

Засовенко Д., Бурковський В.

ЧИННИКИ СТРЕСУ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

На момент сучасності стрес відчуває кожна людина. Для нас стрес вже став невід'ємною частиною життя, студентська молодь теж відчуває стрес у повсякденному житті під час військового часу. Як відомо стрес – це захисна реакція організму на зовнішні подразники. Вона виявляється психічно, фізично, емоційно та дає змогу адаптуватися до змін. У студентської молоді стрес часто виникає під час взаємодії із соціумом, коли зовнішні чинники сприймаються як загроза. Термін стрес зародився у 1920 році канадським лікарем-патофізіологом Гансом Сельє.

В нашій роботі було поставлено за мету дослідити чинники стресу у студентської молоді під час війни. Завданнями нашого дослідження було: здійснити теоретичний аналіз стресу в психологічній літературі; визначити витoki, прояви та особливості стресу у студентської молоді під час війни; дослідити особливості прояву стресу студентської молоді та надати аналіз результатів дослідження; розробити психологічні рекомендації щодо подолання стресу у студентів. Експериментальна частина дослідження була проведена за допомогою наступних тестових методик «Тест на стресостійкість, Радим Спектор»; «Тест шкала організаційного стресу» ШОС; «Тест на визначення рівня стресу» за В.Ю.Щербатих; «Опитувальник самодіагностики типу поведінки в стресовій ситуації» автор, В.В.Бойко;

Аналіз результатів дослідження за тестовими методиками надав можливість зробити наступні висновки: тест «Визначення рівня стресу за В.Ю.Щербатих», показав, що тільки у 1% респондентів не схильні до стресу, а 26.2% схильні до стресу; за опитувальником «Тип поведінки в стресовій ситуації, В.В.Бойко», можна побачити, що 13.1% студентів схильні до агресії, 42.2% не мають схильності до агресії. Отримані результати тесту «Рівень стресу, Радим Спектор», показали, що 34.2% студентів наразі мають високий рівень стресу і 26.3% мають низький рівень. Тест «Шкала організаційного стресу ШОС, (К.Маклін)», показав, що 73.6% респондентів мають найбільшу прихильність до стресу і професійного вигорання, і тільки 5.2% мають низьку схильність.

Отже, результати досліджень показали, що з початку війни, рівень стресу у студентів збільшився, а рівень стресостійкості знизився у порівнянні з 2021 роком.

Отримані результати коректні для студентів як чоловічої статі так і жіночої статі.

Література:

1. Сікорська Л. Б., Вовк Л. П., Волотовська Я. В. Психологічні умови стресостійкості майбутніх фахівців системи спеціальної освіти. Молодий вчений. 2017. № 5 (45). С. 223–226. URL:

2. Наугольник Л.Б. Психологія стресу. Курс лекцій – Львів: Ліга-Прес, 2013. – 130 с.

Роботу виконано під керівництвом доц. кафедри практ.психол. Сапельнікової Т.С.