

ОСОБЛИВОСТІ СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ-ФАРМАЦЕВТІВ

FEATURES OF THE STRUCTURAL COMPONENTS OF STRESS RESISTANCE OF PHARMACIST STUDENTS

У статті концептуалізовано проблематику вивчення феномена стресостійкості студентів фармацевтичних спеціальностей. Узагальнено зміст наукових понять, які розкривають проблему структурних компонентів стресостійкості, а саме йдеться про психофізичний, емоційний, мотиваційний, вольовий і професійний компоненти. Показано, що вольовий компонент стресостійкості у студентів-фармацевтів виражається через емоційну зрілість і стійкість, внутрішній спокій, активність, незалежність, самостійність, впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власного обов'язку, працездатність, повагу до соціальних норм, мобілізацію перед перепонами на шляху до мети. Встановлено, що емоційний компонент стресостійкості у студентів-фармацевтів виражається в емоційному досвіді, що проявляється у відсутності відчуття великого стресового навантаження під час діяльності, незалежно від її спрямованості та характеру. Виявлено, що психофізичний компонент стресостійкості студентів-фармацевтів проявляється через наявність невірноваженості у бік збудження, коли процеси збудження не врівноважують собою процеси гальмування. Було встановлено, що мотиваційний компонент стресостійкості у студентів-фармацевтів виражається через високий рівень мотивації на невдачу, тому вони намагаються уникнути зриву, осуду, покарання. Встановлено, що професійний компонент стресостійкості студентів-фармацевтів проявляється через важливість пізнавальних, матеріальних та утилітарних мотивів, а також мотивів, що пов'язані зі змістом праці під час навчання та професійного становлення. Було виявлено, що у студентів-фармацевтів існує кореляційний зв'язок між вольовим, психофізичними компонентами стресостійкості та мотивами у виборі напряму навчання (професійним компонентом): творчими, матеріальними, престижними мотивами та мотивами, що пов'язані зі змістом праці.

Ключові слова: стресостійкість, структурні компоненти, студенти, фармацевти, напрям навчання.

The article conceptualises the problem of studying the phenomenon of stress resistance of students, namely pharmacists. The content of scientific concepts that reveal the problem of structural components of stress resistance, namely psychophysical, emotional, motivational, volitional and professional components, is generalised. It is shown that the volitional component of stress resistance in pharmacy students is expressed through emotional maturity and stability, inner peace, activity, independence, self-reliance, self-confidence, stability of intentions, realism of views, developed sense of duty, efficiency, respect for social norms, mobilisation in the face of obstacles to the goal. It has been found that the emotional component of pharmacy students' stress resistance is expressed in the emotional experience, which is manifested in the absence of a feeling of great stress during the activity, regardless of its direction and nature. It has been found that the psychophysical component of pharmacy students' stress resistance is manifested through the presence of an imbalance in the direction of excitation, when the processes of excitation do not balance the processes of inhibition. It has been found that the motivational component of pharmacy students' stress resistance is expressed through a high level of motivation to fail, so they try to avoid failure, condemnation, and punishment. It has been found that the professional component of pharmacy students' stress resistance is manifested through the importance of cognitive, material and utilitarian motives, as well as motives related to the content of work during training and professional development. It was found that in pharmacy students there is a correlation between the volitional, psychophysical components of stress resistance and motives in choosing a field of study (professional component): creative, material, prestigious motives and motives related to the content of work.

Key words: stress resistance, structural components, students, pharmacists, field of study.

УДК 159.96:378-057
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.21>

Мартинюк Ю.О.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри загальної психології
та психологічного консультування
Одеський національний університет
імені І. І. Мечникова

Вступ. У час зростання кількості й сили шкідливих впливів особливу увагу привертає проблема стресостійкості особистості, оскільки вплив стрес-факторів сучасного навколишнього середовища, таких як коронавірус, війна та помітне підвищення стресогенності сучасного соціального і природного середовища, додатково збільшує загальне навантаження будь якої людини.

Зокрема, дуже актуальною темою в наш час є тема стресостійкості здобувачів вищої професійної освіти, оскільки навчальна діяльність студентів завжди була пов'язана з високим рівнем стресу: підготовка до практичних пар, до заліків та іспитів, особливо до державних

іспитів. Однією з причин підвищеного інтересу до цієї проблематики є також зниження рівня стресостійкості студентів у навчальній діяльності, що виражається в порушенні когнітивної, емоційної, мотиваційної та поведінкової сфер діяльності [10, с. 28].

Водночас українські студенти глибоко переживають те, що відбувається в Україні, тому що в цих переживаннях відображаються почуття мільйонів українців, які вболівають за свою країну, тривожаться за рідних, болісно сприймають страждання людей і мріють про перемогу. Саме тому в студентів спостерігається негативна динаміка ставлення до навчальної діяльності, що характеризується неусвідомленою,

невизначеною, пасивною позицією студента, що з емоційного боку проявляється у неприйнятій ситуації, зі змістовного боку – у дисбалансі мотивів, неможливості протистояти стресорам і негативних результатах навчальної діяльності.

Відомо, що значну роль у процесі формування стресостійкості відіграють насамперед особистісні якості студента певної діяльності, які або зумовлюють успішну адаптацію в колективі, або призводять до загострення стосунків з оточуючими. Так, основу психологічного портрета майбутнього фармацевтичного працівника становлять: добре розвинене мислення, акуратність, старанність і педантичність, висока чутливість, особливе відчуття речовини та хімічного процесу, вміння працювати в команді, комунікабельність і, найголовніше, стресостійкість [6, с. 266].

Потрібно також зазначити, що стресостійкість являє собою складну системну характеристику людини, яка відображає її здатність успішно провадити свою діяльність у складних та екстремальних умовах, тому актуальним постає також вивчення саме особливостей структурних компонентів стресостійкості студентів-фармацевтів.

Мета дослідження – виявити особливості структурних компонентів стресостійкості студентів-фармацевтів.

Завдання дослідження:

1. Розкрити сутність поняття «стресостійкість» та її структурних компонентів у психологічній науці.

2. Дослідити особливості структурних компонентів стресостійкості студентів-фармацевтів.

Теоретичне обґрунтування проблеми.

У психологічній науці стресостійкість розглядають як стан організму, що лежить в основі пристосування організму до різноманітних впливів зовнішнього середовища та виступає чинником, який сприяє психічній адаптації і захисту організму від порушень, зачіпає психофізіологічний, психологічний, соціально-психологічний рівні регуляції.

Системно-структурний напрям передбачає розгляд стресостійкості як здатності зберігати себе в умовах середовища, що змінюється в деяких межах. Представники цього напрямку розглядають стресостійкість як здатність до певних цілеспрямованих і усвідомлених особю психофізіологічних відповідей або адаптивних дій, що допомагають відновити гомеостаз організму та впоратися з подіями, які ускладнюють взаємодію із середовищем, із зовнішніми або внутрішніми подразниками [4, с. 157].

З погляду системного підходу стресостійкість розглядають у контексті системної моделі адаптації людини як цілісної, багаторівневої та самокерованої системи, яка має біологічний,

психологічний, соціально-психологічний рівні та спрямована на підтримання сталої взаємодії індивіда з навколишнім середовищем.

Потрібно зазначити, що з позиції теорії функціональних систем стійкість організму до емоційного стресу визначається як стійкість діяльності окремих функціональних систем організму, які в сукупності визначають стабільність життєво важливих функцій організму [2, с. 50].

Водночас стресостійкість можна розглядати як динамічну систему, яка має свою функціональну структуру, основними компонентами якої є: психофізіологічний (тип, властивості центральної нервової системи); мотиваційний (сила мотивів); емоційний досвід особистості, накопичений у процесі подолання негативних впливів екстремальних ситуацій; вольовий, який виражається у свідомій саморегуляції дій, узгодженість їх з вимогами ситуації; професійне навчання, що є невід'ємним компонентом діяльності; професійне виховання, що є важливим компонентом діяльності [5, с. 200].

Згідно з діяльнісним підходом, розглядають стресостійкість як готовність людини до діяльності в напружених ситуаціях, що сприяє швидкому та правильному використанню знань, досвіду, особистих якостей, збереженню самоконтролю та перебудові діяльності за появи непередбачуваних перешкод. До числа умов, що зумовлюють стресостійкість людини як готовність до діяльності в напружених ситуаціях, належать: зміст поставлених завдань, їхня складність, новизна; обстановка діяльності, мотивація, оцінка ймовірності досягнення мети, самооцінка, нервово-психічний стан і, крім того, емоційна стійкість до стресової ситуації [3, с. 16].

Так, дедалі частіше останнім часом стресостійкість розглядають у професійному й соціально-психологічному контексті, тобто на рівні основної соціальної діяльності особистості: пізнання, спілкування, за допомогою яких здійснюється як інтеріоризація зовнішніх дій, так і формування внутрішнього життя особистості, що найточніше відображається у стилях діяльності людини [7, с. 189].

Водночас діяльнісний компонент стресостійкості охоплює все різноманіття потенційних зовнішніх джерел стресу: професійне навчання, виховання тощо. Саме тому діяльнісний компонент стресостійкості виражається у здатності організму зберігати нормальну працездатність, як ступінь адаптації до впливу екстремальних факторів середовища і професійної діяльності, соціальної адаптації, яка допомагає зберігати значущі міжособистісні зв'язки [8, с. 176].

У рамках особистісного підходу стресостійкість розглядається через призму такої вла-

стивості темпераменту, що дає змогу ефективно виконувати цільові завдання діяльності завдяки оптимальному використанню резервів нервово-психічної емоційної енергії [1, с. 145].

Так, до особистісних компонентів стресостійкості належать: психофізіологічний компонент стресостійкості – особливості нервової системи та темпераменту; емоційний компонент – особливості емоційної сфери та здатність протистояти стресорам, адаптуватися; мотиваційний компонент – особливості мотивації, установки особистості, ціннісні орієнтації; вольовий компонент – особливості вольової регуляції тощо [9, с. 244].

У сучасних дослідженнях стресостійкість розглядають як властивість особистості, яка складається із сукупності таких компонентів: психофізіологічного – тип, властивості нервової системи; мотиваційного, що визначає стійкість особистості; емоційного досвіду особистості, накопиченого в процесі подолання негативних впливів екстремальних ситуацій; вольового, що виражається у свідомій саморегуляції дій, узгодженості їх з вимогами ситуації; професійній підготовленості, поінформованості та готовності до стресу.

Методи дослідження: аналіз науково-психологічної літератури, синтез, узагальнення та систематизація, порівняння; емпіричні – методика Е. В. Ейдмана для визначення вольової саморегуляції особистості; методика діагностики темпераменту Яна Стреляу; методика мотивація успіху й уникнення невдачі (автор – А. А. Реан); методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге; методика визначення основних мотивів вибору професії (автор – Є. М. Павлютенков); математико-статистичні – описова статистика, кореляційний аналіз.

Результати дослідження: дослідницька робота проводилася на базі університету ОНУ імені Мечникова на факультеті хімії та фармацевції. Вибірка студентів, які взяли участь в емпіричному дослідженні, становила 30 осіб віком від 18 до 22 років різних курсів навчання, а саме студенти-фармацевти, які дали згоду надавати інформацію за запитом дослідника.

Дослідження вольового компонента, а саме вольової саморегуляції, у студентів-фармацевтів показало, що вони емоційно зрілі, активні, незалежні, самостійні, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, тому їх вирізняє впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власного обов'язку, але можливе наростання внутрішньої напруженості, пов'язаної з прагненням проконтролювати кожен нюанс власної поведінки та тривогою з приводу найменшої її спонтанності. Студенти-фармацевти діяльні, працездатні люди, їм властива повага до соціальних норм, прагнення повністю під-

порядкувати їм свою поведінку, вони активно прагнуть виконати намічене, їх мобілізують перепони на шляху до мети, головна їхня цінність – розпочата справа, але можлива втрата гнучкості поведінки. Вони емоційно стійкі, їм притаманний внутрішній спокій, впевненість у собі, тому вони добре володіють собою в різних ситуаціях, але прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може призводити до підвищення внутрішньої напруженості, переважання постійної заклопотаності та стомлюваності, прояву страху перед невідомістю.

Дослідження емоційного компонента стресостійкості як емоційного досвіду показало, що студенти-фармацевти мають високий рівень супротиву стресу та соціальної адаптації, тобто цих студентів можна охарактеризувати як людей стресостійких, які не відчувають великого стресового навантаження під час діяльності, незалежно від її спрямованості та характеру.

Дослідження психофізичного компонента стресостійкості показало, що у студентів-фармацевтів здебільшого слабка й запізнена реакція на збудження, швидко досягається поза межне гальмування, вмикання в роботу, саме тому в разі сильнішої збудливості у стресових обставинах буде демонструватися невисока продуктивність праці, висока стомлюваність, низька витривалість. Студенти-фармацевти характеризуються високим рівнем гальмування, високим самоконтролем, зібраністю, пильністю, холоднокровністю в поведінкових реакціях, також у них стимули легко гасяться, відбувається швидке реагування на відповідні дії на прості сенсорні сигнали, як наслідок – хороша реакція. Ці студенти демонструють значні ускладнення в перемиканні нервових процесів від збудження до гальмування і навпаки, тому їм складно працювати в умовах, які швидко змінюються. Отже, студенти-фармацевти характеризуються невірноваженістю нервових процесів, тобто наявна невірноваженість у бік збудження, коли процеси збудження не врівноважують собою процеси гальмування.

Дослідження мотиваційного компонента стресостійкості показали, що студенти-фармацевти мають високий рівень мотивації на невдачу, тому вони намагаються уникнути зриву, осуду, покарання, тобто, розпочинаючи справу, вони вже заздалегідь бояться можливої невдачі та думають про шляхи її уникнення, а не про способи досягнення успіху.

Дослідження професійного компонента стресостійкості студентів-фармацевтів показали, що сприяти суспільному прогресу своєю працею респонденти мотивовані, але не вважають це пріоритетом у виборі напряму навчання. У студентів-фармацевтів спрямо-

ваність на вдосконалення свого морального обличчя, духовного світу, розвитку моральних якостей залежатиме від ситуації навколо респондентів. Зазначимо, що у виборі напряму навчання на факультеті хімії та фармації студенти зовсім не звертали уваги на естетику праці, її красу, гармонію та важливість наявності прекрасного в майбутній професії. Респонденти мають сильно виражене прагнення до оволодіння спеціальними знаннями, пізнання змісту праці фармацевта, що обумовлює вибір факультету. У виборі цього напряму навчання певну роль зіграло прагнення бути оригінальним у роботі, вчинення наукових відкриттів, отримання можливостей для творчості, що можливе в роботі фармацевта. Потрібно також зазначити, що під час вибору напряму навчання респонденти були орієнтовані на чіткі знання про процес праці, відсоток спрямованості на розумову й фізичну працю. Для студентів-фармацевтів у виборі певного напряму навчання велике значення мало прагнення отримувати певні блага. У респондентів виявлено прагнення до професії, яка цінується серед знайомих, дасть змогу досягти видного положення в суспільстві та забезпечить швидке просування по службі. Саме тому під час вибору певного напряму навчання велике значення мали прагнення керувати людьми, орієнтація на вуз, робота в місті, чистота й легкість праці.

Зазначимо, що у студентів-фармацевтів існує прямий кореляційний зв'язок між вольовим компонентом стресостійкості, а саме наполегливістю, і такими мотивами вибору напряму навчання, як матеріальні мотиви та мотиви, що пов'язані зі змістом праці ($r = 0,526$ і $r = 0,539$, $p < 0,01$), тобто в респондентів повага до соціальних норм, прагнення повністю підпорядкувати їм свою поведінку, прагнення виконати намічене, мобілізація перепон на шляху до мети в разі втрати гнучкості сприяла підвищенню важливості у виборі напряму навчання чітких знань про процес праці, відсоток спрямованості на розумову й фізичну працю та прагнення отримувати певні блага.

Було встановлено також прямий кореляційний зв'язок між психофізичним компонентом стресостійкості, а саме рухливістю нервових процесів, і такими мотивами вибору напрямку навчання, як престижні й утилітарні мотиви ($r = 0,645$, $p < 0,01$ і $r = 0,672$, $p < 0,01$), оскільки студенти-фармацевти більш інертні, тому схильні працювати за стереотипом, не люблять швидких і несподіваних змін у діяльності, мають низьку здатність перемикатися на нові види робіт; під час вибору напряму навчання студенти керувалися прагненням до професій, яка дасть змогу досягти видного положення в суспільстві та забезпечить швидке просування по службі, прагненням

керувати людьми, орієнтацією на вуз, роботою в місті, легкістю праці.

Потрібно наголосити, що були встановлені взаємозв'язки між мотивами у виборі напряму навчання студентами-фармацевтами: так, соціальні мотиви мають кореляційний зв'язок із моральними, творчими та престижними мотивами ($r = 0,938$, $r = -0,919$ і $r = -0,886$, $p < 0,01$), тобто оскільки респонденти не вважають пріоритетом сприяння суспільному прогресу своєю працею, тому вони не мають вираженого мотиваційного полюса розвитку моральних якостей, і звідциля виходить, що важливіше у виборі напряму навчання було прагнення до вчинення наукових відкриттів, отримання можливостей для творчості, прагнення до професій, яка цінується серед знайомих, дасть змогу досягти видного положення.

Водночас моральні мотиви у студентів-фармацевтів корелюють із творчими, матеріальними, престижними мотивами та мотивами, що пов'язані зі змістом праці ($r = -0,887$, $r = -0,694$, $r = -0,636$ і $r = -0,801$, $p < 0,01$), тобто незалежно від розвитку моральних якостей у респондентів більше часу надається тому, щоб завдяки власній праці отримати можливість для творчості, отримання певних благ і керування людьми, що пов'язано з прагненням до цінності майбутньої праці серед знайомих, важливості змісту праці.

Тоді як прагнення бути оригінальним в роботі, прагнення до наукових відкриттів у студентів-фармацевтів сприяє сильній вираженості прагнення до оволодіння спеціальними знаннями стосовно змісту праці фармацевта та до досягнення видного положення в суспільстві, як показує пряма кореляція між творчими та пізнавальними, престижними мотивами ($r = 0,772$ і $r = 0,831$, $p < 0,01$).

Отже, дослідження структурних компонентів стресостійкості студентів-фармацевтів показало, що вони емоційно зрілі, активні, незалежні, самостійні, мають високий рівень супротиву стресу та соціальної адаптації, високий рівень мотивації на невдачу, тому вони намагаються уникнути зриву, а також характеризуються невірноваженістю нервових процесів, тобто наявна невірноваженість у бік збудження, коли процеси збудження не врівноважують собою процеси гальмування. При цьому важливими у виборі напряму навчання стали пізнавальні, матеріальні й утилітарні мотиви, а також мотиви, що пов'язані зі змістом праці.

Висновки. Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів поставленої проблеми. Перспективним вбачається подальше вивчення окремо кожного з перерахованих компонентів стресостійкості у студентів-фармацевтів для формування тренінгових програм з метою покращення рівня супротиву стресу.

Також є потреба в більш детальному вивченні компонентів стресостійкості у студентів інших спеціальностей, особливо психологів, майбутніх співробітників центрів соціальної допомоги, у розрізі емоційної стійкості в екстремальних умовах праці (підтримка військовослужбовців, які перебувають на передовій).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Афанасенко Л., Мартинюк І., Омельченко Л., Шамне А., Шмаргун В., Яшник С. Психологія стресостійкості студентської молоді. За заг. ред. В. Шмаргуна. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с.
2. Бондар А. Я., Макаренко Н. Г. Психологічні особливості стресостійкості представників стресогенних професій. *Наукові записки НаУКМА. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота*. 2013. Том 149. С. 49–55.
3. Грилюк С. М., Тютюнник Л. Л. Стресостійкість особистості у контексті її адаптаційного потенціалу. *Pedagogy and psychology in the modern world: the art of teaching and learning*. 2021. С. 16–20.
4. Теплюк Ю. О. Розвиток стресостійкості соціальних працівників: від результатів експерименту до методичних рекомендацій. Психологічний супровід та соціально-педагогічна робота в закладі освіти: теорія та практика : колективна монографія. Київ : ФОРМ Ямчинський О. В., 2020. С. 157–165.
5. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус. Гельветика*, 2022. Вип. 39. С. 199–203.
6. Цибуляк Н. Ю. Професійна стресостійкість спеціального педагога. *Науковий вісник ХДУ. Сер.: Психологічні науки*. 2019. № 4. С. 266–274.
7. Яремійчук О. В. Когнітивні стилі та особливості прояву стресостійкості у студентської молоді. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2021. Т. 2. № 13. С. 189–192.
8. Chen A. *Stress Resilience: Molecular and Behavioral Aspects*. Academic Press, 2019. 390 p.
9. Katunin A.P. Stress tolerance as a psychological phenomenon. *Young scientist*. 2012. Vol. 9. P. 243–246.
10. Shevchenko R. The useful concept of stress and its effects on the individual. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*, 5 (23). 2017. P. 27–35.