

диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки; статистический анализ полученных результатов.

Исследование эмоционально-аффективной сферы позволило выявить следующие особенности.

Для больных с сердечно-сосудистыми и сосудисто-мозговыми заболеваниями характерно наличие общих особенностей эмоционально-аффективной сферы.

Большинство больных в остром периоде психосоматического заболевания характеризуется отсутствием депрессивной симптоматики.

При наличии высокого уровня личностной тревожности, как базовой характеристики личности, средний уровень реактивной тревоги находится в диапазоне умеренных значений, несмотря на имеющуюся объективную витальную угрозу существования индивида.

Сочетание среднего уровня враждебности и низких уровней как мотивационной агрессии, так и общей агрессивности, свидетельствует о наличии у временно перемещенных лиц с сердечно-сосудистыми и сосудисто-мозговыми заболеваниями пассивного отношения к своему состоянию, а также интериоризации агрессивных импульсов.

Основанием для разработки патогенетически обоснованной системы медико-психологической коррекции состояний психической дезадаптации у временно перемещенных лиц с сердечно-сосудистыми и сосудисто-мозговыми заболеваниями являются данные клинико-психопатологического и психодиагностического обследования.

Интегративная психотерапевтическая модель в комплексной терапии временно перемещенных лиц с соматическими состояниями должна включать в себя сочетание мотивационных, когнитивно-поведенческих и рациональных методов.

УДК 159.95

## **ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ОСІБ З РІЗНОЮ СПРЯМОВАНІСТЮ ЛОКУСУ КОНТРОЛЯ**

*Селюкова Т.В.*

Кафедра психології діяльності в особливих умовах, Національний університет цивільного захисту України, м.Харків

В даний час проблема впливу стресу на людину набуває все більшої популярності. Існує безліч теорій і класифікацій стресу, а також практичних рекомендацій з його управління і запобігання небажаних реакцій на стрес. Зв'язок спрямованості локусу контролю і стресостійкості ґрунтується на таких важливих аспектах людського життя як відповідальність і схильність до стресу. У науковій літературі під терміном стресостійкість, в контексті вивчення психологічних особливостей працівників ризиконебезпечних професій, прийнято розуміти поняття, що характеризує деяку сукупність особистісних якостей, що дозволяють працівникові переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження (перевантаження), обумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності, оточуючих і свого здоров'я. Висока стресостійкість забезпечує успішність виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах, збереження працездатності особистості після впливу екстремальних факторів зовнішнього середовища. Високий рівень стресостійкості, на думку фахівців в області екстремальної психології, належить до числа професійно

важливих якостей співробітника ДСНСУ.

Локус контролю розглядається як психологічний фактор, що характеризує схильність людини атрибутувати відповідальність за події, що відбуваються в житті і результати своєї діяльності, або зовнішнім обставинам, або самому собі, власним здібностям і можливостям. Люди з внутрішнім локус-контролем (інтерналі) характеризуються емоційною стабільністю, але потреба в досягненні у них має тенденцію до підвищення, пов'язану зі збільшенням значень особистісної та реактивної тривожності, що є передумовою для можливої більшої фрустрованості і меншої стресостійкості у випадках серйозних невдач. Люди із зовнішнім локус-контролем (екстернали) характеризуються емоційною нестабільністю, вони нерідко надмірно тривожні і піддані невинуватій фрустрації, невпевнені як у своїх здібностях в цілому, так і в окремих своїх можливостях, потребують схвалення та підтримки оточуючих. Екстернальність і інтернальність, по суті ці дві характеристики є крайніми полюсами одного цілого і межа між ними розпливчаста. Більшість людей мають проміжний локус контролю і поєднують в собі певною мірою риси як інтерналів, так і екстерналів.

З урахуванням вищесказаного, мета нашого дослідження полягала у вивченні рівня стресостійкості досліджуваних в залежності від спрямованості локусу контролю. Завдання нашої роботи були наступні: визначити типи спрямованості локусу контролю та дослідити вплив типу спрямованості локусу контролю (екстернального, проміжного та інтернального) на рівень стресостійкості людини.

У ході вивчення теоретичних основ локусу контролю і стресу нами була висунута гіпотеза: особи з проміжним локусом контролю є більш стресостійкими, ніж люди з екстернальним та інтернальним локусом контролю. Ми припустили, що локалізація особистісних рис на крайніх полюсах локусу контролю, тобто виражена екстернальність або інтернальність особистості, негативно впливає на здатність людини адаптуватися до швидко мінливих умов життя, що істотно послаблює їх нервово-психічну стійкість, так як у яскраво виражених екстерналів і інтерналів, в силу їх психологічних особливостей, існують певні відносно стійкі особливості реагування на різні життєві ситуації, в тому числі і стресові, що перешкоджають успішній адаптації і підсилюють ризик дезадаптації в стресі. Особи з проміжним локусом контролю володіють у рівному ступені рисами як екстерналів, так і інтерналів.

У нашому дослідженні брали участь випробувані у кількості 80 респондентів у віці від 18 до 45 років. Весь процес експериментальної роботи умовно можна розділити на три етапи. На першому етапі дослідження для виміру типів локусу контролю була використана «Шкала І-Е» Дж. Роттера. Методика дозволяє визначити спрямованість локусу контролю у двох напрямках: «екстернальність» і «інтернальність». Ця методика дозволила нам виділити 3 рівночисельні групи з різною спрямованістю локусу контролю, 1-а група – екстернали, 2-а група – інтерналі, 3-я група – проміжний тип.

Наступний етап нашої роботи полягав у дослідженні рівня стресостійкості у осіб з різним типом локусу контролю. Для визначення стресостійкості нами був використаний «Тест на самооцінку стресостійкості особистості».

Зіставивши отримані результати двох методик ми виявили, що у групі випробовуваних з високою стресостійкістю переважають особи, що мають проміжні показники інтернальність-екстернальність (42,8%). У групі випробовуваних із середнім рівнем стресостійкості переважають особи з екстернальною спрямованістю локусу контролю (71,4%). До групи випробовуваних з низькою стресостійкістю увійшли особи з рівними показниками інтернальності (28,6%) і екстернальності (28,6%). І, що важливо відзначити, не було ні однієї людини з проміжними значеннями інтернальність-екстернальність на низькому рівні стресостійкості.

Таким чином, виходячи з наведених даних ми можемо зробити висновок про те, що виражена екстернальність або інтернальність особистості перешкоджає успішній адаптації і збільшує ризик дезадаптації в стресі. Результати дослідження показали, що особи з проміжним локусом контролю більш стійкі до впливу різного роду стресогенних факторів. У зв'язку з цим, вони більш лабільні, і більш адекватно і тверезо оцінюють ситуацію, і відповідно володіють більш широкими можливостями змінювати свою поведінку, залежно від вимог ситуації і зберігати самовладання в екстремальних умовах, тобто є найбільш стресостійкими.

УДК 159.95

## **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

*Селюкова Т.В.*

Національний університет цивільного захисту України

Стресостійкість являє собою сукупність особистісних якостей, що дозволяють людині переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні перевантаження, обумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності, оточуючих і свого здоров'я.

Актуальність дослідження стресостійкості студентів та курсантів визначається наявністю стресогенних факторів у навчальному середовищі, наприклад таких як ситуації іспитів, періоди соціальної адаптації, необхідність особистісного самовизначення у майбутній професійній діяльності. Тобто, стресовий стан і його наслідки становлять серйозну загрозу психічному здоров'ю студентів та курсантів. Багато в чому це обумовлено специфікою віку студентів, адже юність – це період життя, коли особистісні ресурси здаються невичерпними, а оптимізм по відношенню до свого здоров'я переважає над турботою про нього. Формування стресостійкості є запорукою психічного здоров'я людей і неодмінною умовою соціальної стабільності.

Висока стресостійкість забезпечує виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах, збереження працездатності і здоров'я особистості після впливу екстремальних факторів зовнішнього середовища. Низький рівень стресостійкості, нездатність людини протидіяти стресам призводять до негативних наслідків у психічній, соціальній, професійній і поведінковій сферах.

Стресостійкість важливо розглядати як в контексті визначення змісту, оцінки, так і в контексті її формування у вищому навчальному закладі, тобто розвитку на різних етапах професійного шляху, в період адаптації до професії та в залежності від професійної діяльності. Це дасть змогу визначити, від чого залежить опанування людиною складних життєвих ситуацій, яку роль в оптимальному функціонуванні людини відіграє її індивідуальний досвід, суб'єктна активність, стійкі ознаки емоційності в структурі індивідуальності і т.і.

Незважаючи на те, що вивчення стресостійкості набуло широкої популярності, однак, дослідження стресостійкості студентів та курсантів ВУЗів цивільного захисту населення мають досить обмежений характер. Тому, обрана тема представляється досить актуальною як в теоретичному, так і в практичному плані дослідження.

В студентському житті багато надзвичайних і стресогенних ситуацій, тому студенти та курсанти часто відчувають стрес і нервово-психічне напруження. В основному стрес розвивається через великий потік інформації, через відсутність системної роботи в семестрі; стрес може бути викликаний чинниками, пов'язаними з подіями в особистому