

Баришніков І.

ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 011 ОСВІТНІ, ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ

У сучасних здобувачів вищої освіти, які зазнають доволі значних емоційних та інтелектуальних навантажень під час навчання у виші, спостерігається негативна динаміка відношення до навчальної діяльності. Як відмічають деякі автори, однією з причин такого становища є зниження рівня їх стресостійкості у навчальній діяльності, що виражається у порушенні когнітивної, емоційної, мотиваційної та поведінкової сфер діяльності особистості здобувача освіти.

У сучасній психологічній науці склалося велике різноманіття визначень поняття «стресостійкість»: стійкість до стресів зводиться до поняття емоційної стійкості (В.Л. Маришук); стійкість до стресів розглядається з функціональних позицій як якість, риса, властивість, що впливає на характер діяльності (К.К. Платонов, Є.А. Мілерян, А.А. Реан, О.А. Сиротін та ін.); стійкість до стресів визначається як інтегральна, комплексна характеристика, що включає різні психологічні, фізіологічні та поведінкові компоненти (Б.Х. Варданян, В.С. Суботін, Л.М. Аболін); стресостійкість як властивість особистості, що сприяє високій продуктивності діяльності в екстремальному просторі (В.А. Бодров, В.Л. Маришук).

Проаналізувавши різні точки зору на проблему розвитку стресостійкості, визначено її як комплексну властивість людини, що характеризується сукупністю емоційно-вольових, інтелектуальних, мотиваційних компонентів та їх ставленням до характеру діяльності, що забезпечує успішне досягнення мети діяльності та реалізується за допомогою способів совладаючої поведінки в емоційній, когнітивній, мотиваційній і поведінковій сферах особистості. Отримано наступні результати дослідження особливості стресостійкості: здобувачі освіти, які навчаються на 3 курсі, мають більш високий рівень самооцінки стресостійкості, ніж здобувачі освіти інших курсів, мають високу опірність стресу, а також демонструють переважно проблемно-орієнтовану стратегію копінга; здобувачі освіти, які навчаються на 2 курсі, за вивченими показниками, демонструють схожі з першокурсниками результати, демонструють, крім усього іншого, більшу стійкість до стресу, ніж здобувачі освіти 1 курсу; здобувачі освіти, які навчаються 1 курсі, показують низьку самооцінку стресостійкості, в більшій мірі, схильні до впливу стресорів, найчастіше застосовують таку копінг-стратегію, як соціальне відволікання.

Результаті дослідження постали в основі розробки рекомендацій та тренінгу з розвитку стресостійкості для фахівців психологічної служби академії, педагогам та кураторам з розвитку стресостійкості здобувачів освіти, що навчаються на різних курсах, які включали регулярну психолого-педагогічну та психопрофілактичну роботи, спрямовану на оптимізацію їх емоційного стану та підвищення стресостійкості.

Отримані результати, відкривають певні перспективи подальших досліджень: перевірка ефективності запропонованого тренінгу, аналіз стилю роботи педагогів, в ході поточного контролю знань, як фактора розвитку стресостійкості; розробка моделі психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу, яка приділяє більшу увагу психологічному та професійному здоров'ю, особливо в контексті розвитку стресостійкості у представників різних курсів.

Робота виконана під керівництвом доц. кафедри ПММО Білоцерківської Ю.О.