

Андрій Черкашин

кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. Зязюна, Національний технічний університет “Харківський політехнічний інститут”; Харків, Україна
ORCID: 0000-0003-4929-6706
E-mail: cherkashin68@ukr.net

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Анотація: у статті розглянуто основні підходи щодо проблеми стресостійкості студентів у закладах вищої освіти України. Визначено, що ряд науковців розглядають стресостійкість як властивість особистості, яка визначає ефективну її діяльність, а інші, як когнітивно обумовлені механізми подолання стресу. Зазначається, що у психологічній науці існують й інші погляди на стресостійкість особистості, але при дослідженні стресостійкості студентів у освітньому процесі закладу вищої освіти доцільно використовувати вищевказані підходи. Проведені дослідження дають підстави стверджувати, що більшість студентів мають низький рівень психологічного стресу, нервово-психічної напруги та середній, високий рівні життєстійкості. Основними копінг-стратегіями поведінки студентів у ситуаціях стресу є “конфронтаційний копінг”, “уникнення”, “самоконтроль” та “планування рішення проблеми”.

Ключові слова: стресостійкість, копінг-стратегії, особистість, студенти, освітній процес, заклади вищої освіти.

Andrii Cherkashyn

candidate of psychological sciences, associate professor, professor of pedagogy and psychology of management of social systems academician I. Zyazyun, National Kharkiv Polytechnic Institute Technical University;
Kharkiv, Ukraine
E-mail: cherkashin68@ukr.net

STRESS RESISTANCE AND COPING STRATEGIES OF STUDENTS' BEHAVIOR DURING THE EDUCATIONAL PROCESS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Abstract: the article considers the main approaches to the problem of stress resistance of students in higher education institutions of Ukraine. It is determined that a number of scientists consider stress resistance as a property of the individual that determines its effective activity, and others as cognitively conditioned mechanisms for overcoming stress. It is noted that in psychological science there are other views on the stress resistance of the individual, but when studying the stress resistance of students in the educational process of higher education, it is advisable to use the above approaches. Studies suggest that most students have low levels of psychological stress, mental stress and medium, high levels of resilience. The main coping strategies of students' behavior in stressful situations are “confrontational coping”, “avoidance”, “self-control” and “problem solving planning”.

© Андрій Черкашин, 2021

Key words: stress resistance, coping strategies, personality, students, educational process, institutions of higher education.

Андрей Черкашин

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВО ВРЕМЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: в статье рассмотрены основные подходы по проблеме стрессоустойчивости студентов в учреждениях высшего образования Украины. Определено, что ряд ученых рассматривают стрессоустойчивость как свойство личности, которое определяет эффективную ее деятельность, а другие, как когнитивно обусловленные механизмы преодоления стресса. Отмечается, что в психологической науке существуют и другие взгляды на стрессоустойчивость личности, но при исследовании стрессоустойчивости студентов в образовательном процессе учреждения высшего образования целесообразно использовать вышеуказанные подходы. Проведенные исследования дают основания утверждать, что большинство студентов имеют низкий уровень психологического стресса, нервно-психического напряжения и средний, высокий уровни жизнестойкости. Основными копинг-стратегиями поведения студентов в ситуациях стресса является “конфронтационный копинг”, “избегание”, “самоконтроль” и “планирование решения проблемы”.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, копинг-стратегии, личность, студенты, образовательный процесс, высшие учебные заведения.

Andrii Cherkashyn

An extended abstract of the paper on the subject of:

“Stress resistance and coping strategies of student behavior during the educational process in higher education institutions”

Problem setting. The article considers the main approaches to the problem of stress resistance and coping strategies of students in higher education institutions of Ukraine. The current state of development of science and higher education in Ukraine is characterized by the introduction of new scientific and educational technologies for the training of modern competitive professionals. In the educational process in higher education institutions, various stressors that cause the emergence of relevant negative states impact all participants in this process. The disorders in the cognitive, emotional, motivational and behavioral spheres of students' activities negatively affect the scientific and educational.

analysis. Thus, there is an urgent question to study the features of stress resistance of student youth and their use of coping strategies of behavior in the educational process in higher education institutions. Scientific studies of personality stress show that, on the one hand, a significant number of results have been accumulated on the study of stress resistance, on the other hand, many authors note the complexity and inconsistency and insufficiency of conceptual and methodological developments of this psychological phenomenon. In psychological publications, the problem of personality stress is covered in fragments. Researchers do not pay attention to the principles of development and systematization of personality.

Recent research and publications

Paper objective. In general, the practi-

calcontent of scientific research is aimed at finding a coping strategy and coping resources of the individual, on recommendations for overcoming post-stress states of people who have experienced the traumatic effects of various stressors. A number of scientists consider stress resistance as a property of personality that determines the effective activity of personality, and others as cognitively conditioned mechanisms of coping with stress.

Paper main body. In psychological science, there are other views on the stress resistance of the individual, but when studying the stress resistance of students in the educational process of higher education, it is advisable to use the aforementioned approaches. Our research suggests that most

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Сучасний стан розвитку науки та вищої освіти в Україні характеризується впровадженням нових наукових та освітніх технологій щодо підготовки сучасних конкурентоспроможних фахівців. Освітній процес у закладах вищої освіти характеризується впливом на всіх учасників освітнього процесу різноманітних стрес-факторів, які обумовлюють виникнення відповідних негативних станів. Крім цього, на цей час дуже значний негативний вплив на психічний стан учасників освітнього процесу ЗВО здійснює наявність високих показників захворювання серед населення України на COVID-19. Відповідно, студентська молодь перебуває у постійному стані стресу, що може спричинити погіршення загального стану психічного та соматичного станів їхнього здоров'я. Порушення в когнітивній, емоційній, мотиваційній і поведінковій сферах діяльності студентів негативно впливають на показники наукової та навчальної діяльності. Отже, постає нагальне питання щодо вивчення особливостей стресостійкості студентської молоді та використання ними копінг-стратегій поведінки в умовах освітнього процесу у закладах вищої освіти.

students have low levels of psychological stress, mental stress and medium, high levels of resilience. Accordingly, more students of higher education institutions have a sufficient level of stress resistance, trying to find effective ways to achieve goals regardless of the end result.

Conclusions of the research. The main coping strategies of behavior in stressful situations by students are "confrontational coping", "avoidance", "self-control" and "problem solving planning", which gives grounds to claim that students' resistance to the negative emotional impact of stress with energy conservation, lack of emotional "infection" by strengthening the functions of self-control, adequacy to respond to stressful situations.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми і на які спирається автор. В загально-теоретичному плані у наукових психологічних дослідженнях проблема стресостійкості представлена у працях: Г. Айзенка, Г. Олпорта, К. Роджерса у напрямку теорії особистості; Г. Сельє, Л. Карамушки, Н. Оніщенко у напрямку теорії стресу; У. Кеннона у розвитку теорії гомеостазу; В. Небиліцина, В. Мерліна в контексті розвитку теорії темпераменту і властивостей нервової системи; Г. Никифорова, А. Черкашина, Б. Ломова, В. Бодрова, щодо формування надійності діяльності та ін [1,2, 5,7, 8, 9, 12, 13,14].

Дослідженню копінг - стратегій поведінки особистості присвячені наукові праці Л. Александрової, К. Корнева, А. Пріхідько, Є. Рассказової і Т. Гордєєвої, О. Склень, С. Хазової, І. Шагарової, G. Bouchard, В. Comras, R. Lasagus [15,17]. В проведених дослідженнях науковців набули свого відображення особливості копінг-стратегій особистості залежно від віку, статі, особливостей середовища та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. Аналіз

наукових доробок вказує на недостатність наукових досліджень щодо теоретико-методологічного та емпіричного аналізу проблеми стресостійкості та копінг-поведінки студентів як психологічного феномена в умовах освітнього процесу у закладах вищої освіти. Визначення особливостей стресостійкості студентів та їхніх копінг-стратегій поведінки буде сприяти вдосконаленню форм та методів психолого-педагогічного супроводження освітнього процесу у ЗВО.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Визначити особливості стресостійкості студентів та застосування ними відповідних копінг-стратегій поведінки у освітньому процесі закладу вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. На цей час велика кількість наукових публікацій присвячено проблемі дослідження стресу, але тільки невелика кількість з них присвячені проблемі стресостійкості особистості. Наукові дослідження стресостійкості особистості показують, що, з одного боку, накопичено значну кількість результатів, присвячених вивченню стресостійкості, з іншого - багато авторів відзначають складність і багато в чому суперечливість і недостатність концептуальних і методологічних розробок даного психологічного феномена. В психологічних публікаціях проблема стресостійкості особистості висвітлена фрагментарно. Поза увагою дослідників залишаються принципи розвитку і системності особистості. В цілому практичний зміст наукових досліджень спрямовано на пошук копінг-стратегії і копінг-ресурсів особистості, на рекомендації щодо подолання постстресових станів людей, які пережили травмуючий вплив різноманітних стрес-факторів.

На думку В. Крайнюк, стресостійкість - це загальна якість особистості, яка характеризується здатністю протистояти стресовим факторам за період часу, який

необхідний для організації нових умов, в яких даний стресор не буде загрозливим. В подальшому автор зазначає, що індивідуальні особливості стресостійкості визначаються як динамічні в часі, залежні від зовнішніх і внутрішніх факторів та визначаються рівнем і розвиненістю окремих функцій цілісної системи і взаємодією визначених її чотирьох структурних компонентів - особистісного, соціального, типологічного, поведінкового [6].

В. Мерлін [8], розглядає стресостійкість як індивідуальну психологічну особливість, яка являє собою специфічну взаємодію різнорівневих властивостей інтегральної індивідуальності, що забезпечує біологічний, фізіологічний та психологічний гомеостаз системи і веде до оптимальної взаємодії суб'єкта з оточуючим середовищем в різноманітних умовах життєдіяльності. В. Бодров пише, що стресостійкість є властивість особистості, що сприяє високій продуктивності діяльності в екстремальному просторі [2].

Ряд авторів (Л. Мерфі, Р. Лазарус, С. Фолкман, Д. Амірхан та ін.) під стресостійкістю розуміють різні когнітивно обумовлені механізми подолання стресу (копінг-механізми) і механізми психологічного захисту. Копінг-механізми проявляються в когнітивній, емоційній і поведінковій сферах людини у вигляді різноманітних копінг-стратегій: протистоння, совладання, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, планового вирішення проблеми, позитивної переоцінки (Р. Лазарус, С. Фолкман). Слід зазначити, що оволодіння способами подолання емоційної напруги і освоєння механізмів психокорекції займають значне місце у формуванні стресостійкості особистості. Однак, на наш погляд, механізми подолання стресу і явище стресостійкості взаємопов'язані, але не тотожні.

Відповідно, ряд авторів розглядають стресостійкість як властивість особистості, яка визначає ефективну її діяльність, а інші - як когнітивно обумовлені механізми по-

долання стресу. Слід зазначити, що у нашому дослідженні ми врахували два основних погляди на стресостійкість, які визначають стресостійкість студентів у освітньому процесі закладу вищої освіти.

Для досягнення мети було використано наступні психодіагностичні методики: “Копінг тест Лазаруса”, “Шкала психологічного стресу PSM-25” Лемура - Тес'є - Філліона (в адаптації Н.Водоп'янової), “Опитувальник нерво-

во-психічної напруги” (Т. Немчін), “Тест життєстійкості” (С. Мадді), а також методи обробки даних за допомогою статистичного пакету даних SPSS (версія 20.0): визначення коефіцієнту кореляції Пірсона. У дослідженні взяло участь 50 студентів-психологів 2 - 3 курсів Національного технічного університету “Харківський політехнічний інститут”.

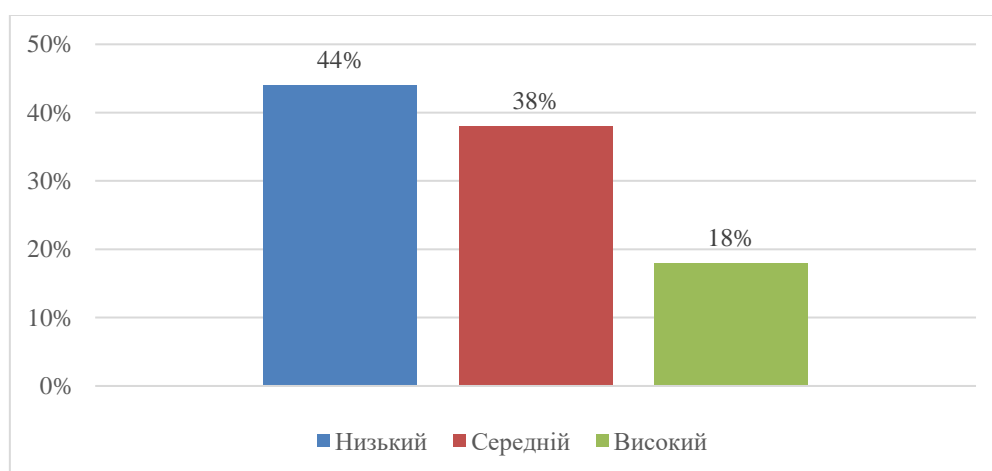


Рис.1. Результат дослідження за допомогою методики “Шкала психологічного стресу PSM-25”

За результатами дослідження за методикою “Шкала психологічного стресу PSM-25” (рисунок 1) 44% опитуваних студентів мають низький рівень психологічного стресу, що свідчить про розвинену стресостійкість та можливість протидіяти впливу різноманітних стресорів, швидко адаптацію до ситуації, здатність максимально мобілізувати себе і проявляти усі свої сильні сторони для виходу із стресової ситуації. Отже, труднощі, що виникають, вони сприймають з філософської позиції, розуміючи їх як черговий життєвий урок.

38% з опитаних студентів мають середній рівень психологічного стресу,

що характеризує їх як спроможних адекватно оцінювати ситуацію, що виникає, та переносити стрес без відчутних наслідків для себе і оточення. Вони можуть швидко приймати рішення, мають хороший внутрішній захист, який допомагає ефективно протистояти негативному впливу стресу.

18% з опитуваних студентів мають високий рівень психологічного стресу. Відповідно, це свідчить про низькі показники їхньої стресостійкості: наявність неадекватної оцінки стресової ситуації; нездатність приймати швидкі і правильні рішення; можливість дезадаптуватися при занадто сильному впливі стресору.

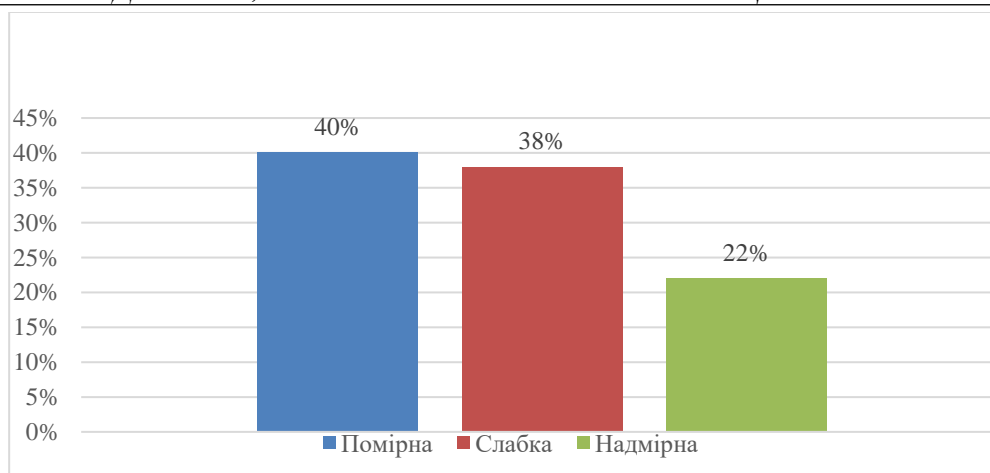


Рис. 2. Результати досліджень за методикою “Шкала нервово-психічної напруги” (Т. Немчіна)

За методикою “Шкала нервово-психічної напруги” (Т. Немчіна), що зображено на рисунку 2, у 22% опитуваних студентів стан нервово-психічної напруги знаходиться на надмірному рівні. Це може викликати у них складнощі, пов’язані з реагуванням на мінливість подій, сильним впливом стресору, що може приводити до стресових станів організму.

У 40% студентів стан нервово-психічної напруги знаходиться на помір-

ному рівні. Це свідчить про вразливість їхньої психіки, що може приводити до розсіяної уваги, нервовості, роздратованості та агресивності.

У 38% студентів стан нервово-психологічної напруги знаходиться на низькому рівні, що свідчить про адекватність сприйняття студентами стресових впливів, що виникають, про готовність активно діяти в умовах емоційного впливу.

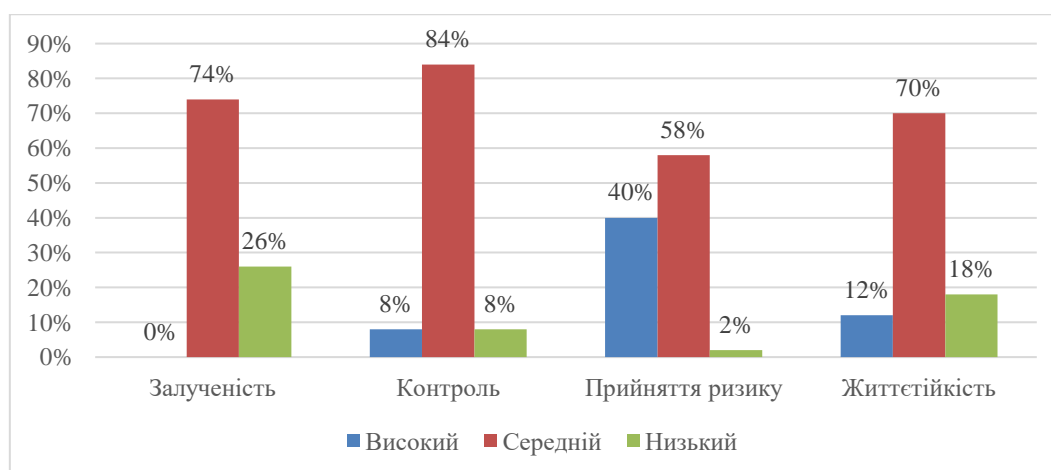


Рис. 3. Результати дослідження за методикою “Тест життєстійкості”

Аналіз результатів за методикою “Тест життєстійкості” (рисунок 3) дає підстави стверджувати, що 18% студентів мають показники життєстійкості на низькому рівні, а 70% та 12% студентів

мають відповідно середні та високі показники життєстійкості. Отже, більша кількість студентів в меншій мірі залежить від ситуативних переживань, мають достатньо ресурсів щодо подолання

негативного впливу різноманітних життєвих ситуацій.

В основі прийняття ризику у 98 % студентів лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань із досвіду і використання його наступного разу. Вони готові діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на свій страх і ризик, вважаючи, що прагнення до простого комфорту і безпеки знецінює життя особистості.

92% студентів мають високий рівень контролю, що свідчить про переко-

наність їх у необхідності активної життєвої позиції на досягненні поставлених цілей незалежно від кінцевого результату.

74 % студентів мають середні показники за шкалою “залученість”, що свідчить про задоволеність ними власною діяльністю. 26 % студентів мають низькі показники за шкалою, що відбиває їх незадоволеність показниками життєдіяльності.

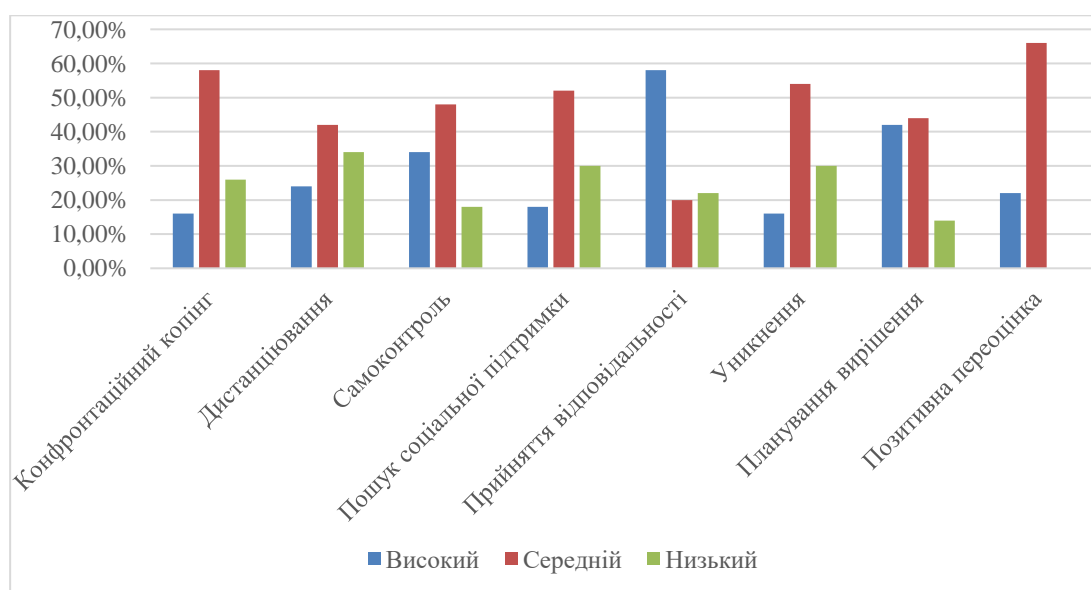


Рис. 4. Відсоткове співвідношення рівнів проявів копінг-стратегій у студентів за методикою “Копінг-тест”

Аналіз даних отриманих за методикою “Копінг стратегії” (рисунок 4), показує, що 72% студентів використовує копінг-стратегію “конфронтації”, що забезпечує здатність до опору труднощам, енергійність та підприємливість у вирішенні проблемних ситуацій, вміння відстоювати власні інтереси, справлятися з тривожністю в стресових ситуаціях.

76 % студентів використовують копінг-стратегію “дистанціювання”, яка дозволяє долати негативні переживання у зв'язку з проблемою за рахунок суб'єктивного зниження її значущості та ступеня емоційної залученості до неї. Для цієї

копінг-стратегії характерно використання інтелектуальних прийомів раціоналізації, перемикання уваги, відсторонення, гумору, але існує можливість знецінення студентами власних переживань, недооцінка значимості та можливостей дієвого подолання проблемних ситуацій.

72 % студентів використовують копінг-стратегію “самоконтроля”. Відповідно, у напружених ситуаціях студенти долають проблемну ситуацію за рахунок цілеспрямованої регуляції власних емоцій, мінімізації їх впливу на оцінку ситуації і вибір відповідної стратегії поведінки. Слід зазначити, що надмірні

чи недостатні показники за цією шкалою можуть привести до формування у студентів труднощів у проявах власних переживань, потреб та спонукань у зв'язку із проблемною ситуацією, а також до надконтролю поведінки.

70 % студентів застосовують копінг-стратегію “пошук соціальної підтримки”, що дозволяє їм вирішувати проблеми за рахунок залучення зовнішніх (соціальних) ресурсів, пошуку інформаційної, емоційної і дієвої підтримки.

78 % студентів надають перевагу використанню копінг-стратегії “прийняття відповідальності”, яка передбачає визнання суб'єктом своєї ролі у виникненні проблеми і відповідальності за її рішення, в ряді випадків із виразним компонентом самокритики та самозвинувачення.

Копінг-стратегія “уникнення” на високому рівні притаманна тільки 16 % студентів, яка може викликати реакцію ухилення, ігнорування існування проблем. Позитивною стороною використання такої копінг-стратегії є можливість швидкого зниження емоційної напруги в ситуації стресу.

Копінг-стратегію “планування рішення проблеми” використовують 86 % студентів. Отже, вони намагаються подолати проблеми за рахунок цілеспрямованого аналізу ситуації і можливих ефективних стратегій і варіантів поведінки з урахуванням об'єктивних умов, минулого досвіду і наявних ресурсів.

88% студентів надають перевагу використанню копінг-стратегії “позитивна переоцінка”. Стратегія позитивної переоцінки передбачає спробу подолання негативних переживань через позитивне переосмислення проблеми, розглядаючи її як стимул для особистісного зростання. Негативною стороною вказаної копінг-стратегії може стати вірогідність недооцінки особистістю можливостей дієвого вирішення проблемної ситуації.

Проведений кореляційний аналіз дозволив встановити прямий зв'язок між рівнем психологічного стресу та копінг-стратегіями “конфронтаційний копінг”

(0,602 при $p < 0,01$) та “уникнення” (0,598 при $p < 0,01$), що дає підстави стверджувати про посилення опору студентів до негативного емоційного впливу стресу зі збереженням енергетичних ресурсів та відсутністю емоційного “зараження” ним.

Зворотній кореляційний зв'язок був встановлений між рівнем психологічного стресу та копінг-стратегіями “самоконтроль” (-0,692 при $p < 0,01$) та “планування рішення проблеми” (0,662 при $p < 0,01$). Отже, чим вищі будуть сформовані у студентів функції контролю, керування своїми емоціями, адекватного аналізу стресової ситуації, тим нижче вони будуть мати рівень стресу.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. На підставі проведеного дослідження нами було визначено, що: по-перше, стресостійкість - це інтегративна якість особистості, яка визначає здатність протистояти стрес-факторам та зберігати оптимальну життєдіяльність; по-друге, під стресостійкістю розуміють різні когнітивно обумовлені механізми подолання стресу (копінг-механізми) і механізми психологічного захисту. У нашому дослідженні ми врахували два основних погляди на стресостійкість, які обумовлюють її студентів у освітньому процесі закладу вищої освіти.

Проведені нами дослідження дають підстави стверджувати, що більшість студентів мають низький рівень психологічного стресу, нервово-психічної напруги та середній, високий рівні життєстійкості. Відповідно, більша частина студентів закладів вищої освіти має достатній рівень стресостійкості, намагається знайти ефективні шляхи досягнення цілей незалежно від кінцевого результату.

Основними копінг-стратегіями поведінки студентів у ситуаціях стресу є “конфронтаційний копінг”, “уникнення”, “самоконтроль” та “планування рішення проблеми”, що дає підстави стверджувати про посилення опору студентів до негативного емоційного впливу стресу зі збереженням енергетичних ресурсів, від-

сутністю емоційного “зараження” ним за рахунок посилення функцій самоконтролю, адекватністю реагуванню на стресові ситуації.

Перспективним напрямком дослі-

дження бачимо дослідження форм та методів подолання негативного впливу стресу на студентів в освітньому середовищі закладів вищої освіти.

Список літератури:

1. Айзенк Г. Ю. Структура личности / Г. Ю. Айзенк – Москва: ЮВЕНТА. – 1999. – С. 464

2. Бодров В. А. Информационный стресс / В. А. Бодров // учеб. пособие для вузов. – Москва: “ПЕР СЭ”. – 2000. – С. 352

3. Водопьянова Н. Е. Синдром “выгорания” в профессиях системы “человек – человек” / Н. Е. Водопьянова // Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности под ред. Г. С. Никифорова и др. – Санкт-Петербург: Пресса. – 2001. – С. 282

4. Дубчак Г. М. Психология становления професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій / Г. М. Дубчак // Дис. д-ра психол. наук. – Київ. – 2018. – С. 387

5. Карамушка Л. М., Куриця Д. І. Психологічні чинники професійного стресу у держслужбовців / Л. М. Карамушка, Д. І. Куриця // Теорія і практика управління соціальними системами. – 2013. – №1. – С. 112–125. [Електронний ресурс]. –

Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipuss_2013_1_17.

6. Корольчук В. М. Психология стресостійкості особистості / В. М. Корольчук // Дис. д-ра психологічних наук 19.00.01 Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН Укр. 511 арк.: рис., табл. бібліографія: арк. Київ. – 2009. – С. 389 – 434

7. Ломов Б. Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии. – Москва: Педагогика. – 1991. – С. 296

8. Мерлин В. С. Структура личности: характер, способности, самосознание. – Пермь: Пермский гос. пед. институт. – 1990. – С. 110

9. Олпорт Г. В. Личность в психологии. – Москва: Ювента. – 1998. – С. 375

10. Приходько В. Н. Синдром эмоционального выгорания педагогов: моне-

торинг и методы его превенции / В. Н. Приходько // Управление школой. – 2011. № 16–18. С. 68–94

11. Пушкарёв А. Л., Доморацкий В. А., Гордеева Е. Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия / А. Л. Пушкарёв, В. А. Доморацкий, Е. Г. Гордеева // Изд-во Ин-та психотерапии. – Москва: – 2000. – С. 128

12. Назаров О. О., Оніщенко Н. В., Садковий В. П., Садковий О. В., Склень О. І., Тімченко О. В. Психологічні особливості базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України / О. О. Назаров, Н. В. Оніщенко, В. П. Садковий, О. В. Садковий, О. І. Склень, О. В. Тімченко. – Монографія. – Харків. – 2008. – С. 186

13. Селье Г. Что такое стресс. Оптимальный уровень стресса. Психические состояния / Г. Селье // Сост. и общ. ред. Л. В. Куликова. – Санкт-Петербург: Питер. – 2000. – С. 424–430

14. Черкашин А. І. Формування емоційної стійкості фахівців пожежної хорони до впливу стрес-факторів підвищеної інтенсивності / А. І. Черкашин // Автореф. дис. на здобуття наук. ступеня к. псих. наук: 19.00.01. – Харків. – 1995. – С. 24

15. Compas, B., Connor-Smith, J., Saltzman, S., Thomsen, A., Wadsworth, S. (2001), “Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress and potential in theory and research”, *Psychological Bulletin*, vol. 127. № 1. pp. 87 – 127

16. Connor-Smit, J.K., Flachsbart, C. (2007), “Relations between personality and coping: a meta-analysis”, *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 93, pp. 1080–1107

17. Lazarus, R. (2006), “Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and

coping”, Journal of Personality, vol. 74, № 1. pp. 9–43

References:

1. Eysenck, G. Yu. (1999), “Personality structure”, Moscow: YUVENTA, p. 464
2. Bodrov, V.A. (2000), “Information stress: textbook. manual for universities”, Moscow: “PER SE”, p. 352
3. Vodopyanova, N. Ye. (2001), “The “burnout” syndrome in the professions of the “person-person” system”, Practical work on psychology of management and professional activity, ed. G. S. Nikiforova et al. St. Petersburg: Press, p. 282
4. Dubchak, G. M. (2018), “Psychology of formation of professional stress resistance of future specialists of socioeconomic professions: dis. Dr. Psychol”, Science, Kyiv, p. 387
5. Karamushka, L.M., Kuritsa, D.I. (2013), “Psychological factors of professional stress in civil servants”, Theory and practice of social systems management, no.1, pp. 112 – 125, available at: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipuss_2013_1_17.
6. Korolchuk, V. M. (2009), “Psychology of stress resistance of the person”, dis. Dr. of Psychological Sciences 19.00.01, Inst. of Psychology. G.S. Kostyuk APN Ukr. Kiev. 511 sheets: fig., tab. bibliography: pp. 389–434
7. Lomov, B. F. (1991), “Questions of general, educational and engineering psychology”, Moscow: Pedagogika, p. 296
8. Merlin, V.S. (1990), “Personality structure: character, abilities, self-awareness”, Perm: Perm State ped. Institute, p. 110
9. Allport, G. V. (1998), “Personality in Psychology”, Moscow: Juventa, p. 375
10. Prikhodko, V. N. (2011), “Syndrome of emotional burnout of teachers: monitoring and methods of its prevention”, School management, no. 16–18, pp. 68–94
11. Pushkarev, A.L. Domoratsky V.A., Gordeeva E. G. (2000), “Post-traumatic stress disorder: diagnosis, psychopharmacotherapy, psychotherapy”, Moscow: Publishing house of the Institute of Psychotherapy, p. 128
12. Nazarov, O.O., Onishchenko, N.V. Sadkovy, V. P., Sadkovy, O. V., Sklen, O. I., Timchenko, O. V. (2008), “Psychological features of basic coping strategies and personal coping resources of employees of fire and rescue units of the Ministry of Emergencies of Ukraine”, monograph, Kharkiv, p.186
13. Selye, G. (2000), “What is stress. Optimal stress level. Mental states”, comp. and total. ed. Kulikova, L. V. St. Petersburg: Peter, pp. 424–430
14. Cherkashin, A. I. (1995), “Formation of the social stiffness of the poorer burial before the stress factors in the increased intensity”, abstract of Ph.D. dis. on the science. step k. psycho. Sciences: 19.00.01, Kharkiv, p. 24
15. Compas, B., Connor-Smith, J., Saltzman, S., Thomsen, A., Wadsworth, S. (2001), “Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress and potential in theory and research”, Psychological Bulletin, vol. 127. № 1. pp. 87–127
16. Connor-Smit, J.K., Flachsbart, C. (2007), “Relations between personality and coping: a meta-analysis”, Journal of Personality and Social Psychology, vol. 93, pp. 1080 – 1107
17. Lasarus, R. (2006), “Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping”, Journal of Personality, vol. 74, № 1. pp. 9 – 43

Стаття надійшла до редколегії 03.03.2021