

## **SECTION: PSYCHOLOGY**

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ- ЛОГОПЕДІВ**

**Зубрицька Діана Віталіївна**

здобувачка вищої освіти магістерського рівня

Соціально-психологічний факультет

**Стахова Ольга Олександрівна**

кандидат психологічних наук, доцент

Кафедра психології, логопедії та інклюзивної освіти

Житомирський державний університет імені Івана Франка, Україна

У сучасному освітньому контексті педагогічні працівники, зокрема вчителі-логопеди, зіштовхуються з великою кількістю викликів, які пов'язані з професійною діяльністю. Цілком очевидним є факт, що така непроста взаємодія з вихованцями, їх найближчим оточенням, перш за все батьками, спілкування з колегами інших спеціальностей (класним керівником, педагогами-предметниками, психологами, соціальними працівниками, лікарями тощо), потребує неабиякої віддачі логопеда. Саме тому цей фахівець, як і всі представники учительської професії, повинен відрізнитися низкою сформованих професійних компетентностей, які дозволять йому на високому рівні здійснювати професійну діяльність.

Однією з таких професійно важливих якостей фахівця-логопеда є готовність і здатність долати стани напруження, повсякденні стресові ситуації, тобто мати достатньо розвинену професійну стресостійкість.

В.М. Корольчук визначає стресостійкість як структурно-функціональну, динамічну, інтегративну властивість особистості, результат зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає процес саморегуляції, когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості [3, с. 74].

На думку Г.Б. Бердник, стресостійкість особистості визначається сукупністю особистих якостей, що дають змогу людині переносити значні інтелектуальні, вольові й емоційні навантаження, зумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності людей, що її оточують, і свого здоров'я [1, с. 19-20].

Як будь-який психологічний феномен, стресостійкість не виникає раптово чи відразу, а має своє онтогенетичне походження, яке є одночасно засобом і результатом індивідуального психологічного розвитку.

А.П. Катунін розглядає стресостійкість як динамічну структуру, представлену такими компонентами:

1) емоційний – проявляється в почуттях і емоціях, накопичених на основі минулого досвіду при подоланні складних ситуацій;

2) вольовий – виконує контрольно-оцінювальну функцію збереження і відновлення регуляції діяльності, що виявляється в самоконтролі та саморегуляції;

3) інтелектуальний – представляє розумову працездатність і певний тип мислення [2, с. 243].

Н.І. Бережна [3] й Ю.В. Шаран [4], окрім зазначених складових, важливим структурним компонентом стресостійкості особистості вважають її фізіологічну складову, зумовлену функціонуванням нервової системи людини.

Розглядаючи таким чином стресостійкість особистості, зокрема вчителя-логопеда, як складне, багатогранне, неоднорідне, динамічне утворення, варто відмітити, що її структура являє собою взаємодоповнююче поєднання чотирьох складових – психофізіологічної, особистісної, емоційної й поведінкової, кожна з яких відрізняється своїм психологічним змістом.

Відтак, з метою розкриття психологічних особливостей розвитку стресостійкості майбутніх педагогів-логопедів нами було проведено упродовж 2023-2024 р.р. на базі Житомирського державного університету імені Івана Франка дослідження. В ньому взяло участь 34 здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 016 Спеціальна освіта.

На різних етапах нашої наукової розвідки для визначення загального рівня стресостійкості майбутніх логопедів, а також задля глибшого вивчення специфіки прояву її структурних складових (психофізіологічної, особистісної, емоційної та поведінкової) нами було використано комплекс психодіагностичних методик, а саме: опитувальник «Самооцінка стійкості до стресу»; методику експрес-діагностики властивостей нервової системи за психомоторними показниками «Теплінг-тест» Є.П. Ільїна; шкалу тривожності «Шкала Тейлора», адаптація М.М. Пейсахова; методику «Шкала самооцінки М. Розенберга»; опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В.І. Моросанової, О.М. Коноз.

Отримані результати дослідження дозволили нам виокремити 3 рівні розвитку стресостійкості (високий, середній і низький) у майбутніх фахівців-логопедів.

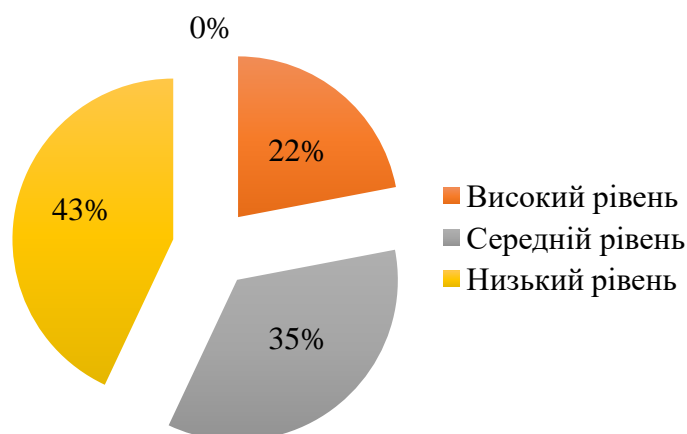


Рис. 1. Рівні розвитку стресостійкості майбутніх педагогів-логопедів

Як видно з рис. 1, 22% здобувачів вищої освіти відрізняється високим рівнем стресостійкості. Це свідчить про те, що такі студенти мають сильний тип нервової системи, який характеризується достатньою стійкістю до стресів, здатністю швидко адаптуватися до змін навколишнього середовища та ефективно працювати в умовах інтенсивного навантаження, зазвичай зберігаючи при цьому спокій і продуктивність. Мають низький рівень тривожності, що характеризується стабільним емоційним станом і відсутністю надмірних переживань, спокійно реагують на стресові ситуації, не піддаючись паніці або тривалим хвилюванням. Таким респондентам притаманний високий рівень самоповаги: вони діють рішуче, вміють відстоювати свої межі і не піддаються маніпуляціям чи тиску, впевнені у своїх силах й не дозволяють зовнішнім чинникам чи думкам інших людей знижувати їх самооцінку. Вміють ефективно керувати власними емоціями, поведінкою та думками в різних ситуаціях, залишаються зосередженими на довгострокових цілях, демонструють самодисципліну й відповідальність.

Середнім рівнем стресостійкості володіють 35% здобувачів, які здатні контролювати свої емоції та адаптуватися до змін, але не завжди успішно в умовах високого навантаження. Їхня нервова система має достатню стійкість, однак вони можуть піддаватися впливу стресових факторів, які спричиняють короткочасне занепокоєння або тривогу. Ці досліджувані зазвичай здатні підтримувати продуктивність, проте їм може бути важко зберігати спокій у надзвичайно напружених ситуаціях. Майбутнім логопедам цієї групи притаманний середній рівень самоповаги: вони в цілому впевнені у своїх здібностях, але можуть інколи сумніватися у собі під впливом зовнішніх чинників. У критичних ситуаціях таким студентам потрібно більше часу для прийняття рішень і адаптації, однак вони здатні відновлюватися після стресу за відносно короткий період.

43% майбутніх представників педагогічної спільноти мають низький рівень стресостійкості. Досить часто такі студенти можуть зазнавати труднощів із вирішенням проблемних ситуацій та часто реагують на стрес сильними емоційними проявами. Їхня нервова система слабка до впливу зовнішніх чинників, що може призводити до частих відчуттів тривоги, розгубленості або перевантаження. Досліджувані зазначеного рівня важче адаптуються до змін і зазвичай потребують більше часу для відновлення після стресових подій. Демонструють невисокий рівень самоповаги: вони можуть сумніватися у своїх здібностях і піддаватися впливу зовнішніх думок чи критики, що знижує їхню впевненість у собі. У стресових ситуаціях цим респондентам складніше залишатися зосередженими і продуктивними, що може впливати на їхню професійну діяльність.

Таким чином, як показали результати проведеного нами дослідження, переважна більшість здобувачів вищої освіти відрізняються недостатнім рівнем стресостійкості, що вимагає цілеспрямованої, систематичної роботи над підвищенням її показників, необхідних для ефективного здійснення професійно-педагогічної діяльності.

**Список використаних джерел**

1. Бердник Г.Б. Дослідження стресостійкості особистості майбутнього практичного психолога в процесі професійної підготовки у ВНЗ. Вісник післядипломної освіти. 2009. № 11(2). С. 19-28.
2. Катунін А.П. Стресостійкість як психологічний феномен. Молодий учений. 2012. № 9. С. 243-246.
3. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості: дис. ... д-ра психол. наук. Київ, 2009. 513 с.
4. Шаран Ю.В. Психофізіологічні детермінанти стресостійкості особистості. Актуальні проблеми психології. Т. 5: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2007. Вип. 7. С. 143-148.