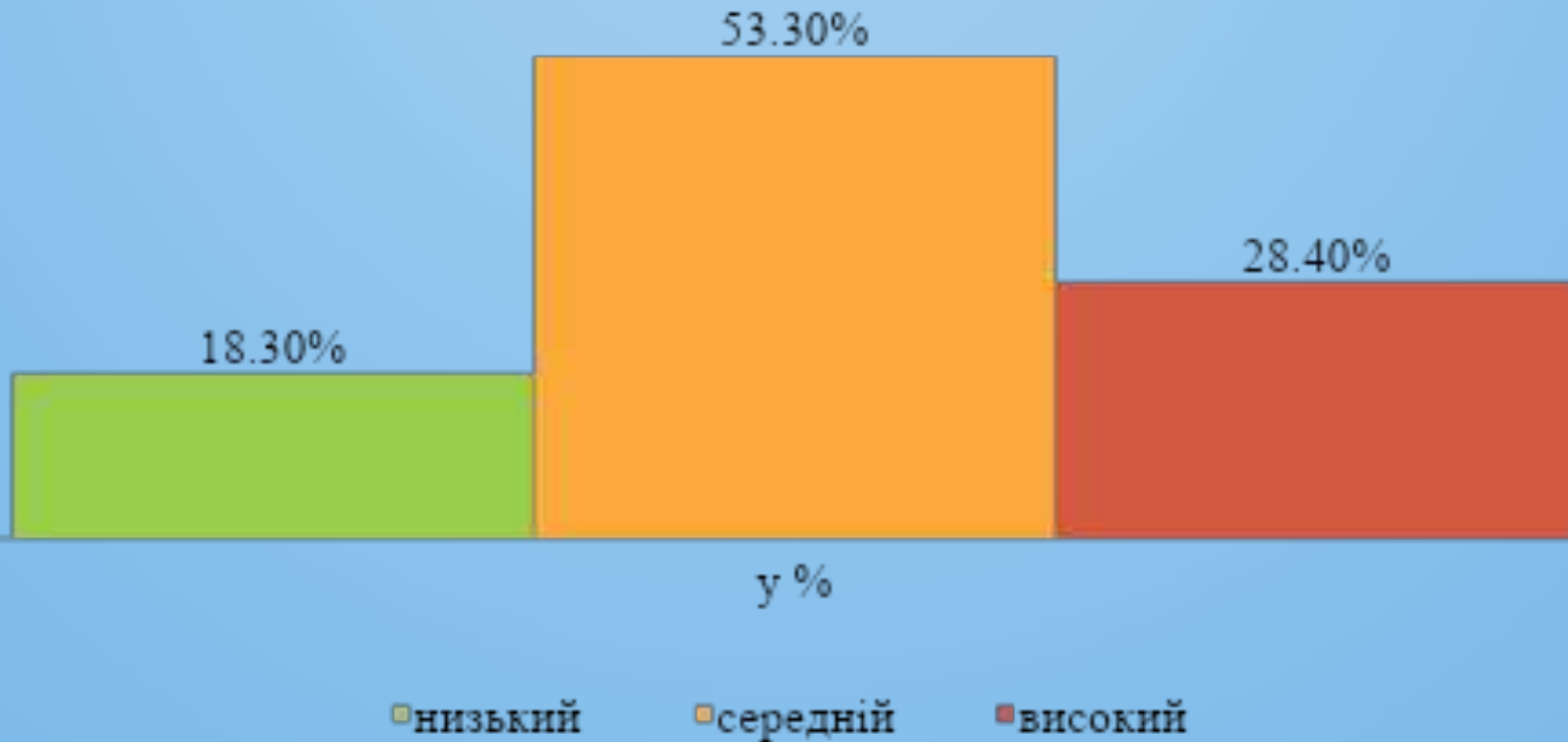
Методи та методики дослідження:

- **теоретичні:** аналіз та узагальнення здобутої інформації, системний аналіз, узагальнення теоретично-методологічних підходів до досліджуваної проблеми;
- **емпіричні:** опитувальник «шкала психологічного стресу» PSM-25 (Lemyr-Tessier-Fillion); опитувальник «SACS» («Стратегії подолання стресових ситуацій») С. Хобфолла; методика «Визначення стресостійкості та соціальної адаптації» (Т. Холмс, Р. Раге); методика вивчення копінг-поведінки у стресових ситуаціях С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер (адаптований варіант Т. Крюкова); тест «Мотивація досягнення успіху» (Т. Елерс);
- **статистичні:** t-критерій Стьюдента – для визначення відмінностей в показниках.

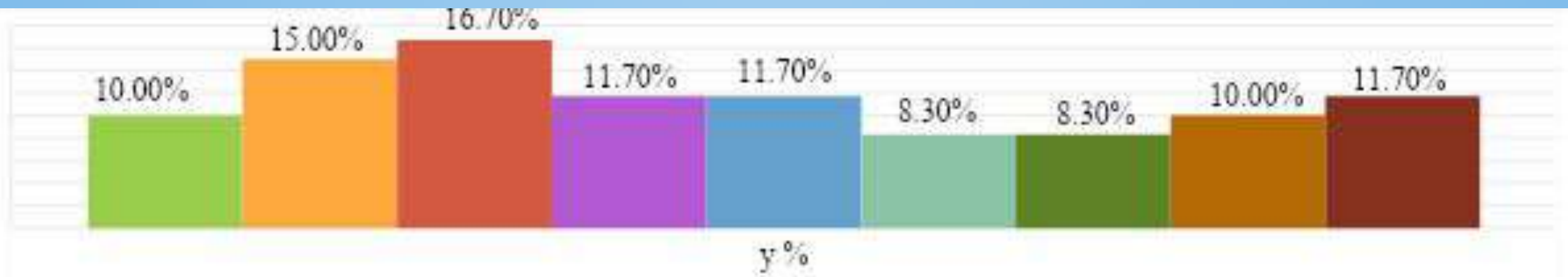
Схема моделі професійного стресу Мічиган



Результати визначення психологічного стресу за методикою лемура-тесьє-філіона



Результати дослідження стратегій подолання стресових ситуацій за методикою С. Хобфолла

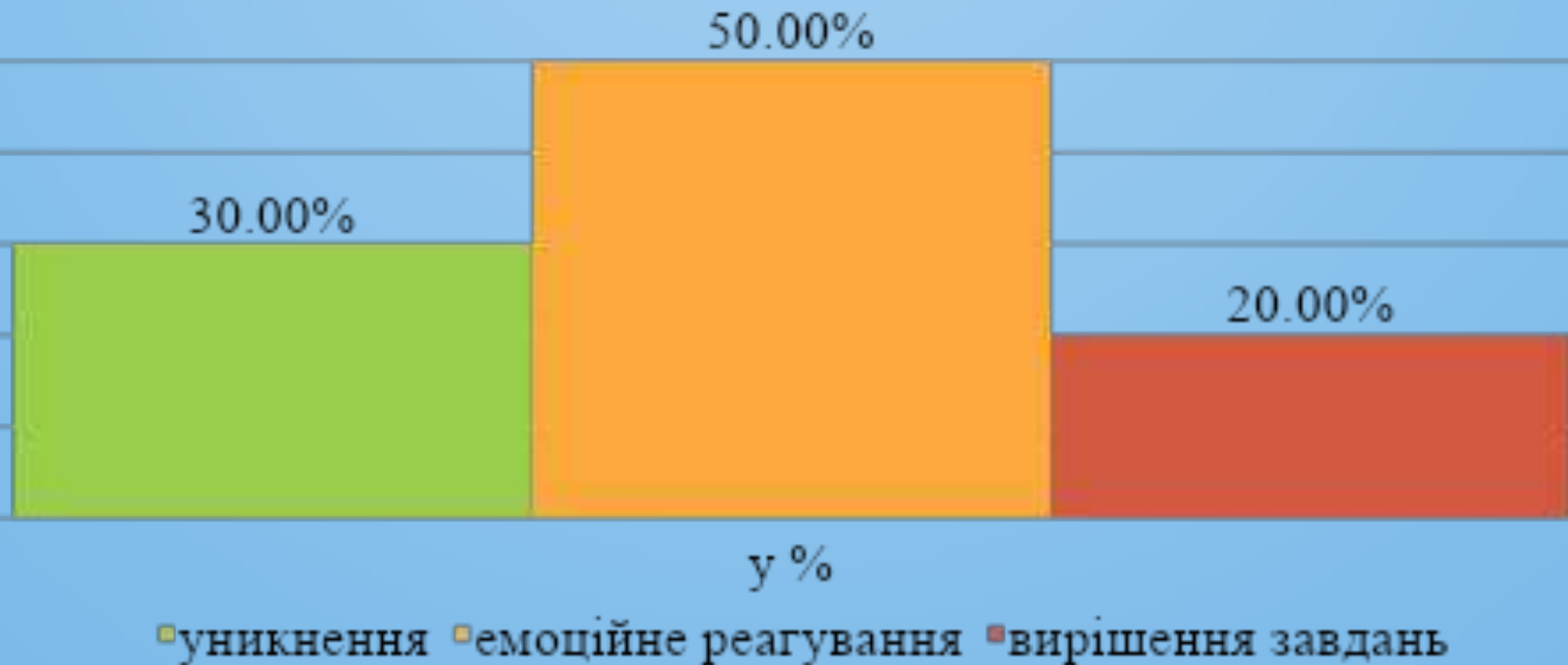


- Асертивні дії
- Вступ у соціальний контакт
- Пошук соціальної підтримки
- Обережні дії

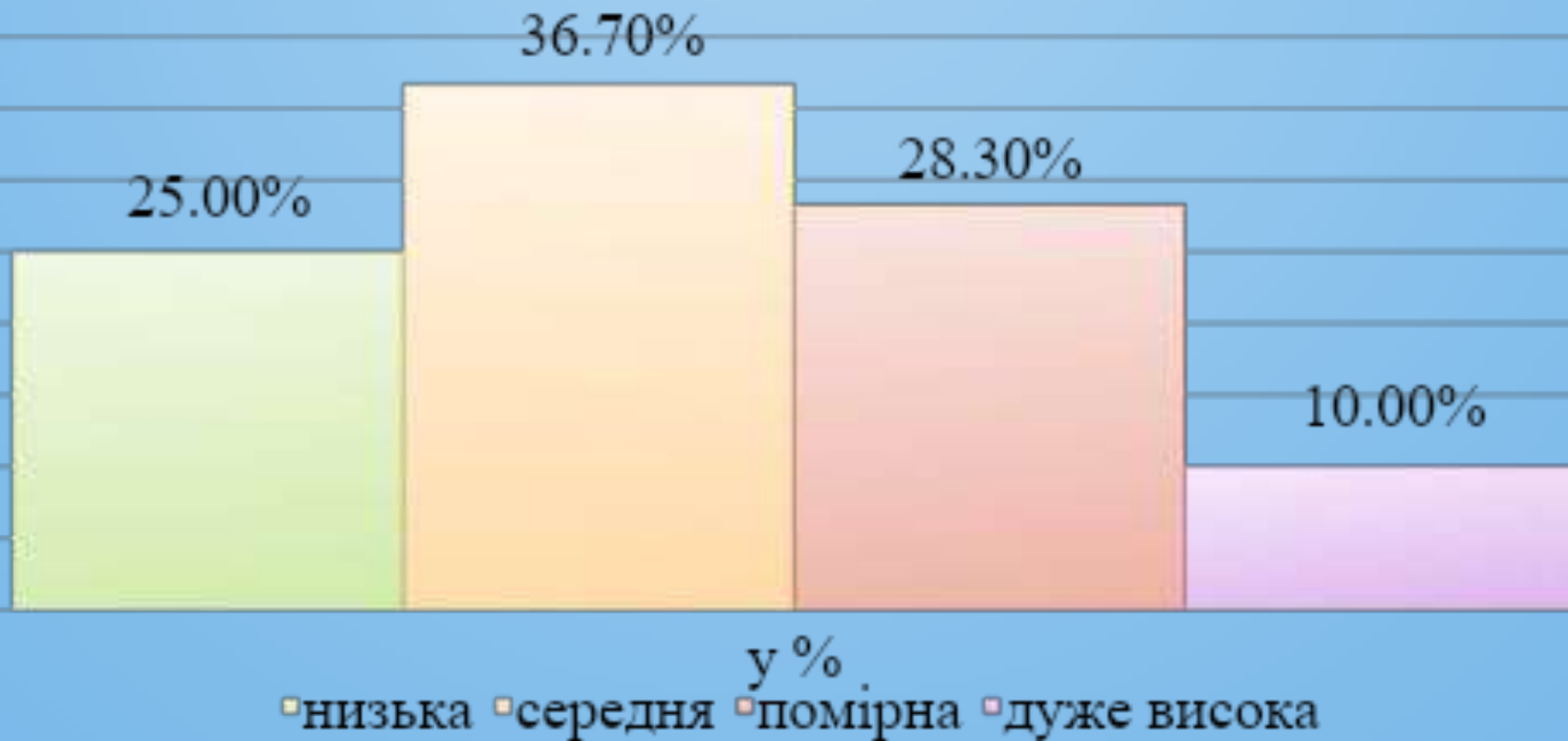
Результати визначення стресостійкості та соціальної адаптації за методикою Т. Холмса, Р. Раге



Результати дослідження копінг-поведінки в стресових ситуаціях за методикою Т. Крюкова



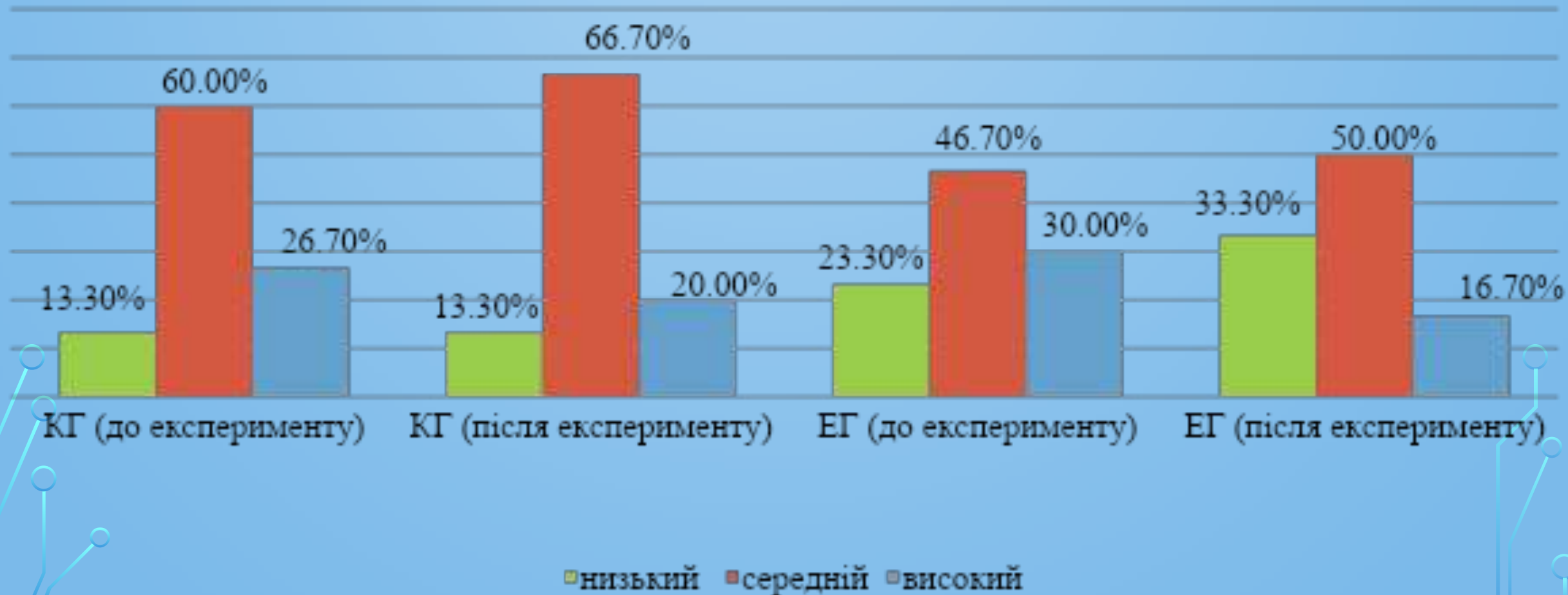
Результати дослідження мотивації до успіху за методикою Т. Елерса



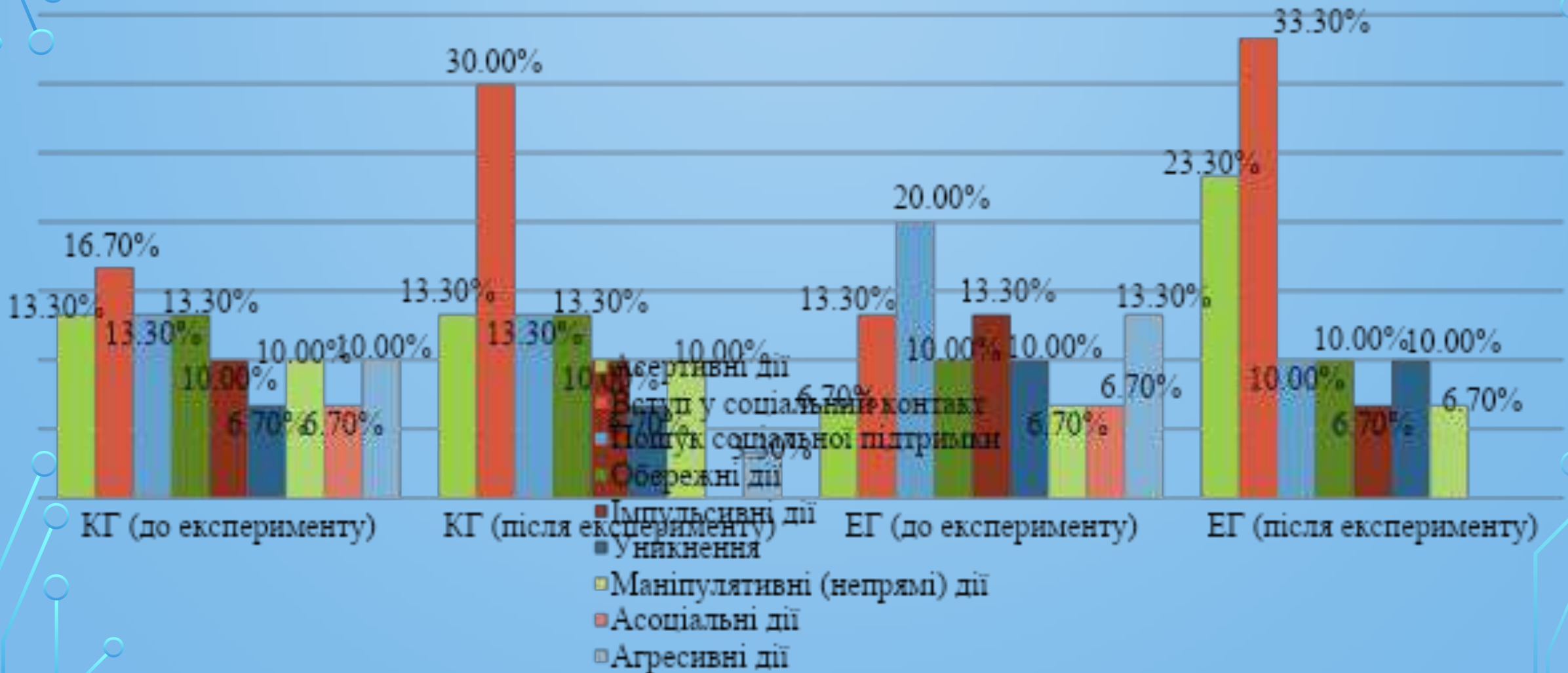
Програма становлення професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій

Мета програми: підвищити рівень стресостійкості особистості шляхом усвідомлення ресурсів тілесності, усвідомлення цілісності власної особистості, вироблення позитивного душевного настрою, що полегшує функціонування мозку й усіх органів тіла і веде до підвищення стресостійкості особистості; актуалізація особистого досвіду учасників, пов'язаного з використанням різних способів поведінки в стресових ситуаціях.

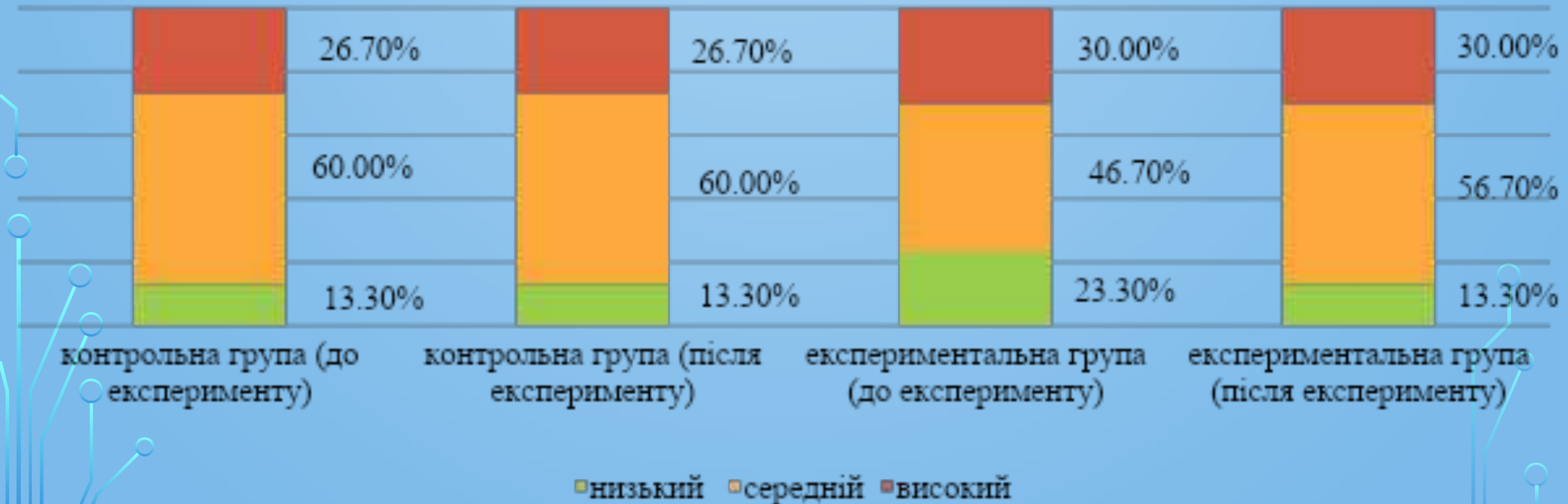
Порівняльний аналіз психологічного стресу за методикою лемура-тесьє-філона



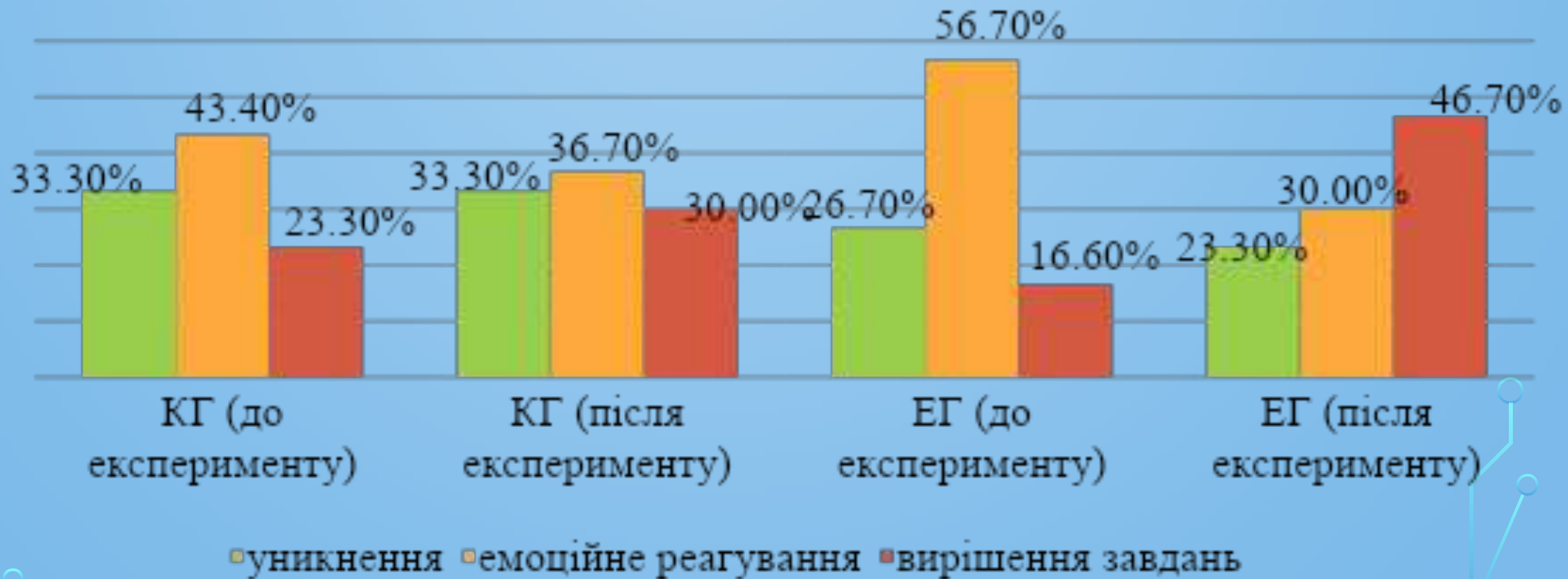
Порівняльний аналіз стратегій подолання стресових ситуацій за методикою С. Хобфолла



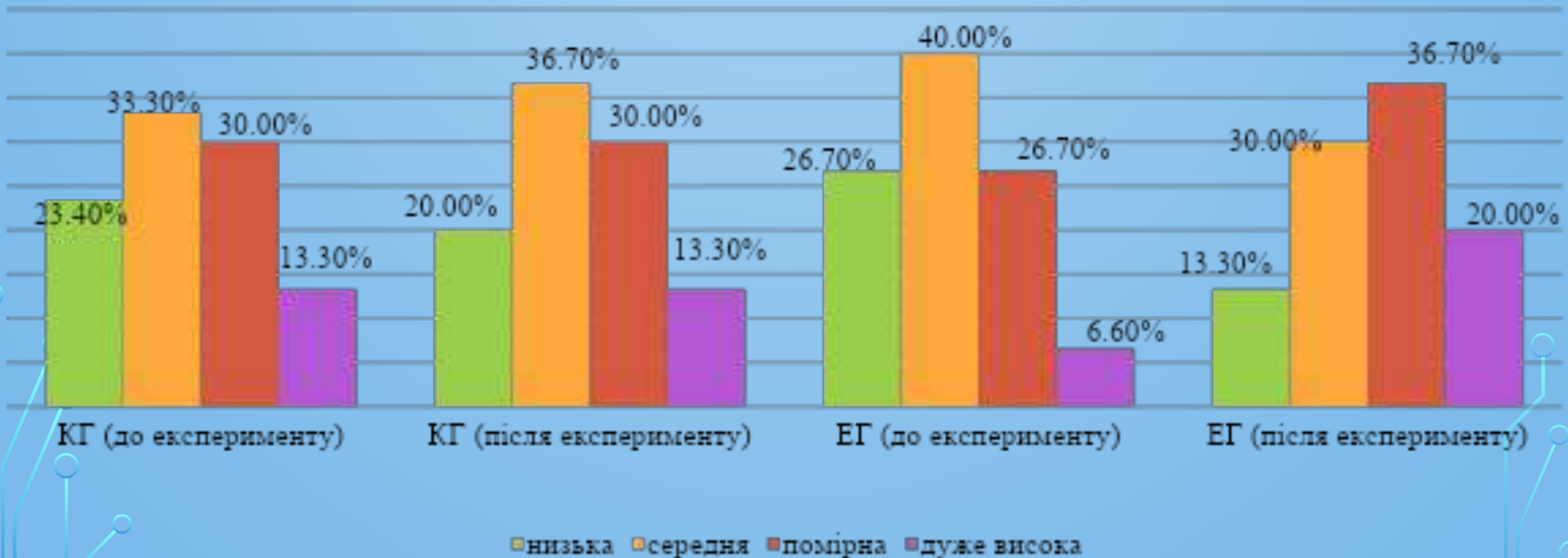
Порівняльний аналіз визначення стресостійкості та соціальної адаптації за методикою Т. Холмса, Р. Раге



Порівняння результатів вивчення копінг-поведінки у стресових ситуаціях за методикою Т. Крюкової



Порівняльний аналіз дослідження мотивації до успіху за методикою Т. Елерса



- **Практична значущість дослідження** полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані в різних галузях психологічної практики, зокрема для: організації діагностики професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій; розробки ефективних програм психологічного супроводу фахівців на різних етапах професійного становлення, спрямованих на саморегуляцію і корекцію стресостійкості особистості.