

Голобородько А. ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

На сучасному етапі розвитку вітчизняної системи освіти головним завданням є забезпечення його якості, спрямованого на формування активної, здорової, успішної, конкурентоспроможної особистості професіонала і громадянина. Теоретична значущість дослідження полягає в тому, що розглянуто особливості стресостійкості студентів різних спеціальностей, досліджено, що стресостійкість студентів характеризується достовірними відмінностями. Практична значимість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані в діяльності соціально-психологічних служб професійних освітніх організацій при організації корекційно-розвиваючої та профілактичної роботи з студентами різних спеціальностей. Під стресостійкість ми будемо розуміти комплексну властивість особистості, що характеризується необхідною адаптацією студента до впливу зовнішніх і внутрішніх факторів, в процесі навчальної діяльності, забезпечує успішне досягнення мети діяльності та реалізується за допомогою способів совладаючої поведінки в емоційній, когнітивній, мотиваційній і поведінкової сферах особистості. Найбільш поширеною є дихотомічна класифікація, в основі якої лежить виділення двох основних категорій факторів – зовнішніх та внутрішніх. Психічна діяльність завжди обумовлена зовнішніми та внутрішніми впливами. Зовнішні та внутрішні умови психічної діяльності людини повинні розглядатися лише у єдності їхньої взаємодії, оскільки зовнішні причини викликають психологічний ефект опосередковано через внутрішні умови. Як правило, розробку цієї змістовної класифікації ускладнює протиставлення в дослідженнях зовнішнього внутрішнього. Як показало дослідження, студенти, які навчаються за соціально-гуманітарним профілем, вважають за краще застосовувати соціальне відволікання при застосуванні унікаючою копінг-стратегії - дана субшкала представлена у них високим рівнем. У представників інших спеціальностей, копінг - орієнтований на уникнення, а також субшкали, що входять до нього, представлені середнім рівнем. Результати дослідження показали відмінності в рівні стресостійкості у студентів соціально-гуманітарного профіля, в порівнянні зі студентами інших спеціальностей. Істотних відмінностей між студентами технічного і інженерно-педагогічного профілю не зафіксовано. Психічна підготовка спрямована на виховання вольових якостей особистості тобто загальної психологічної підготовки, підготовки до випробувань та управління нервово-психічним відновленням студента. Загальна психологічна підготовка передбачає формування особистості студентів та міжособистісних відносин, розвиток емоційного інтелекту, спеціалізованих психічних функцій та психомоторних якостей. Розподіл засобів та методів психічної підготовки вирішальною мірою залежить від психічних особливостей студентів, завдань їх індивідуальної підготовки, спрямованості навчальних занять. Важливим фактором є виявлення та облік таких характеристик, як монотонність, сенсомоторна стійкість та здатність переносити монотонну роботу. Таким чином, до профілактики та корекції рівня стресостійкості студентів належать соціальна та емоційна підтримка, тренінги, корпоративні заходи, методики ментальної релаксації, психологічне консультування.

Роботу виконано під керівництвом доцента кафедри ПММО
Білоцерківської Ю.О.