

ДИФЕРЕНЦІЙНИЙ ПІДХІД У ПСИХОДІАГНОСТИЦІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Когут Олександра Олександрівна¹

¹Кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Донецького юридичного університету, м. Кривий Ріг (Україна)

ORCID ID: <http://orcid.org/0000-0003-0116-2274>

UDC: 159.944.4.019.4

АНОТАЦІЯ

Стаття присвячена обґрунтуванню ідеї дослідження стресостійкості особистості на основі диференційного підходу. У статті стресостійкість особистості розглядається як системно-інтегративна властивість особистості, яка забезпечує прогнозованість біопсихологічних реакцій на стрес; оптимізацію соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій; трансформацію ціннісно-сміслових постстресових наслідків. Автор виокремила ключові складові стресостійкості особистості: психофізіологічну, емоційно-комунікативну, когнітивну, ціннісно-вольову. Встановлено, що розвиток стресостійкості особистості детерміновано: реакцією особистості на стрес, її особистісними характеристиками й умовами соціокультурного середовища. Удосконалено діагностичний та оцінювально-критеріальний моніторинг показників розвитку та формування стресостійкості особистості. Виокремлено критерії оцінювання розвитку стресостійкості особистості: біопсихологічний, соціокультурний, організаційно-поведінковий. Представлено авторську комплексну психодіагностичну методику «Диференційна діагностика стресостійкості особистості». Доведено ефективність застосування діагностики стресостійкості особистості за принципами диференційного підходу.

Ключові слова: стрес, стресостійкість, диференційний підхід, системна модель стресостійкості особистості, інтегративний розвиток і формування стресостійкості особистості.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Сучасне суспільство потерпає від стресів, що народжені цивілізацією. Найбільш обговорюваними та впливовими в Україні є такі стрес-фактори, як гібридна війна та вірусологічна пандемія. Внаслідок стресів громадяни отримують психологічні травми та психосоматичні розлади. Виникає необхідність у створенні сучасних центрів психодіагностики та психотерапії, які б надавали кваліфіковану допомогу постраждалим внаслідок стресових розладів. За для цього є необхідним забезпечити всі категорії населення необхідними знаннями, вміннями та навичками як допомагати собі та близьким у стресових ситуаціях, формувати та розвивати стресостійкість. Поліваріативність вживання феномену

«стресостійкість особистості» (Г. Гартман, С. Кобейса, Р. Лазарус, С. Мадді, Г. Сельє, С. Фолькман та ін.) ускладнює процедуру її діагностики. Деякі психологи зосереджують свою увагу на визначенні наявних копінг-стратегій, які допомагають людині оволодіти та врегулювати взаємовідносини з оточуючим середовищем (Г. Гартман, Р. Лазарус). Інші дослідники діагностують рівень адаптації осіб до умов кризового соціума (А. Грись, Н. Токарева, М. Contreras, А. Mariela de León, В. Шмаргун). Є й такі, що вивчають особистісні ресурси стресоподолання (А. Сокур), наявні захисні механізми (В. Боснюк, С. Гарькавець, В. Доценко, В. Казміренко, К. Маннапова), особливості реагування на стресову ситуацію (Л. Царенко) тощо. Та хочеться зосередити увагу на поліваріативності прояву стресу та

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com

Copyright: © Olexandra Kohut

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

необхідності запровадження диференційованого підходу в діагностиці стресостійкості особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор. Теоретико-методологічний аналіз праць сучасних науковців надав підстави зрозуміти, що стресостійкість особистості є набутою властивістю, яка допомагає людині опанувати психобіологічні реакції на стрес, оптимізувати соціокультурні та організаційно-поведінкові стратегії подолання надскладних і надзвичайних ситуацій, уникнути або пом'якшити наслідки стресу, визначити ціннісно-сміслові трансформації постстресових наслідків, знайти в собі сили та спрямувати їх на подолання небезпечних ситуацій.

Цінність диференціального підходу (Г. Спенсера, В. Штерна) полягає в можливості виокремити індивідуальні розходження між людьми й групами людей за біопсихологічним, соціокультурним та організаційно-поведінковим критеріями, що застосовано в діагностиці стресостійкості осіб полігранних професійних спрямувань; за реакціями на стрес на основі темпераментів (Г. Айзенка, І. Павлова); за біопсихосоціотиповими відмінностями поведінки людини в напружених і стресових ситуаціях (К. Юнга); за акцентуаціями характеру, які розглядаються в контексті дослідження як надмірно посилені риси характеру, внаслідок чого людина виявляє вибіркочувствливість до певних психогенних факторів за нормальної стійкості до інших (К. Леонгард, А. Личко, С. Хатуей, Дж. Маккінлі).

Аналіз актуального стану досліджень свідчить, що поняття стресостійкості має полімодальні визначення, як от: копінг-поведінка, стратегії життєдіяльності, стресоподолання, проактивне подолання складних ситуацій, продуктивні стратегії поведінки, когнітивна «переробка», резилієнтність, саморегуляція, фрустраційна толерантність, копінг-стратегії, стресрезистентність, життєстійкість (В. Бодрова, Є. Васильєва, В. Гарбузова, П. Горизонтова, Л. Китаєва-Смика, Б. Овчиннікова, Р. Сапольські, Л. Еспінволл і Ш. Тейлора, Ч. Карвера, П. Шифмана, Л. Мерфі, Р. Моуз, Я. Ляшина, Д. Паркера, С. Страка, С. Кобейс та С. Мадді, К. Уїллз, Е. Фрайденберга, С. Фолькмана, Н. Хаан, Р. Шварцера та ін.). Означене надає підставу для застосування системного дискурсу дослідження.

Теоретичну основу дослідження стресостійкості особистості представлено методологією системного підходу К. Бергаланфі, Ф. Перегудова, Б. Ломова, С. Виготського, Дж. О'Коннора, І. Макдермотта та ін. У розкритті поняття «система» опиралися на визначення Дж. ван Гіга, який розуміє її як сукупність або множинність організаційно пов'язаних між собою елементів. Системний дискурс дослідження стресостійкості особистості ґрунтується на принципах єдності об'єктів і їхніх зв'язків, забезпечує потребу в упорядкуванні пізнавальної інформації (В. Александров). У дослідженні структури стресостійкості виходили з позицій К. Бернара, який розглядав внутрішнє середовище організму як систему, що забезпечує його виживання в зовнішньому середовищі. В свою чергу механізми стресостійкості особистості застосовано ґрунтуються за принципами системності гомеостазу У. Кеннона. Принцип системного детермінізму А. Петровського і М. Ярошевського запроваджено з метою виокремлення змісту критеріїв діагностики стресостійкості особистості.

Виділення невіршених раніше частин загальної проблеми, яким присвячується стаття. З огляду на затребуваність сучасної спільноти, є важливою розробка нової діагностичної методики, яка б охоплювала всі ключові для адаптації людини у сучасному кризовому суспільстві аспекти: психофізіологічну, емоційно-комунікативну сферу, когнітивну та вольову складові.

Мета дослідження – розробити та апробувати комплексну діагностичну методику діагностики стресостійкості особистості на основі диференційного підходу.

Наукове обґрунтування методології проведеного дослідження. У розробці опитувальника ми виходили з того, що стресостійкість особистості – це системно-інтегративна властивість особистості, що забезпечує прогнозованість психобіологічних реакцій на стрес; оптимізацію соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій; визначення ціннісно-сміслових трансформацій постстресових наслідків. А також зосредили увагу на тому, що стресостійкість особистості має ключові структурно-динамічні та функціональні

характеристики, такі, як: психофізіологічну, емоційно-комунікативну, когнітивну та вольову.

Методи дослідження теоретичної спрямованості: теоретико-методологічний міждисциплінарний аналіз наукової літератури з метою визначення стану розробленості проблеми; теоретичний аналіз складових досліджуваної системи; синтез, узагальнення, моделювання результатів дослідження; порівняння наукових фактів; підсумовування результатів дослідження. **Методи емпіричної спрямованості:** спостереження, бесіда, анкетування, класифікація стрес-факторів, розробка опитувальника, **методи математичної статистики:** багатомірного моделювання даних (кореляційний аналіз на основі коефіцієнта Пірсона) для підвищення рівня обґрунтованості й об'єктивності отриманих закономірностей.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Наукова новизна результатів дослідження полягає в тому, що *вперше автором розроблено та запроваджено в процес діагностики й розвитку стресо-*

стійкості особистості комплексну психодіагностичну методичку «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості», що дозволяє виокремити індивідуальні відмінності змісту стресостійкості між людьми й групами людей за психобіологічним, соціокультурним та організаційно-поведінковим критеріями.

Методика вміщає результати дослідження показників складових стресостійкості особистості, які погруповано за трьома критеріями. Вибірку досліджуваних склали 100 осіб: 25 патрульних поліції, 25 курсантів, 25 юристів, 25 психологів, 25 вільних слухачів.

Диференціальна діагностика стресостійкості особистості (табл. 1)

Інструкція: Вам надається ряд стверджень, які характеризують Ваші звички реагувати на стрес. Оберіть ті, які Вам найбільш властиві, позначте їх у колонці «Бали». Пам'ятайте, що даний набір властивостей можна змінити, тому важливо розібратися, що для Вас характерно саме зараз, на даному етапі Вашого розвитку.

Таблиця 1.

Диференціальна діагностика стресостійкості особистості

КРИТЕРІЙ	СТВЕРДЖЕННЯ	Бали
Психобіологічний критерій	Я легко опановую своїми емоціями, коли мене ображають у конфліктній ситуації	50%
	Я швидко відновлюю втрачені ресурси після тривалого психофізичного перенавантаження	50%
	Спостерігаючи за своїм диханням, я помічаю, що мені важко вдихати, а видих є швидким, неповноцінним	30%
	Останнім часом у мене часто паморочиться в голові	20%
	Спостерігаючи за відчуттями в тілі, я усвідомлюю, що деякі частини тіла є перенапруженими, аж до болю	60%
	Я відчуваю себе захищеним в агресивній ситуації	36%
	Я переживаю страх	58%
	Я легко збуджуюся в ситуації конфлікту та швидко забуваю про нього	48%
	Я погано сплю уночі, вранці прокидаюся стомленим(ною)	30%
	Я часто забуваю виконувати важливі для мене справи	24%
	Я не відчуваю біль у нирках	90%
	Останнім часом в мене все валиться з рук, відчуваю себе розгубленим(ою)	32%
	Я застосовую методи релаксації після перенапруження	58%
	Я систематично займаюся спортом	32%
	У стресі я переживаю стан сильного збудження, в якому не розумію, де реальність, а де ілюзія	16%
	В мене рідко підвищується артеріальний тиск	72%
	Я відчуваю себе безсилим(ою) та безпомічним(ою) в ситуації стресу	46%
	Я уважна людина	70%
	Я швидко відновлюю сили та забуваю про сильні емоційні потрясіння	54%
	Я емоційно спокійна та врівноважена людина	76%
	Я часто відчуваю біль у шлунку	18%

Продовження Таблиці 1.

	Мені подобається пережити екстремальні ситуації	34%
	Я не швидко стомлююся на роботі	68%
	Я почуваю себе перевтомленим	52%
	Я маю міцне здоров'я	70%
	Я маю шкідливі звички, від яких самотужки мені важко позбутися (переїдаю, палю, вживаю психотропні речовини)	32%
	Сильні потрясіння викликають у мене стан психічного заторможення, я не в змозі щось зробити чи сказати	42%
	Мене не турбують провали в пам'яті	48%
	Я боюся покарання за неуспішну роботу так сильно, що часто допускаю помилки	34%
	Я схильний(а) так сильно пережити стрес, що захворюю	34%
Соціокультурний критерій	Мої близькі завжди підтримують мене у складних ситуаціях	64%
	Я легко втрачаю самоконтроль у соціальних конфліктах та відчуваю себе Жертвою обставин, що склалися	24%
	Світ цікавий, безпечне місце для життя	86%
	Після поразки в досягненні значущої для мене цілі я більше не намагаюся її досягнути	26%
	Готуючись до важливої події, за яку я відповідальний(а), я переживаю так сильно, що не можу заснути	74%
	Я толерантно ставлюся до недоліків інших	94%
	Я вважаю, що зло обов'язково має бути покараним	70%
	Я можу бути сильним(ою), можу бути слабким(ою), я маю право на підтримку і сильний(а), і слабкий(а)	94%
	У мене часто виникають підозри, що люди спеціально щось проти мене замислили, щоб роздратувати мене	10%
	Бувало таке, що після конфліктної чи надмірно напруженої ситуації я настільки виходив(ла) із себе, що втрачав(ла) контроль за власними діями, а потім не міг(могла) пригадати, що зі мною відбувалося	12%
	Мені важко керувати емоціями, коли мене несправедливо звинувачують	52%
	Я добре усвідомлюю свої потреби та орієнтуюся на потреби інших людей	82%
	Я вмю відстоювати свою думку та легко орієнтуюся на думку іншого	80%
	Я повинен(нна) радувати інших	26%
	Я впевнений у собі	82%
	Я відчуваю себе винуватим(тою) у групі людей, якщо щось іде не так	28%
	Зазвичай, мені важко в чомусь переконати	32%
	Я по-товариськи ставлюся до людей	100%
	Я часто думаю про те, що світ буде кращим без мене	10%
	Мені цікаво проводити час на самоті	74%
	Я часто виконую роль громовідводу у групі	40%
	Мій девіз: «Будь в усьому досконалим», але я при цьому маю право на помилку	66%
	Мені важко порозумітися з людьми, тому я орієнтуюся на виконання службових обов'язків	22%
	Я не нав'язую іншим свої думки, плани	84%
	У досягненні мети я керуюся бажанням повторити позитивні емоції, які супроводжували мене в попередньому досягненні успіху	88%
	Я позитивно вмотивований(а) до виконання професійних обов'язків	84%
	Я розумію потреби інших людей більше, ніж свої	42%
	Мені легко звертатися за допомогою до інших у складній ситуації	66%
	Я гнучко застосовую різні стратегії спілкування у конфліктних ситуаціях	78%
	Я агресивно ставлюся до людей, вони мене дратують	12%
Організаційно-поведінковий	Зазвичай, я відмовляюся від бажаної мети, тому що за неї необхідно долати важкі перешкоди	28%
	Мій настрій залежить від настрою інших людей, в середовищі яких я знаходжуся	36%
	Моя надмірна чутливість до стрес-факторів заважає мені контролювати себе у стресовій ситуації	38%
	Я часто ігнорую соціальні норми, моральні і етичні цінності	16%
	Перешкоди не засмучують мене, навпаки мотивують на їх подолання	58%

	Мені важко самостійно приймати рішення у напружених кризових ситуаціях життя	46%
	Я покладаюся на вдачу в ситуації стресу	46%
	Мої переконання часто суперечать одне одному	42%
	Коли мене ображають, я замислююся над тим, як мені відреагувати на ситуацію, що склалася	90%
	Мій девіз: «Сам живи й іншим допомагай»	74%
	Я легко приймаю рішення в надскладних ситуаціях	62%
	Я зникаю з поля активності на деякий час, поки буря емоцій, в конфліктній ситуації, не вчухне сама собою	54%
	Я живу життям, що наповнене смыслом	86%
	У мало знайомій для мене ситуації я займаю позицію спостерігача	90%
	Я не здатний(а) оптимістично дивитись на ситуацію, в якій зазнав(ла) поразки	10%
	Я краще сам(а) виконаю відповідальну роботу, ніж довірю її іншому	70%
	Мене не влаштовує моє життя	40%
	Я усвідомлюю смисл часто повторюваних стресових ситуацій	70%
	В стресовій ситуації я можу повести інших за собою	64%
	Я не планую свій час	44%
	Вважаю, що в групі повинен бути лише один лідер	46%
	Мета допомагає мені не відволікатися на зайві стрес-фактори	74%
	Вважаю, що стрес перешкоджає розвитку	54%
	Я цілеспрямований(а) особистість	80%
	Я відмовляюся від вирішення проблеми, якщо не бачу виходу із ситуації	40%
	Я відповідальна особистість	92%
	Я вміло застосовую стратегії подолання стресу	68%
	Серед цінностей статус, енергія, матеріальний статок, час, на першому місці в мене енергія	80%
	Я сам(а) керую своєю долею	76%
	Я професійно самореалізована особистість	72%

Інтерпретація результатів тестування:

Загальний рівень стресостійкості – 45 балів.

Кожен критерій оцінюється в 15 балів: 10-15 балів – високий рівень стресостійкості або адаптивний; 5-10 балів – середній рівень стресостійкості або середньо-адаптивний; 0-5 балів – низький рівень стресостійкості особистості або неадаптивний. Результати опитування, які відповідають стресостійким властивостям особистості виділено жирним.

Серед опитуваних за психобіологічним критерієм виявлено, що 50% вміло відновлюють втрачені психофізичні ресурси; 50% вміло керують своїми емоціями в стресі; 90% не мають психосоматичних постстресових ускладнень. Але, з них 60% переживають страхи; 46% відчувають себе безсилями; 52% перетомленими; 34% схильні захворіти, переживаючи стрес.

Серед досліджуваних за соціокультурним критерієм: 64% довіряють світові; 86% толерантно

ставляться до інших; 94% збалансовані в стосунках з іншими; 82% асертивні; 82% керуються мотивом досягнення успіху, а не уникнення невдач; 66% орієнтовані на соціальні копінг-ресурси; 78% стресрезиліентні у конфлікті; 74% мають переживають тривожність у стресі; 52% важко справитися з емоціями в стресових ситуаціях; 42% більше орієнтуються на інших, ніж на себе.

Опитувані за організаційно-поведінковим критерієм 58% фрустраційно толерантні; 46% нерішучі у стресі; 42% важко справитися із когнітивним дисонансом у стресі; 90% мислять рефлексивно; 74% керуються цінностями успішної особистості; 86% спонені смыслом життя; 80% цілеспрямовані; 92% відповідальні; 72% професійно реалізовані; але 70% незбалансовані у лідерстві.

Результати середніх показників опитуваних різних професійних спрямувань відображено в табл. 2.

Висновки та перспективи дослідження.

Таблиця 2.

Середні показники стресостійкості осіб поліпрофесійних спрямувань

Критерії	Партульні поліції	Курсанти	Психологи	Юристи	Вільні слухачі
Психобіологічний	14	10	10	10	8
Соціокультурний	11	8	13	11	9
Організаційно-поведінковий	10	7	12	14	9
Середні показники стресостійкості опитуваних	11,66	8,33	11,66	11,66	8,66

Отже, підводячи підсумки результатів порівняльного аналізу показників стресостійкості за розробленою комплексною методикою «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості», слід зазначити наступне:

– системний підхід надав можливість диференційовано підійти до оцінювання стресостійкості особистості;

– дозволяє прогнозувати поведінку людини в стресі більш детально описуючи стресостійкі складові особистості;

– показники за біопсихологічним критерієм є вищими у патрульних поліції; та у курсантів, які є витривалішими до психофізичних перенавантажень: систематично тренуються, що допомагає виробляти ендорфіни, які на гормональному рівні змінюють показники стресогенності;

– показники стресостійкості за соціокультурним критерієм є вищими у психологів: вони навчаються сублімації різних стресових переживань, є асертивними, створюють оптимальний комунікативний простір, мають розвинутий рівень психологічної культури, комунікативної компетентності;

– за організаційно-поведінковим критерієм найвищий рівень у юристів: вони тренують логічно-критичне мислення, навчаються переконувати, застосовувати стратегії подолання конфліктних ситуацій;

– найнижчий рівень стресостійкості у вільних слухачів, які спеціально не розвивали стресостійкість та у курсантів, які ще тільки розпочали навчально-професійну підготовку з курсу «Стресостійкість».

Перспектива дослідження полягає в подальшому вдосконаленні диференціально-діагностичних процедур; у розробці нових методів психодіагностики на основі диференційного підходу.

References:

- Aaron Antonovsky, Health, Stress and Coping (The Jossey-Bass Social and Behavioral Science Series) Hardcover, Jossey-Bass Publishers, U.S., 1979. 270 p.
- Aaron Antonovsky, Unraveling The Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well, San Francisco, Jossey-Bass Publishers, 1987. 218 p.
- Гулдинг М., Гулдинг Р. Психотерапия нового решения. Теория и практика. Москва : Независимая фирма «Класс», 1997. 288

с.

Корут О. О. Психология стрессостойкости личности. Монография. Кривий Ріг : ДЮІ МВС України, 2021. 435 с.

Fallon R. Goodman & Todd B. Kashdan (2019): The most important life goals of people with and without social anxiety disorder: Focusing on emotional interference and uncovering meaning in life. The Journal of Positive Psychology, DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689423>.

Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. Москва : Эксмо, 2018. 256 с.

Франкл В. Логотерапия и экзистенциальный анализ: статьи и лекции. Москва: Альпина Бизнес Букс, 2020. 344 с.

Yang D. Schema Therapy: A Practitioner's Guide. Publishing house : The Guilford Press, 2003. 436 p.

Oleksandra Kohut

PhD (Candidate of Psychological Sciences), Associate Professor of Social Sciences and Humanities Donetsk Law University, Kryvyi Rih (Ukraine)

DIFFERENTIAL APPROACH IN PSYCHODIAGNOSTICS OF PERSONALITY STRESS RESISTANCE

ABSTRACT

Theoretical and methodological analysis of personality stress resistance in systemic discourse made it possible to reveal the content of psychological patterns of personality stress resistance. Stress resistance of a personality is considered as a system-integrative personality trait, which provides predictability of psychobiological reactions to stress, makes it possible to carry out high-quality professional selection of workers in hazardous to life and health professions, differentiate the characteristics of stress resistance of specialists in polyprofessional areas, which will reduce the risks of emotional burnout of the personality under the influence of organizational stress factors ; supports the optimization of socio-cultural and organizational-behavioral strategies for overcoming highly complex and emergency situations, directing the resources of the individual to overcome critical situations - abnormal crisis, internal and external conflicts, frustrations and stressful situations; provides skills for providing psychological assistance to people suffering from dangerous situations. This optimization avoids or mitigates

the effects of stress; contributes to the implementation of value-semantic transformations of post-stress consequences, motivating a person to overcome dangerous situations.

A comprehensive diagnostic technique of personality stress resistance has been developed and tested, and the content of the criteria has been revealed: psychobiological, sociocultural, organizational and behavioral. Psychobiological criterion: resistance to neuropsychic tension, low level of neuroticity, absence of fears and aggressive states. Sociocultural criterion: the use of constructive protection in aggressive working conditions; a high level of communicative tolerance, adequate communicative control, self-confidence and activity, positive motivation to perform professional duties, balanced character structures, mastery of strategies for overcoming conflict situations, etc. Organizational and behavioral criterion: social adaptation; frustration tolerance; constructive coping strategies (focus on solving problems, seeking social support), an increased index of volitional self-regulation, the presence of a meaning in life, etc.

Key words: stress, stress resistance, differential approach, systemic model of personality stress resistance, integrative development and the formation of personality stress resistance.

Козут Александра Александровна

Кандидат психологических наук, доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин Донецкого юридического университета, г. Кривой Рог (Украина)

ДИФФЕРЕНЦИОННЫЙ ПОДХОД В ПСИХОДИАГНОСТИКЕ СТРЕСТОСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ

АННОТАЦИЯ

Теоретико-методологический анализ стрессоустойчивости личности в системном дискурсе дал возможность раскрыть содержание психологических закономерностей стрессоустойчивости личности. Стрессоустойчивость личности рассматривается как системно-интегративное свойство личности, которая обеспечивает прогнозируемость психобиологических реакций на стресс, дает возможность осуществлять качественный профотбор работников опасных для жизни и здоровья профессий, дифференцировать особенности стрессоустойчивости специалистов полипрофессиональных направлений, что уменьшит риски эмоционального выгорания личности под влиянием организационных стресс-факторов; поддерживает оптимизацию социокультурных и организационно-поведенческих стратегий преодоления сверхсложных и чрезвычайных ситуаций, направляющих ресурсы личности для преодоления критических ситуаций – ненормативного кризиса, внутреннего и внешнего конфликтов, фрустраций и стрессовых ситуаций; обеспечивает навыками оказания психологической помощи людям, страдающим от опасных ситуаций. Такая оптимизация позволяет избежать или смягчить последствия стресса; способствует осуществлению ценностно-смысловых трансформаций постстрессовых последствий, мотивирующих человека к преодолению опасных ситуаций.

Разработана и апробирована комплексная диагностическая методика стрессоустойчивости личности и раскрыто содержание критериев: психобиологический, социокультурный, организационно-поведенческий. Психобиологический критерий: устойчивость к нервно-психической напряженности, низкий уровень нейротичности, отсутствие страхов и агрессивных состояний. Социокультурный критерий: применение конструктивной защиты в агрессивных условиях труда; высокий

уровень коммуникативной толерантности, адекватный коммуникативный контроль, уверенность в себе и асертивность, сформирована положительная мотивация к выполнению профессиональных обязанностей, сбалансированные структуры характера, владение стратегиями преодоления конфликтных ситуаций и т.д. Организационно поведенческий критерий: социальная адаптированность; фрустрационная толерантность; конструктивные копинг-стратегии (ориентированность на решение проблем, поиск социальной поддержки), повышенный индекс волевой саморегуляции, наличие смысла жизни и т.д.

Ключевые слова: стресс, стрессоустойчивость, дифференциальный подход, системная модель стрессоустойчивости личности, интегративное развитие и формирование стрессоустойчивости личности.

How to cite (як цитувати):

Kohut, O. (2021). *DIFFERENTIAL APPROACH IN PSYCHODIAGNOSTICS OF PERSONALITY STRESS RESISTANCE. PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 7 (6), 98-105. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.6.9> [in Ukrainian]

Дата отримання статті: 15.05.2021

Дата рекомендації до друку: 21.06.2021

Дата оприлюднення: 30.06.2021