

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

**КОГУТ ОЛЕКСАНДРА ОЛЕКСАНДРІВНА**

УДК 159.944.4.019.4

**ПСИХОЛОГІЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія  
053 Психологія

**Автореферат**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
доктора психологічних наук

Переяслав – 2021

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Київському університеті імені Бориса Грінченка, Міністерство освіти і науки України, кафедра психології особистості та соціальних практик.

**Науковий консультант:** доктор психологічних наук, професор  
**Сергєєнкова Оксана Павлівна,**  
Київський університет імені Бориса Грінченка,  
завідувач кафедри психології особистості  
та соціальних практик.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**Томчук Михайло Іванович,**  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»,  
професор кафедри психології;

доктор психологічних наук, професор  
**Шмаргун Віталій Миколайович,**  
Національний університет біоресурсів  
і природокористування України,  
завідувач кафедри психології;

доктор психологічних наук, професор  
**Грись Антоніна Михайлівна,**  
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України,  
завідувач лабораторії психології  
соціально дезадаптованих неповнолітніх.

Захист відбудеться «24» вересня 2021 року о 14.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 27.053.04 в Університеті Григорія Сковороди в Переяславі: 08401, Київська обл., м. Переяслав, вул. Сухомлинського, 30.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Університету Григорія Сковороди в Переяславі, за адресою: 08401, Київська обл., м. Переяслав, вул. Сухомлинського, 30.

Автореферат розісланий «21» серпня 2021 р.

Вчений секретар  
спеціалізованої вченої ради



М. В. Ли́ла

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Високий рівень стресогенності сучасних соціокультурних умов життєдіяльності людини позначається на всіх сферах її реалізації. Стрес-фактори спонукають до розвитку та формування стресостійкості особистості. Швидкоплинний ритм інформаційно-комунікативного суспільства потребує високого рівня самоорганізації та фрустраційної толерантності особистості. Конфліктно-агресивне комунікативне середовище спонукає людину до резиліентності в застосуванні стратегій безконфліктного спілкування. Низький рівень організаційної культури впливає на необхідність впровадження заходів психопрофілактики емоційного вигорання працівників організацій. Ненормативна криза мотивує людину до знаходження смислу життя в надскладних ситуаціях. У небезпечних умовах життєдіяльності людина має вміти себе захистити. Вище означений зміст актуальних потреб суспільства є підставою для дослідження закономірностей розвитку та формування стресостійкості сучасної особистості.

Теоретико-методологічний аналіз проблеми стресостійкості особистості дозволяє відмітити складність її структури, яка позначається на поліваріативності вживання феномену «стресостійкість особистості» (Г. Гартман, С. Кобейса, Р. Лазарус, С. Мадді, Г. Сельє, С. Фолькман та ін.), що обумовило вибір системного дискурсу дослідження. Термін «стресостійкість» уперше застосував у 1939 році Г. Гартман з метою описання конструктивних способів «подолання» стресу. Р. Лазарус назвав їх «копінг-стратегіями» оволодіння та врегулювання взаємовідносин з оточуючим середовищем.

Вище означені властивості стресостійкості особистості позначають ключові ракурси розвідок феномену «стресостійкість особистості». Зокрема, у вітчизняній і зарубіжній психологічній науці стрижневими є дослідницькі доктрини: типові профілі стресостійких осіб (В. Крайнюк); стресостійкість як готовність до організаційних змін (Р. Валєєв, Л. Карамушка, В. Фурса); адаптація юнаків до умов кризового соціума (А. Грись, Н. Токарева, М. Contregas, А. Mariela de León, В. Шмаргун); життєстійкість (С. Кобейса і С. Мадді); стресостійкість особистості в екстремальних умовах праці (Ю. Завгородня, Д. Горбенко, О. Грідчина, О. Коляда, О. Стрельник, Т. Швець); дослідження професійного стресу правоохоронців (Т. Кодлубовська, В. Крайнюк, В. Лефтеров, А. Тарановська, О. Тимченко, М. Томчук); вивчення детермінуючих факторів стресостійкості особистості (Ю. Коваленко, Т. Ткачук, Н. Ярош); особистісні ресурси стресоподолання (А. Сокур); співвідношення копінг-стратегій з захисними механізмами (В. Боснюк, С. Гарькавець, В. Доценко, В. Казміренко, К. Маннапова); особливості реагування на стресову ситуацію (Л. Царенко); психопрофілактика й психотерапія стресу засобами психологічного тренінгу (В. Лефтеров); подолання стресу (О. Стрельник, Л. Наугольник, І. Приходько, А. Черніков); посттравматичний стресовий розлад (В. Берзін, В. Бодров, Є. Калмикова, М. Савчин, О. Самойлов, Н. Тарабріна, С. Яковенко); професійне вигорання (Г. Берднік, Г. Дубчак); пошук ресурсів для адаптації до стресу (М. Vagni, Т. Maiorano, V. Giostra, D. Rajardi); перша психологічна допомога постраждалим в екстремальних ситуаціях (О. Іванова, І. Пінчук, О. Хаустова, Н. Степанова) та ін.

Теоретико-методологічний аналіз праць сучасних науковців надав підстави розглядати стресостійкість особистості як системно-інтегративну властивість, яка забезпечує:

- *прогнозованість* психобіологічних реакцій на стрес, що надає можливість здійснювати якісний профвідбір працівників небезпечних для життя й здоров'я професій, диференціювати особливості стресостійкості спеціалістів поліпрофесійних спрямувань і зменшити ризики емоційного вигорання особистості під впливом організаційних стрес-факторів;

- *оптимізацію* соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій, що спрямовують ресурси особистості на подолання критичних ситуацій – ненормативної кризи, внутрішнього й зовнішнього конфліктів, фрустрацій і стресових ситуацій; забезпечують навичками надання психологічної допомоги людям, що потерпають від небезпечних ситуацій; така оптимізація надає можливість уникнути або пом'якшити наслідки стресу;

- *визначення* ціннісно-смислових трансформацій постстресових наслідків, які мотивують людину на подолання небезпечних ситуацій.

Окреслені *аспекти теми* визначають перспективу розробки й потребують застосування цілісного підходу для розвитку та формування стресостійкості особистості. Властивості стресостійкості особистості розкриваються в інтегративній психології як такі, що вміщують ресурс для розвитку: конфлікти, підсвідомі імпульси, відчуження від себе та від світу, психосоматичні захворювання, неврози тощо.

Сьогодні надзвичайно важливою є проблема підвищення рівня стресостійкості поліцейських, виконання службових обов'язків якими здійснюється в агресивно-конфліктних умовах праці. Патрульні поліції України є молодією соціальною ланкою, яка піклується про забезпечення правопорядку в країні. Поліцейські часто потерпають від стресів. Саме тому психологічний супровід курсантів-поліцейських на етапі адаптації до вишу зі специфічними умовами праці, на етапі подолання ними конфліктів, кризи, фрустрації, екстремальних станів, постстресових наслідків потребує розробки концепції розвитку та формування стресостійкості особистості.

З огляду на затребуваність сучасної спільноти, важливість розробки концепції інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості для застосування в психологічній практиці, необхідність у підвищенні рівня стресостійкості правоохоронців, здійснено вибір теми дисертаційного дослідження: **«Психологія стресостійкості особистості»**.

**Зв'язок роботи з науковими програмами.** Дисертаційне дослідження виконувалося в межах комплексної науково-дослідної теми Інституту людини Київського університету імені Бориса Грінченка «Особистість в умовах суспільних трансформацій сучасної України» (державний реєстраційний номер 0116U002960, 2016-2021 рр.).

Тема дисертаційного дослідження затверджена Вченою радою Київського університету імені Бориса Грінченка (протокол № 10 від 28 листопада 2019 р.) та узгоджена в бюро Міжвідомчої ради з координації досліджень у галузі освіти, педагогіки і психології НАПН України (протокол № 1 від 28 січня 2020 р.).

**Об'єкт дослідження** – стресостійкість особистості.

**Предмет дослідження** – інтегративний розвиток та формування стресостійкості особистості.

**Мета дослідження** – визначення концептуальних засад інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості; розробка системної моделі стресостійкості особистості.

Реалізація поставленої мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

1. *Здійснити* теоретико-методологічний аналіз проблеми стресостійкості особистості в системному дискурсі.

2. *Розробити* системну модель стресостійкості особистості з врахуванням структурно-динамічних, онтогенетичних, каузальних, хронологічних аспектів стресостійкості особистості.

3. *Розкрити* зовнішні та внутрішні детермінанти стресостійкості особистості з позицій діяльнісного підходу.

4. *Дослідити* зміст психобіологічних, соціокультурних та організаційно-поведінкових особистісних характеристик стресостійкості курсантів-поліцейських і патрульних поліції.

5. *Обґрунтувати* концепцію інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості; реалізувати універсальну матрицю інтегративного розвитку й формування стресостійкості.

6. *Розробити* систему психологічного забезпечення розвитку і формування стресостійкості особистості; апробувати та впровадити уніфіковану програму «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських і патрульних поліції.

**Концепція дослідження** включає наступні теоретичні положення:

1. 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.

2. Теоретичне моделювання стресостійкості особистості на основі системного дискурсу представлено аналізом структурно-динамічних і функціональних характеристик психофізіологічної, емоційно-комунікативної, когнітивної складових.

3. Вихідними позиціями в розробці концепції інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості є: структурно-динамічний і функціональний аналіз складових стресостійкості особистості, діяльнісний підхід у дослідженні детермінуючих факторів стресостійкості особистості, диференціальний підхід у діагностиці стресостійкості особистості, інтегративний підхід у поєднанні та застосуванні інваріантних технологій розвитку й формування стресостійкості особистості, матричний підхід у розробці програми розвитку, а також формування стресостійкості особистості.

Структурно-динамічний підхід допоміг виокремити складові стресостійкості особистості, опис їх взаємодії з позиції спрямованості психічної енергії (З. Фройд, Й. Брейер). З позиції функціонального підходу (Т. Рібо, А. Біне, М. Ланге, Г. Россолімо) психічна реальність вивчається як динамічна, саморегульована,

цілісна система, а складові стресостійкості особистості описано як пристосувальні до соціокультурних умов середовища функції. Диференціальний підхід (Г. Спенсера, В. Штерна) надає можливість 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 вибіркочувствитливість до певних психогенних факторів за нормальної стійкості до інших (К. Леонгард, А. Личко, С. Хатуей, Дж. Маккінлі).

На підставах інтегративного підходу розкрито стресостійкі властивості особистості як складові багатокомпонентної структури особистості, яка спроможна підтримувати гомеостаз, доцільність взаємодії з соціокультурним середовищем, здатність до адаптації, саморозвитку, генерування нових структур і підсистем у надскладних ситуаціях життєдіяльності. Теоретико-методологічний інтегративний підхід допоміг об'єднати різновид психологічних напрямів (біхевіоризм, нейропсихологічний, психодинамічний, гештальт-напрямок, когнітивний напрямок) у розробці концепції розвитку та формування стресостійкості особистості. Програмою підвищення рівня стресостійкості особистості охоплено психопрактики, які поєднують різновид психологічних кодів підсвідомого змісту стресу. Аналогічно мультимодальна психотерапія стресу Р. Лазаруса включає різноманіття прийомів у залежності від конкретних проблем і особистості клієнта (модифікація поведінки, когнітивна реструктуризація, біологічний зворотний зв'язок і фармакологічна терапія).

Матричний підхід дозволив узагальнити результати теоретико-методологічного дослідження та представити концепцію інтегративного розвитку й стресостійкості особистості: її структурованість, послідовність етапів розвивально-формування впливу, а також критерії оцінювання його результатів. Універсальність матриці полягає в тому, що вона слугує основою для розробки психологічних програм розвитку й формування стресостійкості особистості.

4. Запровадження програми інтегративного розвитку та формування стресостійкості поліцейських забезпечує системний психологічний супровід розвитку й формування їх стресостійкості на етапі адаптації до професійних умов навчання та в процесі праці. Впровадження уніфікованої програми «Стресостійкість» спрямовано на покращення якості підготовки поліцейських до професійної праці в психологічно напружених ситуаціях.

#### **Методи дослідження:**

- *теоретичної спрямованості*: теоретико-методологічний міждисциплінарний аналіз наукової літератури з метою визначення стану розробленості проблеми; теоретичний аналіз складових досліджуваної системи; системний аналіз онтогенетичних, хронологічних, структурно-динамічних, каузальних закономірностей розвитку та формування стресостійкості особистості в аспекті вікової психології; синтез, узагальнення, моделювання результатів дослідження;

порівняння наукових фактів; підсумовування результатів дослідження;

- *емпіричної спрямованості*: спостереження, бесіда, анкетування, класифікація стрес-факторів, розробка опитувальника, комплексне дослідження інтегративного змісту особистісних властивостей стресостійкості особистості з використанням стандартизованих психодіагностичних методик, експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний етапи). Застосовано комплекс психодіагностичних методик: Басса-Дарки «Форми агресивної поведінки»; Т. Немчина «Оцінка нервово-психічного напруження»; Г. Айзенка для визначення типу темпераменту; «Діагностика страху» Прядіна-Чернавського; FPI; «Діагностика комунікативної толерантності» В. Бойка; «Діагностика особистісного та групового задоволення роботою» В. Козлова й Г. Мануйлова; проєктивна методика О. Смірної «Не дайте людині впасти»; «Mini-Mult» В. Зайцева; «Акцентуйовані риси характеру» Г. Шмішека; «Шкала впевненості в собі» С. Рейзаса; «Оксфордський опитувальник щастя» М. Аргайла; «Шкала ворожості» Кука-Медлей; «Поведінка в конфліктній ситуації» Томаса-Кілмена; «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана; «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» С. Нормана (адаптований варіант Т. Крюкової); «Визначення ведучої програми» М. Кокс; «Дослідження гендерної ідентичності» Л. Шнейдера; «Смисложиттєва криза» К. Карпінського; «Шкала психологічного стресу» Н. Водоп'янова; «Рівень соціальної фрустрації» Л. Васермана; «Шкала психологічного стресу PSM-25» Р. Тесієр, Л. Леміре, Л. Філіон; проєктивна методика О. Романової і Т. Ситько «Людина під дощем»; «Соціально-психологічна адаптація» К. Роджерса й Р. Даймонда; «Дослідження вольової саморегуляції» Зверькова-Ейдмана; «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Х. Келлермана; «Здатність до саморегуляції» Н. Пейсахова; «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла; «Копінг-стратегії» Е.Хейм;

- *методи математичної статистики*: багатомірного моделювання даних (кореляційний аналіз на основі коефіцієнта Пірсона, Т-критерій Стьюдента) для підвищення рівня обґрунтованості й об'єктивності отриманих закономірностей.

#### **Теоретико-методологічну основу дослідження становлять:**

- *загальнофілософська та загальнонаукова методологія*: дедуктивно-аналітичний метод наукового пізнання Р. Декарта; загальна теорія систем Л. фон Берталанфі; теорії організації І. Пригожина й розвитку інформаційно-комунікативного суспільства Д. Белла, В. М'ясищева, І. Пригожина, О. Ракітова, Т. Стоуньєр та ін.;

- *концепції розвитку особистості*: культурно-історична теорія (М. Басова, П. Блонського, Л. Виготського); генетична психологія учіння людини (С. Максименко, Ш. Бюлер); генетичні принципи співвідношення розвитку й навчання (Б. Ананьєва, В. Давидова, У. Джеймса, Г. Костюка, Ж. Піаже, С. Рубінштейна); стимул-реактивні теорії (Д. Долларда, Н. Міллера, І. Павлова, Е. Толмена, Е. Торндайка, Д. Уотсона) та ін.; психотерапевтичні теорії (А. Бека, С. Ковальова, І. Польстера та М. Польстер, В. Франкла, Б. Хелінгера, Ф. Шапіро, К. Юнга) та ін.; теорії розвитку пізнавальних процесів (Д. Ельконіна, Е. Еріксона, Ж. Піаже, А. Фройд, З. Фройда); теорії розвитку особистості (П. Анохіна, Р. Ахмерова, Г. Батищева, Л. Божович, Г. Гарднера, Г. Гартманна, К. Левіна, О. Лосєва, А. Маслоу, Ф. Перлза) та ін.; концепції розвитку самосвідомості

особистості: когнітивна теорія свідомості Б. Баарса, нейробіологічна теорія свідомості Ф. Крік і К. Кох, теорія самомоделювання реальності Т. Метцингер, когнітивно-нейропсихологічний підхід і моделювання небезпеки А. Ревонсуо, теорія інформаційної інтеграції Дж. Тонні, М. Чиксентмихаї та ін.;

- *системно-методологічні концепти й підходи в дослідженні та моделюванні стресостійкості особистості*: системний підхід В. Александрова; теорія функціональних систем П. Анохіна; системно-діяльнісна концепція психічної саморегуляції станів Л. Дикої; концепція системного підходу в психології Б. Ломова та ін.;

- *наукові напрями й концепції, що допомагають обґрунтувати вихідні ідеї: цілісності в розвитку стресостійкості особистості (В. Штерн), психотерапія сутності та «розвивальна роль неврозу» К. Юнга, концепція інтегрального нейропрограмування С. Ковальова, гештальт психологія (К. Левіна, Ф. Перлза, І. Польштер, М. Польштер) та ін.; дослідження психофізіологічної складової стресостійкості особистості: ендокринологічні дослідження стресу Р. Сапольські, концепція стресу Л. Китаєва-Смика, концепція стресу Г. Сельє, метод розстановок Б. Хелінгера, дослідження залежності соматичних захворювань від стресових подій у житті Т. Холмса і Р. Райха, метод десенсибілізації дистресових розладів особистості Ф. Шапіро, адаптивні антистресові психотехнології В. Розова та ін.;*

- *наукові напрями, в яких досліджуються емоційно-комунікативна складова стресостійкості особистості*: теорія фрустрації – агресії Л. Берковиця, теорія трансактного аналізу Е. Берна, теорія інформаційного стресу В. Бодрова, дослідження критичних ситуацій Є. Васильєва, емоційний інтелект Д. Гоулмена, аналіз понять «стрес» і «психологічна травма» В. Гарбузова й Ю. Фесенка, теорія поля та метод аналізу каузальних відношень К. Левіна, дослідження синдрому емоційного вигорання Х. Дж. Фрейденберга та ін.;

- *наукові напрями, в яких досліджуються когнітивна та ціннісно-вольова складові стресостійкості особистості*: когнітивно-поведінкова концепція А. Бека, екзистенціально-гуманістичний підхід Дж. Бюджентала, дослідження копінг-стратегій у невротиків Б. Карвасарського, теорія гомеостазу В. Кеннона, когнітивна теорія стресу Р. Лазаруса, теорія когнітивного дисонанса Л. Фестінгера, логотерапія В. Франкла та ін.

**Організація дослідження.** Дослідно-експериментальна робота проводилась впродовж 2015–2021 рр.

На *першому* етапі (2015–2016 рр.) здійснено пілотне дослідження й теоретико-методологічний аналіз стресостійкості особистості в системному дискурсі; виокремлено складові, розкрито та узагальнено детермінуючі чинники; розроблено системну модель стресостійкості особистості.

На *другому* етапі (2016–2018 рр.) реалізовано процедуру дослідження змісту складових стресостійкості поліцейських.

На *третьому* етапі (2018–2021 рр.) доведено ефективність запровадження уніфікованої розвивально-формуальної програми «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських і патрульних поліцейських.

**Експериментальна база дослідження.** *Пілотне* дослідження проводилося в Криворізькому відділі поліції Головного управління Національної поліції в



Дніпропетровській області та в його територіальних підрозділах; *констатувальний і формувальний* етапи – на базі Донецького юридичного інституту МВС України. Загалом у дослідженні взяло участь 1345 осіб. На етапі *пілотного* дослідження обсяг вибірки становив 382 атестованих працівників Національної поліції України та 77 – інших професій. На *констатувальному* етапі – 294 особи: з них, 52 патрульних поліції України; 100 курсантів-поліцейських першого курсу; 42 курсанти-поліцейські другого курсу; 100 осіб поліпрофесійних спрямувань. На *формувальному* етапі – 558 осіб: з них, 223 курсантів-поліцейських першого та 150 – другого курсів навчання; 215 патрульних поліції України.

**Наукова новизна** результатів дослідження полягає в тому, що дисертантом *вперше*:

- *надано визначення поняття*: стресостійкість особистості – це системно-інтегративна властивість особистості, яка забезпечує прогнозованість психобіологічних реакцій на стрес; оптимізацію соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних та надзвичайних ситуацій; визначення ціннісно-смыслових трансформацій постстресових наслідків;
- *розкрито структурно-динамічні та функціональні* характеристики стресостійкості особистості в системному дискурсі;
- *досліджено зовнішні та внутрішні детермінуючі фактори* стресостійкості особистості на основі принципів діяльнісного підходу;
- *емпірично досліджено взаємозв'язки* складових системи стресостійкості особистості;
- *диференційовано критерії* стресостійкості особистості: психобіологічний, емоційно-комунікативний, соціокультурний;
- *досліджено стресостійкість особистості в системному* дискурсі;
- *розроблено теоретичну системну модель* стресостійкості особистості;
- *представлено складові* стресостійкості особистості: психофізіологічну, емоційно-комунікативну, когнітивну, ціннісно-вольову; розкрито психологічні закономірності функціонування складових стресостійкості особистості;
- *розроблено концепцію інтегративного розвитку й формування* стресостійкості особистості;
- *подано універсальну матрицю інтегративного розвитку та формування* стресостійкості, яка репрезентує цілісність процесу поетапної реалізації програми розвитку й формування стресостійкості особистості;
- *розроблено систему заходів забезпечення розвитку й формування* стресостійкості поліцейських для адаптації в закладі вищої освіти зі специфічними умовами навчання, виконання службових обов'язків і функцій в агресивно-комунікативному середовищі, психопрофілактики професійного вигорання й психосоматичних захворювань в екстремальних умовах праці;
- *розроблено та запроваджено в процес діагностики й розвитку* стресостійкості особистості комплексну психодіагностичну методику «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості», що дозволяє виокремити індивідуальні відмінності змісту стресостійкості між людьми й групами людей за психобіологічним, соціокультурним та організаційно-поведінковим критеріями.

Набули подальшого розвитку:

- *вчення про темперамент* (їх розкрито як психофізіологічну характеристику стресостійкості особистості; індивідні відмінності реагування на стрес доповнено можливостями застосування в психопрофілактичних цілях та в наданні психологічної допомоги постраждалим від стресу);

- *емпіричні дослідження впливу стресостійкості* на формування характеру особистості (емпірично виявлено деструктивні детермінанти стресостійкості патрульних, які охоплюють та тотально вражають всі складові стресостійкості особистості на відміну від акцентуацій характеру);

- *вивчення взаємозв'язку акцентуованих рис характеру* та складових стресостійкості особистості (виявлено зв'язок акцентуацій характеру та впевненості курсантів);

- *поєднання психотерапевтичних кодів* (нейрологічного, семантичного, символічного, просторового) в розробці нових методик.

Поглиблено та розширено:

- *погляди на механізми стресостійкості* розширено з огляду на виокремлені складові стресостійкості особистості (розглянуто не лише гомеостаз, а й Еґо-захисти, копінг-стратегії, когнітивні принципи організації інформації та адаптації, рефлексії, емпатії, ідентифікації та ін.);

- *процедуру психодіагностики* стресостійкості особистості;

- *дослідження змісту понять* стрес, конфлікт, фрустрація, криза;

- *уявлення про можливість застосування* психотерапевтичних методів, психопрофілактичних заходів, тренінгів-семінарів, ділових ігр для підвищення рівня стресостійкості поліцейських.

**Практичне значення результатів дослідження полягає у:**

- *використанні* комплексної авторської методики «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості» в діагностиці осіб поліmodalьних професійних спрямувань;

- *застосуванні* авторської програми розвитку й формування стресостійкості особистості та психотерапевтичних методик «Трансформація стресу в ресурс для розвитку», а також «Зміна негативного захисту в конструктивні копінг-стратегії» в психотерапевтичній, психокорекційній, консультаційній діяльності психологів;

- *адаптації* тренінгів-семінарів з метою запровадження психопрофілактичних заходів щодо професійного вигорання працівників будь-якої організації;

- *систематизації програм розвитку* та формування стресостійкості осіб поліmodalьних професій на основі *розробленої й представленої* в роботі універсальної матриці;

- *забезпеченні програми розвитку* та формування стресостійкості поліцейських, що включає створення організаційних умов, уніфіковану програму «Стресостійкість», діагностичні процедури й інструменти.

*Результати дослідження* можуть використовуватися в освітньому процесі закладів вищої освіти системи МВС зі специфічними умовами навчання, які здійснюють систему професійної підготовки й підвищення кваліфікації правоохоронців за освітніми напрямками: «Юридична психологія», «Психологія», в спецкурсах «Професійно-психологічна підготовка правоохоронців», «Професійно-

психологічна підготовка поліцейського»; у процесі фахової підготовки студентів, які здобувають вищу освіту за спеціальність «Психологія».

**Результати дослідження впроваджено в:**

– *практику* підрозділів Криворізького відділу поліції Головного управління Національної поліції в Дніпропетровській області (акт здавання-приймання від 11.04.2018 р.);

– *навчальний процес* Донецького юридичного інституту МВС України (акт впровадження від 20.03.2020 р.);

– *процес психологічного супроводження* службової діяльності в Управління патрульної поліції в Дніпропетровській області ДПП (акт впровадження від 02.06.2020 р.);

– *навчальний процес* Харківського національного університету внутрішніх справ України (акт впровадження від 10.10.2020 р.);

– *процес професійно-психологічної підготовки* військовослужбовців в/ч 3011 Національної гвардії України (акт впровадження від 22.10.2020 р.);

– *процес професійно-психологічної підготовки* військовослужбовців в/ч 3036 Національної гвардії України (акт впровадження від 27.10.2020 р.); Криворізького ЦДН МАУП (акт впровадження від 07.04.2021 р.);

– *навчальний процес* Херсонського державного університету (довідка про впровадження від 10.03.2021 р.);

– *навчальний процес* Криворізького державного педагогічного університету (довідка про апробацію та впровадження від 10.10.2021 р.);

– *навчальний процес* Криворізького науково-навчального інституту Донецького юридичного університету внутрішніх справ (акт впровадження від 05.05.2021 р.).

**Особистий внесок автора.** Дисертаційне дослідження здійснено автором самостійно. Положення й висновки дисертації сформульовані на основі теоретичного аналізу наукових джерел, емпіричного дослідження й належать тільки авторові. Цитування джерел інших авторів і посилання на них здійснено відповідно до існуючих стандартів. Матеріали кандидатської дисертації «Психологічні особливості розвитку професійної спрямованості студентів-програмістів» не використовувалися в дослідженні. В опублікованих працях, написаних у співавторстві, автору належать головні ідеї та задуми реалізації досліджень, обґрунтування теоретичних засад.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дисертаційного дослідження обговорювалися на: II науково-практичній інтернет-конференції «Актуальні проблеми теоретичної та консультативної психології» (м. Київ, 15–16 травня 2015 року); I Всеукраїнській науково-практичній конференції «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів» (м. Кривий Ріг, 14 лютого 2018 року); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії» (м. Маріуполь, 28 лютого 2018 року); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України» (м. Харків, 30 березня 2018 року); Всеукраїнській науково-практичній конференції

«Актуальні питання забезпечення публічної безпеки, порядку в сучасних умовах: поліція та суспільство – стратегії розвитку і взаємодії» (м. Маріуполь, 18 травня 2018 року); II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів» (м. Кривий Ріг, 7 лютого 2019 року); XIII Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (23 квітня 2021 року) на базі Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

**Публікації.** Результати дисертаційного дослідження представлено в 56 публікаціях автора: одній індивідуальній монографії, одному розділі колективної монографії, у чотирьох науково-практичних посібниках, одних методичних рекомендаціях, 21 статті в наукових фахових виданнях, включених до переліку, затвердженого МОН України, одній статті в науковому періодичному виданні іншої держави, 27 тезах доповідей на міжнародних і всеукраїнських науково-практичних конференціях.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається із рефератів українською та англійською мовами, вступу, п'яти розділів, висновків, додатків, а також списку використаних джерел, що налічує 494 найменування, з них 43 – іноземною мовою. Загальний обсяг дисертації становить 514 сторінок, основний зміст викладено на 379 сторінках. Робота містить 19 таблиць (на 4 сторінках), 9 рисунків (на 4 сторінках), 3 додатки.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність постановки та наукову значущість проблеми дисертаційного дослідження; *сформульовано* його об'єкт, предмет, мету і завдання; *представлено* методи і наукову новизну роботи; *відображено* практичну значущість здобутих результатів; *подано* відомості про апробацію та впровадження результатів дослідження, а також про публікації за темою дисертації; *розкрито* її структуру й обсяг.

У першому розділі – *«Теоретико-методологічний аналіз стресостійкості особистості»* здійснено історіогенез стресостійкості особистості, *розкрито феномен* «стресостійкості особистості» в системному дискурсі, *проведено* структурно-функціональний аналіз складових стресостійкості особистості, *представлено* стресостійкість у структурній організації особистості, *виокремлено* критерії дослідження та *розроблено* системну модель стресостійкості особистості.

У історіогенезі стресостійкості особистості *виокремлено* поетапність формування вихідних позицій: від наукових досліджень (У. Кеннона, 1914 р., Д. Насонова, 1934 р.), які слугують передумовами відкриття стресу, «адаптаційного синдрому» (Г. Сельє, 1936 р.) до етапу дослідження стресостійкості як подолання внутрішнього конфлікту особистості, що забезпечує «адаптацію до реальності» (Г. Гартман, 1939 р.), «копінг-стратегій» (Р. Лазарус, 1960 р.). Етап дослідження стресостійкості науковцями на пострадянському просторі розпочався в 90-х роках ХХ сторіччя, його представлено розробками: система регуляції стресу

(В. Бодров); складові субсиндрому стресу (Л. Китаєв-Смик); патерни розв'язання проблемних і несприятливих життєвих ситуацій (Л. Дика); життєві стратегії (К. Абульханова-Славська); «переживання» критичних ситуацій (Ф. Васильєв); реакції на проблеми (Л. Анциферова); стрес інтенсивного походження (О. Тімченко). Більшість дослідників під стратегією подолання розуміють соціальну спрямованість особистості, що забезпечує або руйнує її здоров'я і благополуччя, дозволяє суб'єкту впоратися зі стресом або важкою ситуацією за допомогою усвідомлених дій, які змінює (коли піддається контролю) або пристосовується до них (коли ситуація не піддається контролю).

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, стрес-резистентність, 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. Уїлліз, 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. Берталанфі, 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 ґрунтуються за принципами системності гомеостазу У. Кеннона. Принцип системного детермінізму А. Петровського і М. Ярошевського запроваджено з метою виокремлення змісту критеріїв діагностики стресостійкості особистості. У дослідженні презентовано дослідницькі напрями системного дискурсу в аспекті вікової психології, що описано Є. Рибалко: хронологічний, структурно-динамічний, каузальний, онтогенетичний.

На принципах системного підходу виокремлено складові стресостійкості особистості: психофізіологічну, емоційно-комунікативну, когнітивну, ціннісно-вольову. *Складові системи* підпорядковуються одна одній та визначають послідовність етапів розвитку стресостійкості особистості; взаємозв'язки між складовими визначають якість розвитку системи. Система має мету, яка є досяжною і може бути визначеною кількісно. *Системний дискурс* дозволив розкрити характеристику психофізіологічної складової стресостійкості особистості: *інстинктивна та рефлексорна* обумовленість реакцій людини на стрес (поведінкова теорія І. Павлова); *підсвідоме керування* (теорія З. Фрейда, інформаційна теорія емоцій П. Сімонова); *сила-слабкість динаміки нервових процесів*, що позначаються на нейротичності особистості (поведінкова концепція

Г. Айзенка); *обумовленість реакцій фактором страху* (концепції К. Ізард, А. Кемпінського, Ю. Щербатих); *інструментальне оперантне* обумовлювання (поведінкова концепція Б. Скінера) та ін. Емоційні реакції на стрес яскраво проявляються в ситуаціях кризи, активують систему, але не спрямовують її. Психофізіологічна складова регулюється довербально-поведінковими інстинктивно-рефлексивними механізмами гомеостазу та редукції негативної емоції. Таким чином, психофізіологічна складова виконує сигнальну, саморегульовальну, мобілізуючу функції. На відміну від психофізіологічної складової, яка має суто емоційний зміст реакцій, що в працях Г. Айзенка відображено як «екстраверсія-інтраверсія» – сила збудження нейрозв'язків у корі головного мозку людини; емоційно-комунікативна складова є спрямованою на об'єкт або на себе, що вбачаємо в працях К. Юнга. Визначено, що вона регулюється другою сигнальною системою (мовленням), формується та підкріплюються в соціальних групах, що описано І. Павловим, як механізм обумовлено-рефлекторного реагування на стимули. Теоретично *доведено*, що емоційно-комунікативна складова регулюється мотивами досягнення успіху (описані Г. Мюррей) й уникнення невдач (описано Дж. Аткинсон, Д. Макклелланд). Теоретично *з'ясовано*, що важлива роль у забезпеченні емоційної саморегуляції відводиться підсвідомим Его-захисним механізмам. Вони захищають особистість від стресів шляхом нівелювання, витіснення тривожних емоцій, які загрожують цілісності особистості (А. Фройд, З. Фройд) та впливають на формування особистісних властивостей (Л. Вассерман). Отже, емоційно-комунікативна складова виконує спрямовуючу й захисну функції стресостійкості особистості.

Захисти протиставляються копінг-стратегіям, які застосовуються особистістю активно і свідомо. Разом вони утворюють «індекс життєвого стилю» особистості. Характеристики *когнітивної* складової стресостійкості особистості можна узагальнити на основі теорії інтелектуального розвитку Ж. Піаже. Когнітивні процеси асиміляції та дисиміляції слугують адаптації особистості в суспільстві, а отже, забезпечують її стресостійкість. З розвитком мислення й уяви формуються найбільш складні та зрілі види захистів, пов'язані з переробкою і переоцінкою інформації (раціоналізація) (Р. Плутчик). *Першими* виникають механізми, в основі яких лежать *перцептивні* процеси (заперечення і регресія), далі виникають *захисти*, пов'язані з пам'яттю, а саме: із забування інформації (витіснення й пригнічення). Механізми когнітивного консонансу-дисонансу (Л. Фестінгер) спонукають до узгодження переконань, що сприяє пошуку конструктивних стратегій самоорганізації в складних ситуаціях, а отже, стресостійкості особистості. Саме тому когнітивна складова стресостійкості особистості виконує функції: адекватність відображення стресової ситуації, адаптації до стресу, усвідомлений захист, організація поведінки людини в стресі.

Теоретично *обґрунтовано*, що ціннісно-вольова складова стресостійкості особистості супроводжує процес ціледосягнення, прийняття рішення, вмотивовує на вихід із надскладних ситуацій через пошук смислів, цінностей, за ради яких особистість долає екзистенціальні життєві кризи (В. Франкл), регулює емоційно-комунікативну поведінку принципами моралі (Л. Кольберг), забезпечує процес інтеграції людини зі світом, з колективним підсвідомим, з іншою людиною через

надособистісні переживання, що описані трансперсональними психологами (К. Юнг, С. Гроф). Цінності переживань, унікальні смисли життя допомагають організувати поведінку в умовах подолання людиною екзистенціальної кризи (В. Франкл). Ціннісно-вольова складова покликана забезпечувати незалежність від об'єктивних обставин, спрямованість на подолання перешкод, спонукання до активності або гальмування небажаної поведінки людини. Слід зауважити, що *механізм вольової* поведінки охоплює специфічні й загальні компоненти, характерні для будь-якої цілеспрямованої діяльності, опосередкованої внутрішнім інтелектуальним планом свідомої саморегуляції. У зв'язку з цим вольовий акт включає усвідомлення та вибір мети, боротьбу різноспрямованих мотивацій, прийняття й виконання рішення (Р. Мей, С. Рубінштейн, В. Франкл, В. Соловйов, К. Макгонігал, Л. Виготський, В. Котирло та ін.).

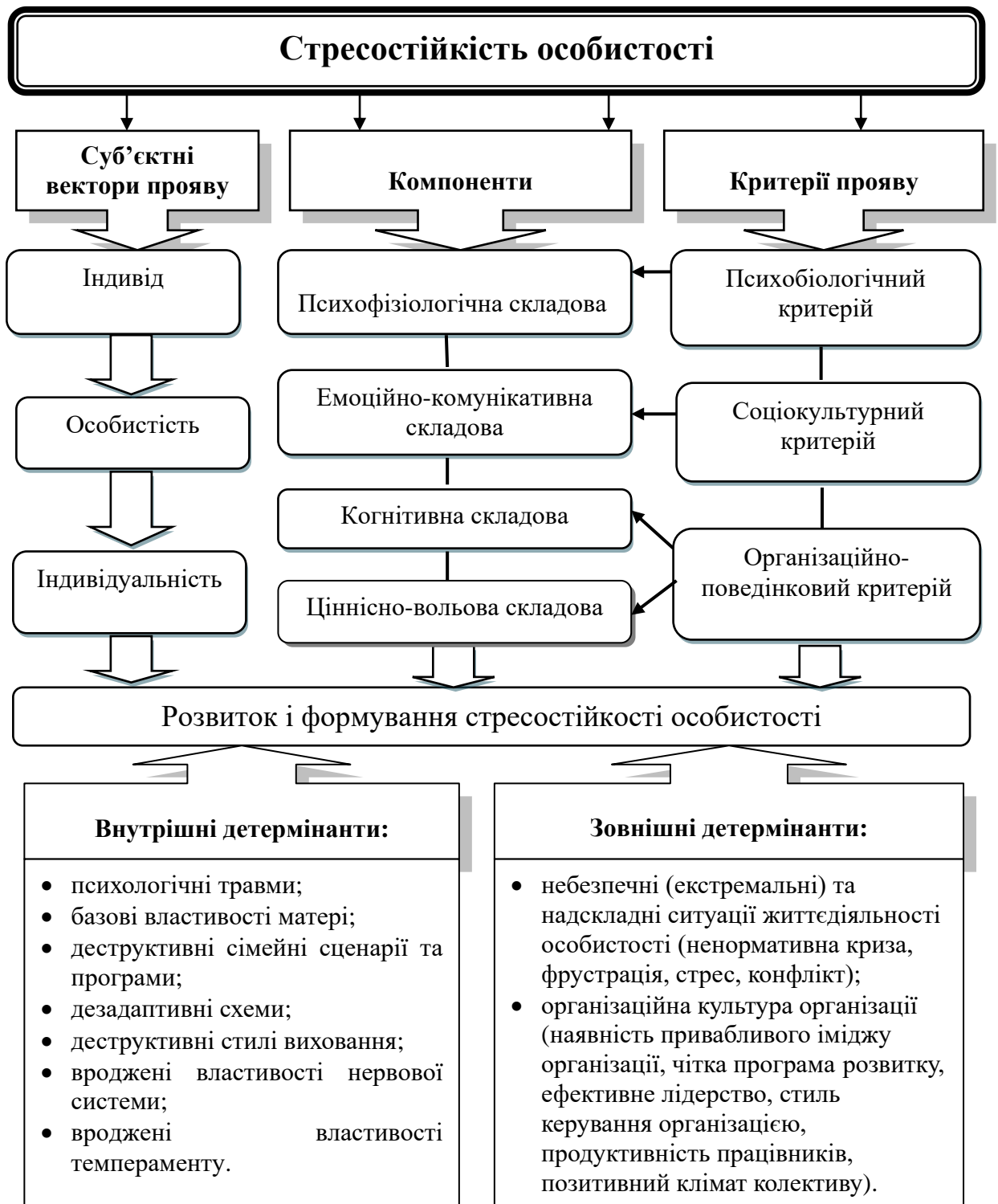
*Системна модель* стресостійкості особистості (на рис. 1) відображає: *мікрорівень* – її внутрішню структуру; *макрорівень* – зовнішні зв'язки; *процесуальність* – виражає стан системи в часі; *ієрархічність* – символізує співзалежність елементів системи, функціональний зв'язок елементів між собою, можливість прогнозування розвитку та формування стресостійкості особистості в майбутньому.

Таким чином, *результатами* теоретико-методологічного дослідження стресостійкості особистості *доведено*, що стресостійкість – це системно-інтегративна властивість особистості, яка *забезпечує прогнозованість* психобіологічних реакцій на стрес; *оптимізацію* соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій; *визначення* ціннісно-сміслових трансформацій постстресових наслідків.

У другому розділі – «**Детермінанти стресостійкості особистості**» здійснено теоретичний аналіз зовнішніх і внутрішніх детермінуючих чинників стресостійкості особистості на принципах діяльнісного підходу, визначено зміст критеріїв стресостійкості особистості.

Теоретико-методологічний аналіз дозволив виділити детермінанти стресостійкості особистості на основі принципів суб'єктно-діяльнісного підходу (К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, А. Брушлінського, Л. Виготського, Є. Клімова, О. Леонтєва, Б. Ломова, С. Рубінштейна та ін.). *Детермінанти стресостійкості* особистості вивчаються шляхом аналізу взаємозв'язків характеристик зовнішніх (стрес-факторів) і внутрішніх детермінантів (психологічних станів і властивостей особистості).

З огляду на діалектико-матеріалістичне розуміння детермінізму людської поведінки, сформульоване С. Рубінштейном, зовнішні причини діють тільки через внутрішні умови. Саме тому, внутрішні детермінанти є визначальними в розвитку й формуванні стресостійкості особистості. Стрес, як стан психічного напруження, виникає у процесі діяльності людини в найбільш складних умовах, як у повсякденному житті, так і за особливих умов (А. Петровський, М. Ярошевський). Зовнішні детермінуючі чинники стресостійкості особистості пропонується розглядати як небезпечні для життя і здоров'я умови праці (екстремальні) – умови праці (гіподинамія, монотонія, безперервність діяльності тощо); інформаційні фактори – (дефіцит і перевантаження інформацією, наявність перешкод, сенсорний голод, змінена аферентація та ін.); низький рівень організаційної культури.



**Рис. 1. Системна модель стресостійкості особистості**

Теоретичний аналіз розуміння сутності конфліктів свідчить, що конфлікт розглядається науковцями здебільшого, як протиставлення (зіткнення) сторін (двох і більше), обумовлене протилежністю (несумісністю) їх цілей, інтересів, цінностей. Причини *внутрішніх конфліктів* науковці вбачають у : сфері несвідомого (З. Фройд); почутті неповноцінності й домінуванні одних людей над іншими в суспільстві (А. Адлер); неможливості особистості реалізувати особистісні прагнення й потреби (Е. Фром). Причину *зовнішніх конфліктів* вчені мотивують



агресивністю індивіда й натовпу (К. Лоренц); напруженням між індивідом і середовищем (К. Левін), а також у біосоціальному (М. Доллард); у соціальному оточенні (А. Басе); у стані емоційних відносин між людьми, їхніми симпатіями, антипатіями (Д. Морено); в процесі соціальної взаємодії (Д. Мід та Т. Шибутані); в пересічній трансакції (Е. Берн).

У дослідженні застосовано *універсальну схему взаємодії* в конфліктній ситуації та її розв'язання (Р. Блейк, Дж. Моутон, Т. Кілмен), в якій поєднано *п'ять стратегій* поведінки у конфліктній ситуації: *конкуренція, пристосування, уникнення, компроміс, співробітництво*. Для розв'язання конфліктів застосовано теорію й практику переговорного процесу (Д. Прюїтт, Д. Рубін, Р. Фішер, У. Юрі) як частини конфліктної поведінки.

У праці застосовано структурно-динамічну послідовність розгортання ненормативної кризи Дж. Каплан: первинне зростання напруження, яке стимулює звичні способи реагування; усвідомлення безперспективності застосування звичних способів реагування; мобілізація внутрішніх ресурсів; тривога, депресія, дезорганізація особистості та безнадійність, за умов, коли звичні стратегії не діють. *Ненормативні кризи* (невротичні, травматичні) – поворотний пункт, критичний момент життєвого шляху або історії особистості. Вони спонукають до перелаштування смислових структур світогляду особистості, переорієнтовують її на нові смисложиттєві задачі. Результатом такої кризи буде метаморфоза особистості, її переродження, прийняття нового задуму життя, нової стратегії і моделі світу.

До *зовнішніх* стрес-факторів відносимо фрустратори (відсутність ресурсів для задоволення потреб, втрата близьких людей, конфлікти). Фрустратори перешкоджають досягненню цілей (Т. Дембо) або ж не дають людині вийти із ситуації. Фрустрація, як психічний стан людини, виникає при її зіткненні з непереборними перешкодами (наявними чи вигаданими) на шляху до досягнення значущої мети, пошуку виходу із надскладних ситуацій, викликає регресію (Р. Баркер, К. Левін) та спонукає до неконструктивних стратегій поведінки (уникнення, агресія).

*Зовнішніми* детермінантами стресостійкості особистості є організаційні умови праці. Внаслідок *робочих* стресів (ускладнення в робочому середовищі), *професійних* стресів (особливості професії), *організаційних* стресів (негативний вплив особливостей організації, в якій працює суб'єкт діяльності) (Г. Дзвоник, Т. Савченко) збільшуються ризики емоційного вигорання. З'ясовано, що переживання такого роду можуть призвести до виникнення безсоння, хронічної втоми, депресії, алергії, емоційного занепокоєння, захворювань опорно-рухової системи, виразкової хвороби шлунка, мігрені, захворювань серцево-судинної системи (гіпертонія, серцевий напад), нещасного випадку та навіть самогубства (О. Брюховецька). Вміння вчасно реагувати на кризи системи, перемагати *робочі, професійні та організаційні* стреси є важливими навичками стресостійкості особистості.

До *внутрішніх* детермінантів стресостійкості віднесено вроджені характеристики темпераменту людини: схильність реагувати на стрес у осіб *сангвінічного* типу сприяють формуванню резилієнтності – здатності гнучко пристосовуватися до нових стрес-факторів та швидко приймати рішення й

утворювати конструктивні копінг-стратегії. Особам з переважаючим *холеричним* типом реагування на стрес властиві витривалість до екстремальних психічних перенапружень, вони краще діють за шаблонами та стандартами. Особам з *флегматичним* типом темпераменту властиві заторможені стрес-реакції, витривалість у хронічних стресових ситуаціях не екстремального походження. *Меланхолічна* реакція формує сенситивність особистості до стрес-факторів, що забезпечує їй можливість уникати їх.

Особливе значення відіграють стресори, які сприяють утворенню вразливості людини на стрес-фактори: *психологічні травми* (теорія прив'язаності Дж. Боулбі і М. Ейнсворт), *характер прив'язаності* дитини до матері (П. Крітенден), *деструктивні сімейні сценарії* та програми (трансактний аналіз Е. Берна, С. Карпмана), *дезадаптивні схеми* (Дж. Янг), *деструктивні стилі виховання* – песимістично-боязливий, умовно-нарцистичний, емоційно-відштовхуючий, гіперопікаючий, принижуючий, контролюючий, наказуючий, перфекціоністський, емоційно-подавляючий. вроджені властивості нервової системи, яка детермінує реакції особистості на сильний подразник у надскладних ситуаціях.

*Внутрішніми* детермінантами стресостійкості є: *рівень загального інтелекту* (інтелектуальна гнучкість, загальна обізнаність, практичне мислення, координація здібностей); *рівень особистої стабільності* (надійність, резистентність до стресу, впевненість у собі, відповідальність, соціабельність, комунікативність); *відсутність напруженості, тривожності* й психопатологічної симптоматики; *психодинамічні властивості* (нейротизм, екстравертованість-інтровертованість, здатність до саморегуляції тощо).

Таким чином, у процесі взаємодії стрес-факторів і суб'єкта стресу формуються стресостійкі властивості особистості: особливості реакцій на стрес (рішучі-нерішучі), сприйняття та відображення стресової ситуації (адекватне-неадекватне), відношення до стресу (ігнорування, трансформація, абстрагування тощо). Нездатність конструктивно протистояти стресу (Б. Карвасарський) проявляється у високому рівні нейротичності, неспроможності застосовувати конструктивні стратегії захисту людиною. Особистості з низьким рівнем стресостійкості частіше стають жертвами кримінальних злочинів (І. Малкіна-Пих).

*Теоретико-методологічний* аналіз детермінуючих факторів стресостійкості особистості на принципах *діяльнісного* підходу сприяв виокремленню психобіологічного, соціокультурного й організаційно-поведінкового критеріїв стресостійкості особистості:

- *психобіологічний* критерій: стійкість до нервово-психічної напруженості, низький рівень нейротичності, відсутність страхів і агресивних станів та ін;

- *соціокультурний* критерій: застосування конструктивного захисту в агресивних умовах праці; високий рівень комунікативної толерантності, адекватний комунікативний контроль, впевненість у собі та асертивність, сформована позитивна мотивація до виконання професійних обов'язків, збалансовані структури характеру, володіння стратегіями подолання конфліктних ситуацій та ін.;

- *організаційно-поведінковий* критерій: соціальна адаптованість; фрустраційна толерантність; конструктивні копінг-стратегії (орієнтованість на вирішення

проблем, пошук соціальної підтримки), підвищений індекс вольової саморегуляції, наявність смислу життя та ін.

У третьому розділі – **«Характеристика особистісних властивостей стресостійкості поліцейських»** описано організаційно-методичні засади дослідження; представлено результати емпіричного дослідження змісту особистісних характеристик стресостійкості патрульних поліції та курсантів-поліцейських; обґрунтовано застосування диференціального підходу в діагностиці стресостійкості особистості.

На етапі *емпіричного* дослідження (2016–2018 рр.) виявлено *зміст* стресостійкості поліцейських. Дослідження проводилось на базі Донецького юридичного інституту МВС України. На *констатувальному* етапі обсяг вибірки становив – 294 особи: з них 52 патрульних поліції України; 100 курсантів-поліцейських першого курсу; 42 курсанти-поліцейські другого курсу; 100 осіб інших професійних спрямувань.

Така вибірка обумовлена детермінуючими стрес-факторами стресостійкості поліцейського: *недолік часу для прийняття рішення; необхідність одночасно обробляти велику кількість інформації; ситуації невизначеності; хронічне перевтомлення; недолік часу для особистого життя; конфліктне спілкування з громадянами; низький рівень згуртованості в групі; участь у екстремальних ситуаціях; спілкування з раніше засудженими; затримання злочинців; участь у небезпечних масових заходах; застосування вогнепальної зброї в ситуаціях, що загрожують громадському порядку; спостереження за людськими втратами тощо.*

*Емпіричне* дослідження розподілено на три частини: а) дослідження стресостійкості курсантів *першого* курсу (18–20 р.), які адаптуються до вишу зі специфічними умовами навчання; б) виявлення змісту стресостійкості курсантів *другого* курсу (19–22 р.), які набувають конструктивних стратегій подолання критичних ситуацій (конфлікт, криза, стрес, фрустрація); в) дослідження стресостійкості патрульних поліції (30–45 р.), які виконують професійні обов'язки в екстремальних умовах праці.

Характеристики стресостійкості курсантів *першого* курсу за психобіологічним критерієм досліджено за методикою Т. Немчина «Оцінка нервово-психічного напруження». Виявлено *високий* рівень нейротичності в 50 % опитуваних, *екстенсивний* рівень нерво-психічної напруженості – у 40% респондентів, *підвищений* рівень агресивності – у 40% учасників експерименту, *наявність страхів* – у 30% реципієнтів. Високі показники нервово-психічної напруженості курсантів є властивими на першому етапі групової динаміки: рівень тривожність, агресивність, конфліктність курсантів зростає внаслідок того, що вони ще мало знайомі та неадаптовані до нових умов соціокультурного середовища.

*Емоційно-комунікативний* критерій діагностовано за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» Л. Шнейдера. Виявлено показники *самоідентифікації* курсантів: *дифузна* – у 40% опитуваних, *передчасна* – в 30% учасників, *у стадії мораторію* – в 10% респондентів, *завершена самоідентифікація* – в 10% реципієнтів. Першкурсники засвоюють нові соціальні ролі, тому невизначеність «Хто я в ролі поліцейського?» впливає на формування дифузної ідентифікації та передчасної (нав'язаної іззовні).

За методикою «Поведінка в конфліктній ситуації» Томаса-Кілмена отримано показники застосування курсантами стратегій у конфліктному спілкуванні: 40% з них застосовують стратегію «суперництво», 10% опитуваних – «компроміс», 10% – «уникнення», 30% – «поступливість», 10% – «співпраця». Конфлікти виникають у середовищі курсантів-першокурсників через розподіл міжособистісних соціальних ролей.

За методикою «Діагностика комунікативної толерантності» В. Бойка виявлено показники комунікативної толерантності першокурсників, зокрема: *неприйняття іншого* – 50% опитуваних, *оцінюють інших по собі* – 40% респондентів, *категорично оцінюють інших* – 40%, *демонструють відразу до іншого* – 20% курсантів, *відсутність партнерського спілкування* – 50% реципієнтів, *нетолерантне ставлення до помилок партнера (невміння прощати)* демонструють – 40% учасників експерименту, *нетерплячість до дискомфортного стану іншого* – 50% , *невміння пристосовуватися до інших* – 30% курсантів.

За проєктивною методикою О. Романової і Т. Ситько «Людина під дощем» визначено показники почуття захищеності курсантів в агресивному середовищі: 50% з них відчувають себе незахищеними з тенденцією уникати.

За методикою «Акцентуйовані риси характеру» Г. Шмішека діагностовано показники акцентуйованих рис характеру курсантів: 40% – з демонстративними акцентуаціями характеру, 30% респондентів – з гіпертимними, 20% – збудження, 10% – застрявання. Акцентуйовані риси характеру проявляють спосіб реагування курсантів у ситуації фрустрації.

Когнітивний критерій змісту стресостійкості курсантів-поліцейських розкрито за методиками «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла; «Копінг-стратегії» Е. Хейм та FPI діагностовано, що конструктивні копінг-стратегії застосовують 40% опитуваних; 60% з них керуються не конструктивними емоційними копінг-стратегіями, схильні до уникнення проблем, надмірно самовпевнені та не вміють звертатися за підтримкою до інших. *Неуспішні стратегії* подолання стресу, такі, як «уникнення проблем» властиві вороже налаштованим курсантам ( $r=0,25$ ). Вони мають наступні характеристики: *емоційна лабільність* ( $r=0,33$ ), *високий рівень нейротизму* ( $r=0,37$ ), *депресія* ( $r=0,32$ ), *почуття провини* ( $r=0,25$ ), *підозрілість* ( $r=0,21$ ), *образливість* ( $r=0,23$ ), *негативізм* ( $r=0,24$ ), *роздратування* ( $r=0,34$ ), *непряма агресія* ( $r=0,21$ ), *фізична агресія* ( $r=0,25$ ). Значення вірні для  $r=0,21$  при  $n=100$  (коефіцієнт кореляції Пірсона). Такі показники властиві курсантам на початковому етапі групової згуртованості, що також підтверджено за методикою «Соціально-психологічна адаптація» К. Роджерса й Р. Даймонда, виявлено: у 30% опитуваних *низький рівень соціальної адаптації*, у 50% – *середній*, у 20% – *високий*; *самоприйняття* – 25% респондентів *низький рівень*, 30% – *середній*, 45% – *високий*; *прийняття іншого*: 60% – *низький рівень*, 30% – *середній*, 10% – *високий*.

За методикою «Рівень соціальної фрустрації» Л. Васермана досліджено показники *соціальної фрустрованості* опитуваних: *помірний рівень* виявлено в 40% опитуваних, *середній рівень* – у 30%, *високий* – у 30% учасників. Рівень фрустрації на початковому етапі адаптації до нових умов є високим через *низький рівень самоорганізації*.

Ціннісно-вольовий критерій змісту стресостійкості курсантів досліджено за методикою «Здатність до саморегуляції» Н. Пейсахова, діагностовано: у 20% опитуваних *високий* рівень *вольової саморегуляції*, в 40% учасників експерименту – *середній*, у 40% курсантів – *низький*.

Показники *кореляційного* аналізу свідчать про те, що товарицькість ( $r=0,30$ ) слід вважати важливою властивістю стресостійкості курсантів до соціокультурних умов вишу зі специфічними умовами навчання. *Значущі кореляції стресостійкості першокурсників* відображено в табл. 1.

Таблиця 1

## Показники стресостійкості курсантів-поліцейських 1 курсу

Критерії стресостійкості	Нейротизм	Урівноваженість	Емоційна лабільність	Товариські стосунки	Стратегія уникнення	Маску-лінність	Депресія
Уникнення проблеми.	0,37						
Фізична агресія.	0,31	-0,34	0,34		0,25		0,28
Непряма агресія.	0,52	-0,29	0,56		0,21		0,34
Роздратування.	0,39	-0,43	0,55	-0,22	0,34		0,40
Негативізм.	0,25		0,27		0,24		0,21
Вербальна агресія.			0,25				
Образа.	0,47		0,49	-0,30	0,23		0,43
Підозрілість.	0,48		0,38	-0,30	0,21		
Стан агресивності.	0,41	-0,36	0,45				0,29
Стан ворожості.	0,53		0,48	-0,33	0,25		0,38
Провина (аутоагресія).		-0,22	0,35	-0,22	0,25	-0,29	0,36
Спонтанна агресивність.				-0,29	0,31	0,22	
Депресивність.				-0,29	0,32		
Емоційна лабільність.				-0,29	0,33		
Реактивна агресивність.				-0,43		0,45	
Сором'язливість.						-0,30	
Вирішення проблем.				0,30			

Щодо результатів дослідження показників за *психобіологічним* критерієм курсантів другого курсу, виявлених за методикою Г. Айзенка «Діагностика темпераменту», *діагностовано високий рівень нейротичності* в 30 % опитуваних. За методикою Т. Немчина «Оцінка нервово-психічного напруження» встановлено *екстенсивний* рівень нервово-психічної напруженості – в 30% респондентів. За методикою Басса-Дарки «Форми агресивної поведінки» діагностовано *підвищений* рівень *агресивності* – в 10% учасників експерименту. За методикою «Діагностика страху» Прядіна-Чернавського виявлено наявність страхів у 25% опитуваних.

*Емоційно-комунікативний* критерій змістовно представлено показниками виявленими за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» Л. Шнейдера, діагностовано *дифузну самоідентифікацію* – у 28% опитуваних, *передчасну* – в 41% респондентів, у *стадії мораторію* – в 9% курсантів, *завершену самоідентифікацію* – в 12% з них. Поліцейським дівчатам важче ідентифікувати

себе з професією через певні стереотипи: «це професія тільки чоловіча», «реалізуватися дівчині важко в сфері Національної поліції», «дівчина не може побудувати кар'єру поліцейського» тощо. Така неузгодженість переконань із необхідністю «вживатися» в роль поліцейського свідчить про неприйняття себе, створює внутрішній конфлікт.

За методикою «Поведінка в конфліктній ситуації» Томаса-Кілмена виявлено стратегії курсантів у конфліктному спілкуванні: 40% опитуваних застосовують стратегію «суперництво», 20% з них – обирають «компроміс», 5% – «уникнення», 25% – «поступливість», 10% – «співпрацю». Кореляційний аналіз показав, що показники високого рівня впевненості в собі та вміння надавати підтримку іншим протиставляються маніпуляціям, суперництву та асоціальним вчинкам курсантів ( $r=-0,39$ ). Виявлено, що схильність до суперництва спонукає курсантів до асоціальних дій ( $r=0,34$ ). Проте схильність до співробітництва характеризує курсантів як обережних ( $r=0,33$ ). Значення вірні при  $r=0,31$  при  $n=42$  (коефіцієнт кореляції Пірсона).

За методикою «Діагностика комунікативної толерантності» В. Бойка виявлено високі показники: неприйняття іншого – 30% опитуваних, оцінюють інших по собі – 20% з них, категорично оцінюють інших – 30% курсантів, демонструють відразу до іншого – 5% учасників, відсутність партнерського спілкування – 40% респондентів, нетолерантне ставлення до помилок партнера (невміння прощати) – 30%, нетерплячість до дискомфортного стану іншого – 20% курсантів, невміння пристосовуватися до інших – 10%.

За проективною методикою О. Романової і Т. Ситько «Людина під дощем» виявлено, що незахищеними в агресивному середовищі себе почувають 10% учасників експерименту.

За методикою «Акцентуовані риси характеру» Г. Шмішека виявлено показники акцентуацій характеру: 30% – з демонстративними рисами, 40% респондентів – з гіпертимними, 30% курсантів – проявляють збудження, 20% – застрявання. Кореляційним аналізом доведено, що показники високого рівня впевненості у собі, виявлених за методикою «Шкала впевненості у собі» Рейзаса, впливають на формування таких акцентуацій характеру курсантів, як демонстративність ( $r=0,28$ ), гіпертимність ( $r=0,30$ ). З'ясовано, що такі акцентуації характеру опитуваних, як педантичність ( $r=-0,40$ ), збудливість ( $r=-0,33$ ), тривожність ( $r=-0,46$ ) – свідчать про їх невпевненість. Значення вірні при  $r=0,31$  при  $n=42$  (коефіцієнт кореляції Пірсона).

За методикою «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Х. Келлермана виявлено тенденцію курсантів з середнім рівнем стресостійкості до застосування механізмів «заперечення» тривожних подій реальності та «ізоляції» від тривоги ( $r=-0,45$ ). Аналогічно показники низького рівня стресостійкості засвідчують тенденцію курсантів до «регресії» ( $r=0,68$ ), «компенсації» ( $r=0,31$ ), «проекції» ( $r=0,43$ ), «заміщення» ( $r=0,58$ ). Високі показники зрілого рівня гендерної ідентичності курсантів свідчать про тенденцію нівелювання захисту «реактивне утворення» ( $r=-0,32$ ). Отримані результати доводять перевагу емоційних форм захисту над свідомими конструктивними (копінг-стратегіями).

Показники *когнітивного* критерію виявлено за методикою «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» С. Нормана (адаптований варіант Т. Крюкової) і свідчать, що конструктивні копінг-стратегії застосовують 50% опитуваних. *Кореляційним аналізом* підтверджено, що високі показники «індексу конструктивності» (стресостійкості) сприяють «пристосуванню» ( $r=0,35$ ) курсантів до конфліктного середовища. Високий показник «індексу конструктивності» курсантів впливає на *зниження* показників «смісложиттєвої кризи» ( $r=-0,55$ ), виявлених за методикою «Смісложиттєва криза» К. Карпінського; «фрустрації» ( $r=-0,5$ ); «уникання конфлікту» ( $r=-0,37$ ) та «неуспішних стратегій подолання стресу» ( $r=-0,31$ ).

За методикою «Соціально-психологічна адаптація» К. Роджерса й Р. Даймонда виявлено, що у 20% опитуваних *низький* рівень соціальної адаптації, у 20% – *помірний*, у 60% – *високий*; *самоприйняття* – 15% респондентів *низький* рівень, 20% – *середній*, 65% – *високий*; показники прийняття іншого: у 40% респондентів – *низький* рівень, у 20% – *середній*, у 40% – *високий*.

За методикою «Рівень соціальної фрустрації» Л. Васермана *помірний* рівень соціальної фрустрованості виявлено у 50% опитуваних, *середній* рівень – у 25 %, *високий* – у 25% опитуваних. Показники «смісложиттєвої кризи» високо корелюють із показниками «фрустрації» ( $r=0,69$ ) курсантів. Чим *вище* рівень «фрустрації» курсантів, тим *нижче* рівні «асертивності» (впевненості в собі) ( $r=-0,43$ ), «підтримки» ( $r=-0,29$ ). У стані фрустрації вони «*уникають*» конфліктів (0,60), вдаються до «*маніпуляцій*» ( $r=0,39$ ).

За методикою «Визначення ведучої програми» М. Кокс з'ясовано, що курсанти, які керуються програмою «Будь самодосконалим» (30%): досягають успіху в роботі, в самоорганізації, вміють планувати свій час, долати труднощі, уважні до деталей, точні, акуратні, стресостійкі ( $r=0,45$ ). Показниками кореляції виявлено й *зворотній* бік такої програми. Курсанти схильні до *цинізму*, *агресивності*, *ворожості* ( $r=0,39$ ) (встановлено показники за «Шкалою ворожості» Кука-Медлей), *втрати самоконтролю й наполегливості* ( $r=-0,38$ ). Курсанти, які застосовують програму «Радуй інших» (25%), вміють *бути частиною команди*, мають добре розвинуту інтуїцію, уважні до почуттів інших людей, терплячі, розуміючі, здатні згуртовувати команду, уникати конфліктів, стресостійкі ( $r=0,38$ ). Курсанти з такою програмою *асертивні* ( $r=0,35$ ), але *нехтують власною думкою*, догоджають іншим собі на шкоду, *відчувають себе нещасливими* ( $r=-0,39$ ), що виявлено за «Оксфордським опитувальником щастя» М. Аргайла. Курсанти із програмою «Будь сильним» (20%) *стресостійкі* й легко долають критичні ситуації ( $r=0,46$ ); з почуттям обов'язку, наполегливі, в складних ситуаціях схильні мислити логічно, рішучі, не схильні до паніки, надійні та врівноважені. «Сильні» курсанти не визнають слабкості, їм важко прохати когось про допомогу, малоемоційні. Перенавантаження *погіршує* їхній рівень *вольової саморегуляції* ( $r=-0,37$ ). Курсанти з програмою «Старайся» (15%) *роблять все з ентузіазмом*, *вкладають у справу великі зусилля* ( $r=0,35$ ), добровільно беруться за виконання нової роботи, але їм не вистачає терпіння для її завершення. Курсанти з програмою «Поспішай» (10%) в стані стресу *відчувають себе затребуваними* ( $r=0,42$ ), можуть за короткий інтервал часу виконати великий об'єм роботи, але

при цьому не вміють планувати час так, щоб планомірно виконувати завдання, тому припускаються помилок в роботі ( $r=-0,35$ ).

*Ціннісно-вольовий критерій стресостійкості курсантів розкрито за методикою «Здатність до саморегуляції» Н. Пейсахова. Виявлено, що у 50% опитуваних високий рівень, 35% – середній, 15% – низький. З'ясовано, що індекс вольової саморегуляції курсантів є послабленим у тих, хто здатен до надмірного фантазування та надуманості, переживають різні страхи, пов'язані з природними лихами, з екстремальними ситуаціями ( $r=-0,48$ ), побутовий страх ( $r=-0,49$ ), моральний, страх життєдіяльності ( $r=-0,50$ ). Такі страхи є некерованими, якщо вони довготривалі, якщо саморегуляція курсантів є екстернальною, якщо вони песимістично сприймають світ та властиві особам з високим рівнем нейротизму ( $r=-0,58$ ). Із підвищенням рівня «смишлості кризи» знижується рівень застосування «асертивних дій» ( $r=-0,58$ ) курсантами, «уникання» конфліктів ( $r=0,62$ ), а застосування стратегії «маніпуляція» ( $r=0,36$ ) навпаки підвищується.*

*Екзистенціальна криза курсантів пов'язана з фрустрацією (неуспішними намаганнями досягати успіху), що свідчить про низький рівень розвитку організаційно-поведінкової складової. Стресостійкість корелює з усіма показниками критичних ситуацій: фрустрації, екзистенціальної кризи, конфліктів, стресів.*

*Важливими для подолання означених стрес-факторів властивостями стресостійкості курсантів є: впевненість у собі, вміння надавати підтримку іншому, обережність, вольова саморегуляція, самоорганізація, навички фрустраційної толерантності, здатність аналізувати стресову ситуацію, вирішувати конфлікти, завершена гендерна самоідентифікація.*

*Кореляційним аналізом підтверджено взаємовплив організаційно-поведінкових, соціокультурних та психобіологічних характеристик стресостійкості курсантів, що відображено в табл. 2.*

*Досліджено психофізіологічний критерій стресостійкості патрульних поліції. У патрульних поліції з дезадаптивним стилем подолання стресу (14 %) виявлено екстенсивну нервово-психічну напругу (71–90 балів) за методикою Т. Немчина «Оцінка нервово-психічного напруження». У патрульних з відносно-адаптивним стилем рівень напруги коливається в межах 51–70 балів (помірний рівень). Більшість опитуваних з адаптивним стилем подолання стресу мають інтенсивний рівень напруги (30–50 балів). Результати експерименту свідчать про те, що адаптовані до праці поліцейські вміють вчасно зняти зайве нервово-психічне напруження.*

*Емоційно-комунікативний критерій стресостійкості патрульних розкрито шляхом кореляції показників нейротичності, виявлених за методикою Г. Айзенка «Діагностика типу темпераменту» та ознак психопатій характеру виявлено за методикою «Mini-Mult» В. Зайцева. Підвищений рівень нейротичності сприяє розвитку іпохондричних симптомів ( $r=0,3$ ).*

*Діагностовано, що патрульним, схильним до іпохондрії з астено-невротичним типом, важко адаптуватися до екстремальних умов, вони надмірно піклуються про своє здоров'я, негнучкі й легко втрачають самоконтроль у соціальних конфліктах. Високий рівень показників нейротичності також впливає на підвищення ознак паранойяльності ( $r=0,35$ ) та гіпоманії ( $r=0,37$ ). На фоні*



*хронічного стресу в поліцейських формуються гіпотимічні риси характеру: невпевненість у собі, надмірна сенситивність, тривожність, нерішучість у прийнятті рішення. У ситуаціях фрустрації такі патрульні демонструють інтрапунітивні реакції: гнів, почуття провини, аутоагресію; схильні до суїциду.*

Таблиця 2

## Показники стресостійкості курсантів 2 курсу

Критерії стресостійкості	Індекс стресостійкості	Фрустрація	Асертивність	Контакт	Суперництво	Екзистенціальна криза	Самоконтроль	Наполегливість	Співробітництво
Фрустрація.	-0,50		-0,43			0,39			
Пристосування.	0,35								
Уникання конфлікту.	-0,37	0,60	-0,72			0,62			
Екзистенціальна криза	-0,55	0,39	-0,58						
Заперечення.	-0,45								
Регресія.	0,68								
Компенсація.	0,31								
Проекція.	0,43								
Заміщення.	0,58								
Підтримка.		-0,29		0,30					
Маніпуляція.		0,39				0,36			
Демонстративність.			0,28						
Гіпертимність.			0,30						
Педантичність.			-0,40						
Збудливість.			-0,33						
Тривожність.			-0,46						
Обережність.			-0,30						0,33
Асоціальні дії.			-0,39		0,34				
Агресивні дії.			-0,48	0,35					
Компроміс.				-0,28					
Будь досконалим.	0,45						-0,38	-0,32	
Радуй інших.	0,38		0,35						
Будь сильним.	0,46							-0,42	
Поспішай.	0,42						-0,35		
Старайся.								0,35	
Страх.							-0,50	-0,58	

*Доведено, що симптоматика деформованих рис характеру патрульних знижує рівень застосування поведінкових копінг-стратегій (-0,27). Виявлено підвищені показники депресивності ( $r=-0,40$ ), паранойяльності ( $r=-0,33$ ), формування понадцінних ідей патрульних: егоїстичність і самозадоволеність; надмірна самовпевненість; активне нав'язування своїх планів іншим; злопам'ятність, мстивість.*

*Встановлено, що патрульні з симптоматикою депресивності ( $r=0,31$ ), істеричності (0,27) – демонструють утечу від реальності, не здатні вирішувати*

*проблеми*, в них знижується відповідальність, реагують «хворобливим станом» на стрес, тривога при цьому витісняється, застосовують емоційні копінг-стратегії. Окрім цього, вони стають *егоцентричними*, зверхніми у спілкуванні.

Проведеним кореляційним аналізом *підтверджено*, що когнітивні копінг-стратегії при виявлених ознаках деформацій характеру патрульних поліції не застосовуються.

За показниками кореляційного аналізу «Діагностики комунікативної толерантності» В. Бойка та «Діагностики особистісного й групового задоволення роботою» В. Козлова і Г. Мануйлова виявлено, що підвищення рівня комунікативної компетентності патрульних – *прийняття іншого* ( $r=0,50$  при  $n=21$  для  $0,05=0,43$ ); *зміна категоричності й консервативності* стосовно інших на об'єктивність ( $r=0,52$ ); *толерантність щодо комунікативних недоліків інших* ( $r=0,58$ ) *підвищує* рівень задоволеності працею.

Патрульні схильні до партнерського спілкування, але водночас *рівень їхньої комунікативної компетентності низький*, що впливає на низький рівень задоволеності працею та спонукає їх до уникнення стресових ситуацій.

З'ясовано, чим *вище рівень саморегуляції*, тим *менше* патрульними застосовується стратегія «уникнення стресових ситуацій» ( $r=-0,43$ ). Значущі кореляційні зв'язки відображено в табл. 3. Значення вірні при  $r=0,27$  для  $n=52$  (коефіцієнт кореляції Пірсона).

Таблиця 3

Показники стресостійкості патрульних поліції

Критерії стресостійкості	Іпохондрія	Депресія	Істерія	Психопатія	Паранойяльність	Психостенія	Шизоїдність	Гіпоманія
Інтроверсія.		-0,40			-0,33			
Нейротизм.	0,30				0,35			0,37
Емоційні копінг-стратегії.		0,31	0,27					
Поведінкові копінг-стратегії.			-0,27	-0,27	-0,32		-0,29	

Результати *емпіричного* дослідження стресостійкості патрульних поліції за *когнітивним критерієм* з дезадаптивним стилем подолання стресу (14 %) свідчать про те, що причиною екстенсивної нервово-психічної напруги (71–90 балів) є виявлені за методикою О. Романової і Т. Ситько «Людина під дощем» негативні форми захисту в агресивному середовищі. Опитувані з *відносно адаптивним стилем* подолання стресу застосовують відносно адаптивні копінг-стратегії (20 %). Їх рівень напруги коливається в межах 51–70 балів (помірний рівень). Патрульні з відносно адаптивним стилем стресостійкості схильні до негативних форм захисту, є безпорадними в агресивному середовищі, не справляються з післястресовою тривогою, живуть в очікуванні неприємностей. Вони *мають тенденцію утечі від труднощів*, ігнорують стереотипи в поведінці, імпульсивні, уникають дійсності шляхом надмірного фантазування. Більшість опитуваних з

*адаптивним стилем* подолання стресу застосовують *адаптивні копінг-стратегії* (66 %); мають *низькі показники* фрустрованості (50%). *Адаптовані до стресу* патрульні мають *інтенсивний рівень напруги* (30–50 балів); спроможні *протистояти* агресивному середовищу, комунікативно компетентні та *здатні витримувати дискомфортні умови праці*; серед них є такі, що мають *лідерські властивості*, в стресових ситуаціях здатні інших повести за собою.

Виявлено показники за *ціннісно-вольовим критерієм* патрульних поліції: 60% з них *проявляють високий* рівень саморегуляції, 20% – *помірний*, 10 % – *низький*.

*Результати емпіричного дослідження* змістових характеристик стресостійкості курсантів-поліцейських 1 курсу, 2 курсу й патрульних поліції дозволили *узагальнити та визначити* характеристики їхньої стресостійкості:

- стресостійкість курсантів 1 курсу є важливою для їхньої адаптації до *соціокультурних умов* вишу; значущою для адаптації виявилася така особистісна властивість як *товариськість* (доброзичливе ставлення до інших), вона впливає на розвиток помірною рівня нейротичності, високого рівня асертивності, врівноваженості, здатності застосовувати конструктивні стратегії в конфліктно-агресивних ситуаціях;

- стресостійкість патрульних поліції переважно ґрунтується на *психофізіологічних* вроджених властивостях подолання психофізичних перенавантажень; в умовах виконання службових обов'язків патрульні навчаються долати дискомфортні умови праці; *виробляють здатність до психофізіологічної саморегуляції високого рівня нервово-психічної напруженості*; при цьому *патрульні, які не справляється з психічними перенавантаженнями* мають *високий рівень нейротичності*, що позначається на структурі їхнього характеру; досліджено, що внутрішні детермінації (незавершені психологічні травми) впливають на прояв страхів, тривожності, агресивних станів патрульних, що позначається на формуванні очікування невдач; підвищення рівня комунікативної компетентності патрульних поліції та навчання навичкам застосування конструктивних копінг-стратегій сприяє формування мотивації до виконання службових обов'язків;

- з'ясовано, що стресостійкість курсантів 2 курсу виявляється в конфліктних ситуаціях, впливає на їх впевненість та асертивність, позначаються на структурі їхнього характеру, соціальній адаптованості. Курсанти набувають навичок фрустраційної толерантності в процесі досягнення навчально-професійного успіху; формують навички застосовувати конструктивні копінг-стратегії (орієнтованість на вирішення проблем, пошук соціальної підтримки); самоконтролю.

На основі проведеного дослідження *розроблено та апробовано комплексну авторську методуку «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості»*. Виявлено, що за *психобіологічним критерієм* показники стресостійкості є *вищими в патрульних поліції* (витривалі до психофізичних навантажень); показники стресостійкості за *соціокультурним критерієм* – у *психологів*: вони навчаються сублімації різних стресових переживань, є асертивними, створюють оптимальний комунікативний простір для життя, мають розвинутий рівень психологічної культури, комунікативної компетентності. *За*

*організаційно-поведінковим критерієм найвищими є показники в юристів: вони тренують логічно-критичне мислення, навчаються переконувати, відстоювати свої судження. Результати середніх показників опитуваних для n=100 осіб різних професійних спрямувань відображено в табл. 4.*

Таблиця 4

## Показники стресостійкості осіб різних професійних спрямувань

Критерії	Патрульні 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.	11,66	8,33	11,66	11,66	8,66

Таким чином, результати емпіричного дослідження дозволили виявити *зміст* особистісних властивостей стресостійкості поліцейських.

У четвертому розділі – **«Концепція інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості»** представлено вихідні теоретико-методологічні позиції концепції інтегративного розвитку стресостійкості особистості; описано психобіологічний, соціокультурний, організаційно-поведінковий критерії розвитку та формування стресостійкості особистості; розроблено матрицю інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості.

Концепція інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості ґрунтується на наступних положеннях:

1. Стресостійкість особистості розуміється як системно-інтегративна властивість особистості, яка забезпечує прогнозованість психобіологічних реакцій на стрес; оптимізацію соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій; визначення ціннісно-сміслових трансформацій постстресових наслідків.

2. Психофізіологічна, емоційно-комунікативна, когнітивна та організаційно-поведінкова складові стресостійкості особистості наскрізно охоплюють всю структуру особистості та складають *зміст характеристик стресостійкості особистості, критеріїв стресостійкості особистості: психобіологічного, емоційно-комунікативного, організаційно-поведінкового.*

3. Організаційними умовами розвитку та формування стресостійкості особистості є поетапність опрацювання складових стресостійкості особистості, врахування загально-організаційних правил та гештальт-орієнтованих принципів роботи в тренінгових групах, закономірностей загально-групової динаміки.

4. Сучасні інтерпретації інтегративного підходу в психології свідчать про те, що він засновується на ідеї *цілісності* та поєднує всі рівні й функціональні аспекти психічного прояву людини (*персональний, інтерперсональний та трансперсональний*).

Концепція інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості ґрунтується на методології інтегративного підходу (Б. Ананьєва, П. Анохін, І. Канта, В. Мазілова, В. Козлова, В. Мерліна, К. Уїлбера та ін.).

*Теоретична основа інтегративного підходу* дозволила поєднати диспозиційний і ситуативний напрями дослідження стресостійкості особистості й психологічні ідеї, зокрема:

- *цілісності* особистості в психотерапії сутності К. Юнга, яка полягає в інтеграції «тіні» (те, що приховується) з «персоною» (те, що демонструється іншим);

- *інтеграції чотирьох кодів* психотерапевтичної роботи з підсвідомим змістом проблем у концепції інтегрального нейропрограмування С. Ковальова: *нейрологічного* (код «відчуття» описано Р. Бендлером), *просторового* («код проєкції» описано Б. Хелінгером), *психосемантичного* («код значення» надано С. Ковальовим), *символічного* (код «образ» описано Х. Льюїнером, К. Юнгом);

- *ідею В. Райха* по звільненню тіла від невротичного напруження, що сприяє вільному протіканню біологічної енергії та особистістному росту;

- *досягнення внутрішньої цілісності* Ф. Перлза, що полягає в досягненні оптимальної самоорганізації й рівноваги. Особистість розглядається гештальт-терапевтами як дієва сила контакту, як усвідомлення досвіду, в якому постійно відбуваються процеси саморегуляції;

- *цінності взаємозв'язку з іншими та контакту з внутрішніми імпульсами тіла* описана в теорії бодинамічного розвитку особистості Л. Марчер;

- *трансформації негативних захисних механізмів і відновлення цілісності контакту з собою* – в гештальт-інтегрованій психотерапії М. Польстер і І. Польстера;

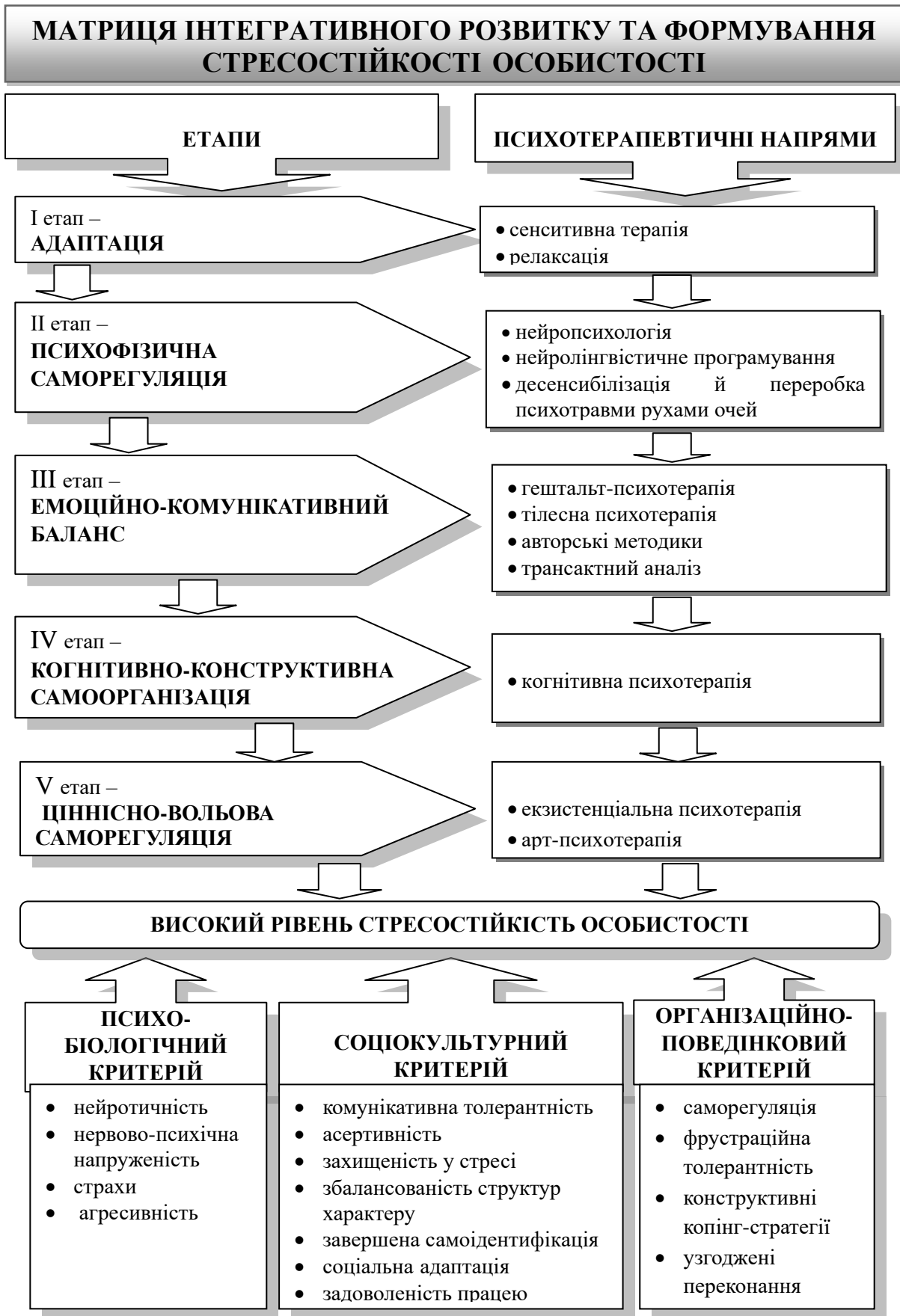
- *ставлення до себе та до світу* в моделі прив'язаності дорослих К. Барталом'ю і Л. Хоровітца: *надійний «Я-ок, Ти-ок», тривожний «Я-не ок, Ти-ок», унікаючий-відитовхуючий «Я-ок, Ти-не ок», похливно-унікаючий «Я-не ок, Ти-не ок»;*

- *сенситивної психотерапії І. Ялома*: об'єднання людей, які переживають відчуженість, страждають від конфліктів, піддаються впливу страху, самотності, невпевнені в собі через соціальну кризу шляхом відновлення самоідентифікації (Хто я? Як я буду жити? Які цінності мені слід прийняти? Як я можу розвиватися?).

Для узагальненого й цілісного відображення концепції розвитку та формування стресостійкості особистості застосовано *матричний* підхід.

*Універсальна матриця* слугує основою для розробки програм розвитку та формування стресостійкості особистості (рис. 2).

Означені вище ідеї становлять етапи розвитку та формування стресостійкості особистості. На *початковому* етапі запропоновано застосування *розроблених автором* методик «Зміна негативного захисту на конструктивні допінг-стратегії» й «Трансформація стресу в ресурс для розвитку». Як показує проведений аналіз, їх впровадження забезпечує подолання внутрішнього конфлікту. На основі сформованого конструктивного захисту та самоідентифікації особистість легше долає зовнішні детермінації стресостійкості; досягає інтеграції з іншими. Успіх цього забезпечується принципами *взаємодоповнення, діалогічного спілкування, сприйняття іншого як цінність*.



**Рис. 2. Матриця розвитку та формування стресостійкості особистості**

У п'ятому розділі – «Програма інтегративного розвитку та формування стресостійкості курсантів-поліцейських і патрульних поліції» розроблено та апробовано програму інтегративного розвитку й формування стресостійкості особистості (табл. 5); описано організаційні аспекти реалізації уніфікованої програми «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських 1 і 2 курсів навчання, патрульних поліції.

Таблиця 5

## Програма «Стресостійкість» для поліцейських

Етапи	Змістові модулі. Мета. Тематичне наповнення модулів
<b>Модуль 1: Рівновага.</b>	
<b>Мета: Набути навичок психофізіологічної саморегуляції.</b>	
<b>Адаптація.</b>	Організаційні вправи (правила, мета, очікування). Вправи для підтримки, збалансованого лідерства, згуртованості групи. Зворотній зв'язок.
<b>Контакт.</b>	Практикування конструктивних контактів. Карта тіла. Техніки бодинаміки. Застосування афірмацій з тілесними практиками. Взаємодія.
<b>Регуляція вегетативної нервової діяльності.</b>	Психофізіологічні симптоми стресу. Баланс півкуль головного мозку. Релаксація, ауторелаксація. Регуляція екстремальних станів, техніки дихання. Зняття постстресових симптомів за допомогою техніки Ф. Шапіро «ДПДГ».
<b>Модуль 2: Баланс.</b>	
<b>Мета: Набути навичок емоційної саморегуляції та толерантного спілкування; опрацювати неконструктивні захисти.</b>	
<b>Інтеграція.</b>	Захищеність у стресі. Зміна захисту. Трансформація постстресових наслідків. Трикутник С. Карпмана. Комунікативна толерантність. Ускладнене спілкування. Самоідентифікація біопсихосоціотипу. Інтеграція з іншими. Колективне підсвідоме. Комунікативна цінність іншого. Межі особистості.
<b>Перепрограмування.</b>	Перепрограмування нейрологічного, просторового, психосемантичного, символічного кодів стресу. Деструктивні сімейні сценарії: радуй інших, будь кращим, будь сильним, старайся. Розробка ефективного сценарія. Позиції в спілкуванні. Вироблення стратегій конфліктного спілкування.
<b>Модуль 3: Організація.</b>	
<b>Мета: Набути навичок ефективної самоорганізації та застосування конструктивних-копінг стратегій.</b>	
<b>Самоорганізація.</b>	Вміння планувати. Цілепокладання та ціле досягнення.
<b>Конструктивні стратегії.</b>	Аналіз допінг-стратегій. Набуття конструктивних копінг-стратегій. Робота з деструктивними переконаннями. Робота з фрустраціями, бар'єрами досягнення цілі.
<b>Модуль 4: Цілісність.</b>	
<b>Мета: Набути навичок вольової саморегуляції та пошуку смислів.</b>	
<b>Вольова саморегуляція.</b>	Прийняття рішення. Вміння відстоювати свою думку. Наполегливість.
<b>Смисли та цінності.</b>	Ієрархія потреб, цінностей. Мотивації досягнення успіху та уникнення невдач. Пошук смислу та унікальності стресової ситуації. Аналіз ієрархії цінностей: енергія, час, статус, матеріальне забезпечення. Переосмислення часто повторюваних стресів.

На *формульованому етапі* експерименту запроваджено та доведено ефективність уніфікованої програми «Стресостійкість» для курсантів і патрульних поліцейських. Дослідження проводилось на базі Донецького юридичного інституту МВС України.

Загалом у дослідженні взяло участь – 558 осіб: з них 223 курсантів-поліцейських першого та 150 – другого курсів навчання; 215 патрульних поліції України.

Слід зазначити, що *контрольні діагностичні зрізи* показників стресостійкості опитуваних здійснено на початку та наприкінці впровадження програми. За умовами *формульованого* експерименту в ЕГ (експериментальній групі) програму «Стресостійкості» впроваджено, а в КГ (контрольній групі) – не впроваджено. У експерименті задіяно еквівалентні групи курсантів і патрульних поліції, які складаються з груп по 20-25 осіб.

*Підтверджено* ефективність упровадження програми «Стресостійкість» для курсантів першого курсу навчання в усіх досліджуваних ЕГ: за *психобіологічним* критерієм показники збільшено на 20%, за *соціокультурним* – на 40%; за *організаційно-поведінковим* – на 30%. Показники стресостійкості учасників програми виявлені за комплексною методикою «Диференціальна діагностика стресостійкості особистості» О. Когут. Учасники тренінгу-семінару напрацювали важливі для адаптації властивості стресостійкості: навички саморегуляції та релаксації, взаємопідтримки, опрацювали страхи, тривоги, навчилися трансформувати негативний зміст емоційного напруження, досягли оптимального рівня згуртованості (товариськості) у взводі, набули конструктивні копінг-стратегії. Проте показники стресостійкості для учасників КГ залишились майже незмінними. Результати статистичного методу за t-критерієм Стьюдента для залежних та незалежних вибірок відображено в табл. 6.

Таблиця 6

**Показники ефективності впровадження програми «Стресостійкість»  
для курсантів 1 курсу**

<b>Критерії</b>	<b>Показники порівняльного аналізу до та після тренінгу в ЕГ (110 курсантів)</b>	<b>Показники порівняльного аналізу після тренінгу в ЕГ (110 курсантів) та КГ (113 курсантів)</b>
Нормативні показники	$t_{кр} (n=110, p= 0,01) = 2,6212645 < t_{емп}$	$t_{кр} (n=223, p=0,01) = 2,5994431 < t_{емп}$
Психобіологічний.	$t_{емп} = 34,53059485$	$t_{емп} = 48,79464752$
Соціокультурний.	$t_{емп} = 31,3772299$	$t_{емп} = 49,08115609$
Організаційно-поведінковий.	$t_{емп} = 30,83317687$	$t_{емп} = 16,45087862$

Результати статистичного методу t-критерія Стьюдента для залежних і незалежних вибірок підтвердили ефективність упровадження програми «Стресостійкість» для патрульних поліції. В ЕГ результати за *психобіологічним* критерієм збільшено на 15%; за *соціокультурним* – на 35%; за *організаційно-поведінковим* – на 20%. Учасники програми набули навичок релаксації, зняття психологічного напруження, підвищили рівень комунікативної толерантності за для забезпечення партнерського спілкування з громадянами, набули навичок трансформації стресу в ресурс, змінили негативні захисти на конструктивні стратегії опанування стресом, підвищили рівень усвідомлення своїх реакцій в стресових ситуаціях, напрацювали стратегії спілкування в конфліктних ситуаціях. На відміну від учасників ЕГ, учасники КГ мають нижчі показники стресостійкості, що відображено в табл. 7.



**Показники ефективності впровадження курсу «Стресостійкість»  
для патрульних поліції**

Критерії оцінювання	Показники порівняльного аналізу до та після тренінгу в Експериментальній групі (105 патрульних)	Показники порівняльного аналізу після тренінгу в Експериментальній групі (105 патрульних) та Контрольній групі (110 патрульних)
Нормативні показники	$t_{кр} (n=105, p=0,01) = 2,6234655 < t_{емп}$	$n=215, p=0,01) = 2,5988893 < t_{емп}$
Психобіологічний.	$t_{емп} = 36,08510339$	$t_{емп} = 48,73002108$
Соціокультурний.	$t_{емп} = 34,13942927$	$t_{емп} = 32,23598647$
Організаційно-поведінковий.	$t_{емп} = 48,62119128$	$t_{емп} = 18,90129218$

Ефективність впровадження програми «Стресостійкість» для курсантів 2 курсу була доведена за методиками: FPI; Д. Амірхана «Індикатор копінг-стратегій»; «Здатність до саморегуляції» Н. Пейсахова; Т. Немчина «Оцінка нервово-психічного напруження»; «Дослідження вольової саморегуляції» О. Зверькова і Є. Ейдмана; за методом математичної статистики: t-критерій Стьюдента. Слід відмітити, що показники стресостійкості учасників ЕГ змінено: *нервово-психічної* напруги знижені на 20%; *нейротичності* – відповідно на 25%; *спонтанної агресивності* знижено на 30%; *врівноваженості* – підвищено на 40%; *невпевненості у собі* (сором'язливості) знижено на 25%; рівень застосування конструктивних стратегій *підвищено* на 40%; *пошук соціальної підтримки* збільшено на 35%; *застосування стратегії уникнення* знижено на 15%; *показники вольової саморегуляції* підвищено на 25%. Разом з тим, означені показники стресостійкості учасників КГ залишилися майже незмінними та є нижчими, що відображено в табл. 8.

Таблиця 8

**Показники ефективності впровадження програми «Стресостійкість»  
для курсантів другого курсу**

Нормативні показники стресостійкості курсантів 2 курсу	Експериментальна група 1	Експериментальна група 2	Контрольна група
<i>За методикою «Оцінка нервово-психічного напруження» Т. Немчина</i>			
$t_{кр} (n=50, p=0,01) = 2,677933 < t_{емп}$	$t_{емп} (ЕГ 1) = 11,31656789$	$t_{емп} (ЕГ 2) = 7,780152813$	$t_{емп} (КГ 3) = 0,447561501$
<i>Показники «Нейротичності» за методикою FPI</i>			
$t_{кр} (n=50, p=0,01) = 2,677933 < t_{емп}$	$t_{емп} (ЕГ 1) = 9,1914503$	$t_{емп} (ЕГ 2) = 12,4019752$	$t_{емп} (КГ 3) = 0,425045483$
<i>Показники «Спонтанної агресивності» за методикою FPI</i>			
$t_{кр} (n=50, p=0,01) = 2,677933 < t_{емп}$	$t_{емп} (ЕГ 1) = 14,76485258$	$t_{емп} (ЕГ 2) = 18,36390549$	$t_{емп} (КГ 3) = 1,278019301$
<i>Показники «Депресивності» за методикою FPI</i>			
$t_{кр} (n=50, p=0,01) = 2,677933 < t_{емп}$	$t_{емп} (ЕГ 1) = 11,90391118$	$t_{емп} (ЕГ 2) = 16,76295884$	$t_{емп} (КГ 3) = 0,68231825$

<i>Показники «Врівноваженості» за методикою FPI</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 13,92830827	темп (ЕГ 2) = 17,23642921	темп (КГ 3) = 2,196416936
<i>Показники «Сором'язливості» за методикою FPI</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 12,01288574	темп (ЕГ 2) = 15,94128904	темп (КГ 3) = 0,538461538
<i>Показники застосування курсантами «Стратегії вирішення проблем» за тестом Д. Амірхана «Індикатор копінг-стратегій»</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 16,51677489	темп (ЕГ 2) = 21,78208495	темп (КГ 3) = 2,225995548
<i>Показники застосування стратегії «Пошук соціальної підтримки»</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 19,42139223	темп (ЕГ 2) = 24,55855195	темп (КГ 3) = 2,370197122
<i>Показники застосування стратегії «Уникнення»</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 24,9553239	темп (ЕГ 2) = 21,77150884	темп (КГ 3) = 0,196116135
<i>Показники «Дослідження вольової саморегуляції» курсантів за методикою О. Зверькова і Є. Ейдмана</i>			
tkp (n=50, p=0,01) = 2,677933 < темп	темп (ЕГ 1) = 18,73805352	темп (ЕГ 2) = 4,809443625	темп (КГ 3) = 1,697749375

Отже, програма «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських і патрульних поліції перевірена за результатами діагностики, що свідчать про ефективність упровадження.

## ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні представлено теоретико-методологічне обґрунтування проблеми розвитку та формування стресостійкості особистості, здійснено *емпіричне* обстеження характеристик стресостійкості курсантів-поліцейських і патрульних поліції, *обґрунтовано* концепцію інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості, *запропоновано матрицю* для розробки розвивально-формувань програм підвищення рівня стресостійкості особистості, *надано результати апробації* ефективності уніфікованої програми «Стресостійкість». Результати дослідження надали підстави для *формулювання висновків*, які засвідчують виконання поставлених завдань і *досягнення* мети дослідження:

1. Теоретико-методологічний аналіз стресостійкості особистості в *системному дискурсі* надав можливість *розкрити зміст* психологічних закономірностей стресостійкості особистості та відобразити результати дослідження в *системній моделі* стресостійкості особистості. *Виокремлено* складові стресостійкості особистості: психофізіологічну, емоційно-комунікативну, когнітивну, ціннісно-вольову. *Визначено* характеристику складових стресостійкості особистості та їх функціональне призначення: забезпечення цілісності особистості в стресі.

2. Стресостійкість особистості розглядається як системно-інтегративна властивість особистості, яка *забезпечує прогнозованість* психобіологічних реакцій

на стрес, надає можливість здійснювати якісний профвідбір працівників небезпечних для життя й здоров'я професій, диференціювати особливості стресостійкості спеціалістів поліпрофесійних спрямувань, що зменшить ризики емоційного вигорання особистості під впливом організаційних стрес-факторів; підтримує оптимізацію соціокультурних та організаційно-поведінкових стратегій подолання надскладних і надзвичайних ситуацій, які спрямовують ресурси особистості на подолання критичних ситуацій – ненормативної кризи, внутрішнього та зовнішнього конфліктів, фрустрацій і стресових ситуацій; забезпечує навичками надання психологічної допомоги людям, що потерпають від небезпечних ситуацій; така оптимізація надає можливість уникнути або пом'якшити наслідки стресу; сприяє здійсненню ціннісно-смислових трансформацій постстресових наслідків, які мотивують людину на подолання небезпечних ситуацій.

3. Здійснено теоретико-методологічний аналіз детермінуючих чинників стресостійкості особистості та розкрито зміст критеріїв: психобіологічний, соціокультурний, організаційно-поведінковий. Психобіологічний критерій: стійкість до нервово-психічної напруженості, низький рівень нейротичності, відсутність страхів і агресивних станів та ін. Соціокультурний критерій: застосування конструктивного захисту в агресивних умовах праці; високий рівень комунікативної толерантності, адекватний комунікативний контроль, впевненість у собі та асертивність, сформована позитивна мотивація до виконання професійних обов'язків, збалансовані структури характеру, володіння стратегіями подолання конфліктних ситуацій та ін. Організаційно-поведінковий критерій: соціальна адаптованість; фрустраційна толерантність; конструктивні копінг-стратегії (орієнтованість на вирішення проблем, пошук соціальної підтримки), підвищений індекс вольової саморегуляції, наявність смислу життя та ін.

4. Досліджено зміст психобіологічних, соціокультурних та організаційно-поведінкових характеристик стресостійкості курсантів-поліцейських і патрульних поліції. У результаті емпіричного дослідження доведено ефективність застосування диференціального підходу в діагностиці стресостійкості особистості. Емпірично підтверджено, що стресостійкість курсантів-поліцейський 1 курсу потрібна для адаптації до соціокультурних умов вишу зі специфічними умовами навчання. Важливими навичками стресостійкості курсантів на даному етапі є підвищення рівня товариськості, зниження рівня агресивності та ворожого ставлення до інших. Стресостійкість курсантами 2 курсу практично застосовується для подолання критичних ситуацій: стресу, фрустрації, ненормативної кризи та конфліктів. Використання конструктивних копінг-стратегій другокурсниками впливає на формування впевнених рис характеру курсантів. Для стресостійкості патрульних поліції характерними є вміння відновлювати ресурси після тривалого психологічного напруження, навчання навичкам спілкування з конфліктно-агресивними особами, набуття конструктивних копінг-стратегій.

5. Обґрунтовано концепцію інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості, яка поєднує концептуальні ідеї нейропсихології, тілесної психотерапії, гештальт-психології, когнітивної та екзистенціальної психології, інтегрованого нейропрограмування. Надано універсальну матрицю

інтегративного розвитку й формування стресостійкості особистості, яка слугує основою для розробки програм підвищення рівня стресостійкості особистості.

6. *Доведено* ефективність програми «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських і патрульних поліції: *підвищено* рівень стресостійкості курсантів-поліцейських і патрульних поліції за *психобіологічним* (зменшено рівні нейротичності, напруженості), *соціокультурним* (підвищено рівні асертивності, комунікативної компетентності, фрустраційної толерантності, подолання конфліктів), *організаційно-поведінковим* (розширено репертуар застосування проблемно-орієнтованих копінг-стратегій, подолання екзистенціальної кризи, методів вольової саморегуляції) критеріями.

**Перспектива** дослідження полягає в розробці програм з розвитку та формування стресостійкості для осіб поліпрофесійного спрямування; в подальшому вдосконаленні диференціально-діагностичних процедур; у розробці нових методів психокорекції постстресових наслідків.

## СПИСОК НАУКОВИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Монографія:*

1. Когут, О.О.(2021). *Психологія стресостійкості особистості: Монографія*. Кривий Ріг : Видавець Р. А. Козлов.

### *Статті в наукових фахових виданнях України:*

1. Когут, О.О. (2015). Культурно-комунікативні основи розвитку особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова : Матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Актуальні проблеми теоретичної та консультативної психології»*, 103–108.

2. Когут, О.О.(2015). Сучасні технології психопрофілактики аддиктивної поведінки студентів вищих навчальних закладів. *Науковий вісник Чернівецького університету : Матеріали IX Міжнародної науково-практичної конференції «Духовність у становленні та розвитку особистості»*, 104–108.

3. Когут, О.О. (2015). Перспективи розвитку сучасної психології. *Науковий журнал «Психологія і особистість»*, 2 (8). Ч. 2, 48–59.

4. Когут, О.О., Азаренков, О. Г. (2017). Обґрунтування програми тренінгу з психопрофілактики дистресу та розвитку стресостійкості для працівників правоохоронної системи. *Збірник наукових праць (ювілейний випуск) «Правовий часопис Донбасу»*, 2 (60), 177–182.

5. Когут, О.О. (2017). Психологічна культура особистості у кризовому суспільстві. *Вісник Київського Національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*, 1 (6) / 2 (7), 69–74.

6. Когут, О.О. (2017). Теоретичні аспекти дослідження розвитку організаційної культури. *Збірник наукових праць «Організаційна психологія. Економічна психологія»*, 2–3 (9–10), 70–77.

7. Когут, О.О. (2018). Теоретичний аналіз психологічних складових визначення правдивих показань у процесі проведення слідчих дій. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України «Актуальні проблеми психології»*. Том 9. Випуск 11. «Загальна психологія. Етнічна психологія», 98–105.

8. Когут, О.О. (2019). Структурний аналіз психологічних складових стресостійкості патрульних поліцейських. *Збірник наукових праць «Правовий часопис Донбасу»*, 2 (67), 158–164.

9. Когут, О.О. (2020). Концепція інтегративного розвитку стресостійкості особистості в системному дискурсі. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*. Том 6, 2, 113–123.

10. Когут О.О. (2021). Матриця розвитку стресостійкості особистості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал*, 12, 108–113.

11. Когут, О.О. (2021). Стрес як причина наркозалежності. *Габітус, науковий журнал з соціології і психології. Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій*, 21, 257–261. <http://habitus.od.ua/journals/2021/21-2021/47.pdf>.

12. Когут, О.О. (2021). Changing negative personality protection to successful strategies for coping with stress in the psycholinguistic aspect (Зміна негативного захисту особистості на успішні стратегії опанування стресом у психолінгвістичному аспекті). *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного ун-ту імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.. Вип. 51*, 54–75.

13. Когут, О.О. (2020). Стресостійкість як елемент ефективної організаційної культури. *Вчені записки Таврійського національного університ. імені В. І. Вернадського. Серія: «Психологія»*. Том 31 (70), 4, 208–213.

14. Когут, О.О. (2021). Психопрактика трансформації стресу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Випуск №1, 89–96.

15. Когут, О.О. (2021). Інтерпретація категорії «стресостійкість» в психології. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія «Педагогіка та психологія»*. Том 7, 1, 79–89. Інтернет-ресурс: [https://doi.org/10.52534/msu-pp.7\(1\).2021.79-89](https://doi.org/10.52534/msu-pp.7(1).2021.79-89).

16. Когут, О.О. (2021). Емпіричне дослідження стресостійкості особистості в ситуаціях з ускладненим спілкуванням. *Габітус, науковий журнал з соціології і психології. Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій. Одеса*, 25, 60–72.

17. Kogut, O. (2020). Tolerance to stress in extreme work conditions (Стресостійкість в екстремальних умовах праці). *Psychological journal*, 6 (3), 65–73. Інтернет-ресурс : <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.3.6>.

18. Kogut, O. (2020). Integration as a basis for the development of personality stress tolerance (Інтеграція як основа розвитку стресостійкості особистості). *Psychological journal*, 6 (9), 109–117. Інтернет-ресурс : <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.9.11>.

19. Kogut, O. (2020). Theoretical and empirical study of components of stress resistance of personality (Теоретико-емпіричне дослідження компонентів стресостійкості особистості). *Psychological journal*, 6 (11), 113–121. Інтернет-ресурс : <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1120>.

20. Kogut, O. (2021). Empirical studies of military student's tolerance to stress in overcoming crisis, conflicts, frustrations and stresses (Емпіричне дослідження стресостійкості курсантів до кризи, стресу, конфлікту та фрустрації). *Psychological journal*, 7 (2), 35 – 45. Інтернет-ресурс : <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.2.3>.

21. Kogut, O. (2021). The empirical research on stress coping styles (Емпіричне дослідження стилей подолання стресу патрульними поліцією). *Psychological journal*, 7(1), 49–57. Інтернет-ресурс : <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1185/743>.

#### *Статті в іноземних виданнях:*

1. Kogut, O., Volodarska, N. (2017). Displays of aggression as psychological protection of the individual in crisis situations (Прояви агресії як психологічний захист особистості в кризових ситуаціях). *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Vol 19, 1, 9–20*.

#### *Науково-практичні посібники:*

1. Когут, О.О. (2017). *Теоретичні та емпіричні засади розвитку стресостійкості співробітників правоохоронних органів : Науково-практичний посібник для психологів практичних підрозділів правоохоронних органів*. Кривий Ріг : ДЮІ МВС України.

2. Когут, О.О. (2017). *Психотренінгові практики з розвитку стресостійкості співробітників правоохоронних органів : Науково-практичний посібник для психологів правоохоронних органів*. Кривий Ріг : Донецький юридичний інститут МВС України.

3. Когут, О.О. (2019). *Діагностика та розвиток психологічних аспектів професійної спрямованості студентів та курсантів у закладах вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських*. Кривий Ріг : Донецький юридичний інститут МВС України.

4. Когут, О.О. (2019). *Стресостійкість та ефективна комунікація патрульних поліцейських : Науково-практичний посібник для психологів правоохоронних органів*. Кривий Ріг : Донецьк. юридич. ін-т МВС України.

#### *Статті в колективних монографіях:*

1. Когут, О.О., Суюсанов, Л. І. (2020). Психологічні особливості професійної спрямованості майбутніх правоохоронців. *Гуманістичне знання як чинник формування світоглядних орієнтирів майбутніх правників : Колективна монографія, 169 – 197*. Київ : ВД Дакор.

#### *Тези наукових доповідей у збірниках матеріалів наукових конференцій:*

1. Когут, О.О. (2007). Проблема становлення інформаційного суспільства і світогляду людини (культурно-національний аспект). *Сталий розвиток гірничо-*

*металургійної промисловості-2007: Матеріали Міжнародна науково-технічна конференція. (м. Кривий Ріг, травень 2007 р.), Кривий Ріг, 73–77.*

2. Когут, О.О. (2008). Вплив емоційно-вольової сфери людини на розвиток когнітивної свідомості особистості. *Соціетальні і культурогенні передумови інноваційно-індустріального розвитку: Матеріали Міжнар. наук.-техн. конф. «Сталий розвиток гірничо-металургійної промисловості-2008» (м. Кривий Ріг, 13–17 травня 2008 р.). Кривий Ріг, 95–100.*

3. Когут, О.О. (2009). Процес «індивідуації» як формування світоглядної культури особистості. *Світоглядні трансформації сучасного суспільства: Матеріали міжвуз. наук.-практ. конф. (м. Кривий Ріг, 6 квітня 2009 р.). Кривий Ріг, 264–271.*

4. Когут, О.О., Дашко, І. М.(2016). Сутність та значення професійної спрямованості студентів ВНЗ. *Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми соціокультурного розвитку особистості». Кривий Ріг, 27–30.*

5. Когут, О.О. (2017). Психопрофілактика стресу у діяльності майбутніх поліцейських. *Матеріали Всеукраїнського круглого столу ДЮІ МВС України «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронної діяльності». Кривий Ріг, 55–58.*

6. Когут, О.О.(2017). Дослідження професійних стресових ситуацій працівників Національної поліції в сучасних умовах. *Матеріали Всеукраїнського круглого столу ДЮІ МВС України «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронної діяльності». Кривий Ріг, 103–106.*

7. Когут, О.О. (2017). Теоретичні аспекти дослідження соціально-психологічного клімату. *Збірник наук. праць «Інноваційні технології розвитку ресурсів особистості». Херсон, 164–170.*

8. Когут, О.О. (2017). Співзалежні стосунки як причина кібераддикції. *Матеріали Всеукраїнського круглого столу «Вплив інтернет-мережі на психіку дітей та молоді – виклик сьогодення». Одеса, 40–41.*

9. Когут, О.О. (2017). Адаптація особистості в сучасному трансформаційному суспільстві. *Збірник тез доповідей Міжнародної науково-практ. конф., присвяченої С. П. Бочаровій, «Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання». Харків, 40–41.*

10. Когут, О.О. (2017). Адаптація внутрішньо переміщених осіб до переселених умов життєдіяльності. *Збірник наукових праць до Всеукраїнської науково-практичної конференції на базі Криворізького факультету Запорізького національного університету «Актуальні проблеми соціокультурного розвитку особистості». Кривий Ріг, 154–159.*

11. Когут, О.О. (2017). Психопрофілактика торгівлі людьми. *Матеріали Міжнародного круглого столу «Актуальні питання боротьби з торгівлею людьми в умовах проведення антитерористичної операції (збройного конфлікту)». Маріуполь, 343–348.*

12. Когут О.О. (2017). Психопрофілактика дистресу шляхом психотерапії. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Українське*



*суспільство в умовах війни: виклики сьогодення та перспективи миротворення*). Маріуполь, 150–153.

13. Когут О.О. (2017). Взаємодія як один із аспектів спілкування поліцейського. *Науково-практична конференція до 100-річчя підготовки поліцейських кадрів Харківщини*. Харків, 148–149.

14. Когут О.О. (2017). Структурно-компонентний аналіз психологічних складових професійного водія. *Матеріали круглого столу «Актуальні проблеми вдосконалення нормативно-правового забезпечення безпеки дорожнього руху»*. Кривий Ріг, 44–47.

15. Когут О.О. (2018). Дослідження адаптації внутрішньо переміщених осіб. *Збірник матеріалів, доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії»*. Маріуполь, 192–195.

16. Когут О.О. (2018). Розвиток особистості правоохоронця в культуротворчому аспекті. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу сист. МВС України»*. Харків, 247–251.

17. Когут О.О. (2018). Методологічне осмислення феноменології стресу. *Матеріали I Всеукраїнського круглого столу з психології «Актуальні напрями психопрофілактич. заходів у закладах вищої освіти»*. Дніпро, 59–63.

18. Когут О.О. (2018). Психопрофілактика та психодіагностика психологічної травми, яка може сприяти ДТП. *Матеріали круглого столу «Безпека на дорозі»*. Кривий Ріг, 81–84.

19. Когут О.О. (2018). Управління емоціями поліцейського в екстремальних ситуаціях. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні питання забезпечення громадського порядку та безпеки в сучасних умовах: поліція та суспільство – стратегії розвитку, співпраці та взаємодії»*. Маріуполь, 279–281.

20. Когут О.О. (2019). Стилі подолання стресу патрульними поліцейськими в екстремальних умовах праці. *Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів»*. Кривий Ріг, 58–61.

21. Когут О.О., Кушова А. С. (2019). Визначення лідерів у курсантському середовищі. *Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохорон. органів»*. Кривий Ріг, 420–423.

22. Когут О.О. (2019). Мотивація вибору професії майбутніми поліцейськими. *Матеріали міжвідомчого науково-практичного круглого столу «Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності закладів вищої освіти МВС України та Національної поліції України»*. Київ, 68–71.

23. Когут О.О. (2019). Сучасний підхід в організації психологічного супроводу у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських. *Тези доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої пам'яті професора С. П. Бочарової «Особистість, суспільство, закон»*. Харків, 259–262.



24. Когут О.О. (2019). Концепція розвитку стресостійкості на теренах сучасного науково-культурного простору України. *Українство: динаміка сенсів і вимірів національного буття: Матеріали Всеукраїнської наукової конференції. Кривий Ріг, 153–158.*

25. Когут О.О. (2020). Комунікація як цінність та інтеграція особистості в суспільстві. *Проблеми формування громадянського суспільства в Україні: виклики та колізії: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Дніпро, 162–166.*

26. Когут О.О. (2020). Роль образу в формуванні світоглядних цінностей особистості. *Інтеграція світових наукових процесів як основа суспільного прогресу: Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції. Київ, 56–59.*

27. Когут О.О. (2021). Важливі елементи розвитку стресостійкості курсанта. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України : Тези доповідей науково-практичної конференції. Харків, 192–197.*

28. Когут О.О., Суюсанов Л.І. (2020). Емоційне вигорання. *Модернізація вітчизняної правової системи в умовах світової інтеграції : Тези Міжнародної науково-практичної конференції. Кропивницький, 321–323.*

29. Когут О.О. (2017). Методи психологічного самозахисту в агресивному середовищі. *Психологічні та педагогічні професійної освіти і патріотичного виховання персоналу системи МВС України, Харків, 249–252.*

#### *Методичні рекомендації:*

1. Когут О.О. (2018). *Програма тренінгу для співробітників Національної поліції України з профілактики ВІЛ серед людей, які вживають ін'єкційні препарати: Методичні рекомендації. Кривий Ріг.*

## **АНОТАЦІЇ**

**Когут О.О. Психологія стресостійкості особистості.** – Рукопис.

*Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – ДВНЗ «Університет Григорія Сковороди в Переяславі» МОН України. Переяслав, 2021.*

У дисертації 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; визначення ціннісно-сміслових трансформацій постстресових наслідків. *Розроблено системну модель стресостійкості особистості.*

*Виокремлено 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.*

*Визначено* концептуальні засади інтегративного розвитку та формування стресостійкості особистості.

*Запропоновано* авторські методики та програму інтегративного розвитку стресостійкості особистості.

*Доведено* ефективність застосування програми «Стресостійкість» для курсантів-поліцейських і патрульних поліції.

Інтегративний розвиток стресостійкості особистості поєднує сучасні психологічні ідеї; диспозиційний та ситуативний дослідницькі підходи.

*Розроблено* універсальну матрицю для розробок психологічних програм розвитку та формування стресостійкості особистості.

*Удосконалено* діагностичний та оцінювально-критеріальний моніторинг показників розвитку стресостійкості особистості.

*Поглиблено* розуміння змісту інтегративного підходу в розвитку та формуванні стресостійкості особистості.

*Доведено* ефективність застосування діагностики стресостійкості особистості за принципами диференційного підходу.

*Виокремлено* критерії оцінювання розвитку стресостійкості особистості: біопсихологічний, соціокультурний, організаційно-поведінковий.

*Запропоновано* концепцію інтегративного розвитку стресостійкості особистості, яка відображає ефективний алгоритм дій у здійсненні психопрофілактичної та психотерапевтичної роботи.

**Ключові слова:** стрес, стресостійкість, зовнішні детермінуючі фактори, внутрішні детермінуючі фактори, системна модель стресостійкості особистості, інтегративний розвиток і формування стресостійкості особистості.

*Козут А. А. Психология стрессоустойчивости личности. – Рукопись. Диссертация на соискание ученой степени доктора наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – ГВУЗ «Университет Григория Сковороды в Переяславе» МОН Украины. – Переяслав, 2021.*

В диссертации стрессоустойчивость личности рассматривается как системно-интегративное свойство личности, обеспечивающее прогнозируемость биопсихологических реакций на стресс; оптимизацию социокультурных и организационно-поведенческой стратегий преодоления сверхсложных и чрезвычайных ситуаций; определение ценностно-смысловых трансформаций постстрессовых последствий.

*Разработана* системная модель стрессоустойчивости личности.

*Выделены* составляющие стрессоустойчивости личности: психофизиологическая, эмоционально-коммуникативная, когнитивная, ценностно-волевая.

*Установлено*, что развитие стрессоустойчивости личности детерминировано: реакцией личности на стресс, ее личностными характеристиками и социокультурными условиями среды.

*Определены* концептуальные основы интегративного развития стрессоустойчивости личности.

*Предложено* авторские методики и программы интегративного развития стрессоустойчивости личности.

*Доказана* эффективность применения программы интегративного развития и формирования стрессоустойчивости личности. Интегративное развитие стрессоустойчивости личности рассматривается как объединение психотерапевтических идей современных направлений в психологию; методов психокоррекции; диспозиционного и ситуативного подходов.

*Выделены* критерии оценки стрессоустойчивости личности: биопсихологический, социокультурный, организационно-поведенческий.

*Разработано* программу развития и формирования стрессоустойчивости личности; дифференциальный диагностический и оценочно-критериальный мониторинг показателей стрессоустойчивости личности.

*Углублено* понимание содержания интегративного подхода в практике психологической подготовки правоохранителей. Предложенная концепция интегративного развития стрессоустойчивости личности отражает эффективный алгоритм действий в осуществлении психопрофилактической и психотерапевтической работы.

**Ключевые слова:** стресс, стрессоустойчивость, внешние детерминирующие факторы, внутренние детерминирующие факторы, системная модель стрессоустойчивости личности, интегративное развитие и формирование стрессоустойчивости личности.

*Kogut O. O. Psychology of the stress resistance of the personality. – Manuscript. Thesis for obtaining the degree of Doctor of Psychological Sciences in specialty 19.00.07 – pedagogical and age psychology. – State institution of higher education «University of Grigory Skovoroda in Pereyaslav», Ministry of education and science of Ukraine, Pereyaslav, 2021.*

The stress resistance of the personality in the thesis is considered as a personal system-integrative property providing predictability of bio psychological reactions to stress; optimization of sociocultural and organizational-behavioural strategies for dealing with complex and emergency situations; identification of value-based transformations of post-emergency consequences. A system model and matrix of integral development of the stress resistance of the personality have been developed. The components of the stress resistance of the personality are figured out: psychophysiological, emotionally-communicative, cognitive, value-free. The stress resistance of the personality development is determined by the individual reaction to stress, personal characteristics and the conditions of sociocultural environment.

The conceptual bases of integral development of the stress resistance of the personality have been defined. The author's methods and programs of integral development of the stress resistance of the personality are offered. The application efficiency of integral development of the stress resistance of the personality program has been proved. The integral development of the stress resistance of the personality is a gradual qualitative and quantitative change in the components of individual stress resistance; their diagnosis is more reliable under conditions of differentiated treatment. The criteria for assessing the development of the stress resistance of the personality are: biopsychological, sociocultural, organizational-behavioural. The essence of mechanisms ensuring stress resistance at each ontological level of

personality development is disclosed. The psychotechnical and educational content of the psycho-pedagogical program for the development of the stress resistance of the personality has been improved; diagnostic and evaluation-criteria monitoring of indicators of the development of personality stress tolerance has been improved. To deepen the understanding of the content of the integrative approach in the psychotherapeutic and educational-professional practice of psychological training of law enforcement officials and psychologists. The proposed concept of integral development of the stress resistance of the personality reflects an effective algorithm of actions in carrying out psychopreventive and psychotherapeutic work.

**Keywords:** stress, stress tolerance, emergencies, complex situations, system model of the stress resistance of the personality, integral development of the stress resistance of the personality.





КОГУТ Олександра Олександрівна

**Психологія стресостійкості особистості**

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня  
доктора психологічних наук за спеціальністю  
19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Форма 60×84/16. Тираж 100 пр. Ум. друк. арк. 2,45. Авт. арк. 1,9.

Друкарня С. Г. Щербенка «Літерія»  
вул. Рокоссовського, 5, 3, м. Кривий Ріг, 50027  
097-192-20-77

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4561 від 13.06.2013