

## **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ТРИВОЖНОСТІ У МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

**Маслінкова Н. П.**

студентка 4 курсу ОР бакалавр  
спеціальності 231 «Соціальна робота», ФПСР

*Керівник: Кременчуцька М. К.*

к. психол. н., доц. кафедри диференціальної і спеціаль-  
ної психології ФПСР

У сучасному світі професійна діяльність соціальних працівників протікає у важких соціальних умовах. Ефективність службової діяльності досягається не тільки професійними знаннями, вміннями, навичками, а й одним з найважливіших психологічних чинників – стресостійкістю співробітників органів соціального захисту. Великий вплив на формування майбутніх соціальних працівників надають їх індивідуально–особистісні якості, такі як темперамент, тривожність, екстернальність, копінг–стратегії.

Ми вирішили розглянути зв'язок особистісної тривожності та стресостійкості майбутніх соціальних працівників.

Тривожність – риса особистості, яка проявляється у почутті хвилювання, переживання, занепокоєння, що виникає з незначних приводів. Почуття тривоги, що виникає нерідко, за певних умов чи поза конкретної ситуації, без приводу,

завдає людині значний дискомфорт, заважає повноцінно функціонувати у суспільстві, погіршує якість життя.

Під стресостійкістю розуміється сукупність особистісних якостей, що дозволяють працівнику переносити стрес – емоційні, вольові та інтелектуальні навантаження

Низька стресостійкість знижує успішність та якість виконання посадових обов'язків, а також потребує додаткових зусиль для підтримки оптимального психофізіологічного рівня.

Стає очевидним, що зв'язок між стресостійкістю та тривожністю у майбутніх соціальних працівників є одними з важливих психологічних факторів забезпечення надійності, ефективності та успіху у майбутній професійній діяльності, як індивідуальної, так і спільної. Все це говорить про актуальність обраної теми.

Як методологічний підхід вивчення індивідуальної стресової реактивності ми використовували метод диференційованого визначення двох видів тривожності, запропонований Спілбергером. Дослідження за даною методикою проводилося в Одеському університеті імені І. І. Мечникова. За його результатами 65% студентів мають рівень стресреактивності вищий за середній. З них ситуативна тривожність виявлена майже у всіх студентів, а особистісна у 50%. Ці цифри підтверджують важливість включення до практичних дисциплін соціальних працівників заходів та тренінгів щодо зниження тривожності та формування стресостійкості.

### **Література**

1. Балахтар В. В. Психологія становлення особистості фахівця з соціальної роботи: дис.... д-ра психол. наук. Київ, 2019. 595 с.
2. Джонсон Девід В. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування / пер. з англ. В. Хомика. К.: КМ Академія, 2003. 288 с.
3. Кашдан Т. Б., Коллінз Р. Л. Соціальна тривожність та досвід позитивних емоцій та гніву у повсякденному житті: екологічний

миттєвий підхід до оцінки. Тривога, стрес та подолання, 2010. № 23 (3). С.259—272.

4. Кременчуцька М. К., Петрасюк Л. О. Синдром емоційного вигорання в професійній діяльності соціального працівника. Психологічні науки: проблеми та перспективи: Матеріали міжнародна науково–практичної конференції, м. Запоріжжя, 20–21 березня 2020 р. Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2020 р. С.74 – 80.