



Vyshnyovsky, V. & Chaikivskiy, A. (2021) Stresostyikist yak rysa osobystosti profesionala DSNS [Stress resistance as a feature of personality of State Emergency Service professional]. *Sotsialno-ekonomichni problemy i derzhava* [Socio-Economic Problems and the State] (electronic journal), Vol. 25, no. 2, pp. 241-246. Available at: <http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2021/21vvpdpd.pdf>



## СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК РИСА ОСОБИСТОСТІ ПРОФЕСІОНАЛА ДСНС

**Василь ВИШНЬОВСЬКИЙ**

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя  
вул. Руська, 56, м. Тернопіль, Україна, 46001

e-mail: [v\\_vasia@i.ua](mailto:v_vasia@i.ua)

**Андрій ЧАЙКІВСЬКИЙ**

e-mail: [ironmaaiden2012@gmail.com](mailto:ironmaaiden2012@gmail.com)



**Анотація.** Дана стаття присвячена аналізу поняття стресостійкості як риси особистості професіонала ДСНС. Стаття містить опис теоретичних підходів до поняття стресостійкості, трактування різними авторами даного поняття, опис чинників які впливають на формування стресостійкості до професійної діяльності.

Актуальність дослідження даної теми зумовлена тим, що в сучасній психологічній науці приділяється значна роль дослідженню стресостійкості до професійної діяльності, зокрема, до професій, пов'язаних з екстремальними подіями. До таких і відноситься професійна діяльність рятувників ДСНС України, які практично щодня виконують свою роботу в емоційно-напружених стресових ситуаціях і стикаються з різного роду аваріями, катастрофами, руйнуваннями та смертями людей. Саме завдяки сформованій професійній якості стресостійкості фахівців екстремальних професій зможуть ефективно виконувати свою роботу мінімізуючи впливи різних факторів в першу чергу особистісного рівня.

В статті розкриваються погляди різних авторів, які розглядають стресостійкість як інтегративну властивість особистості, яка має свою складність; описують вікові особливості становлення стресостійкості; підмічають значення активізації внутрішнього потенціалу та механізмів реалізації здатності особистості до саморегуляції стресу, і як результат конструктивного подолання складних життєвих ситуацій; відзначають, що копінг – це сукупність поведінкових, когнітивних та емоційних стратегій особистості, які націлені на досягнення адаптованості до ситуацій, що викликають стрес. Останнім часом переважна більшість досліджень в психології, фокусується на дослідженні саме психологічних чинників формування стресостійкості в професіоналів професійна діяльність яких безпосередньо пов'язана з екстремальними умовами.

Підкреслюється важливість та гострота вивчення питання стресостійкості професіоналів, діяльність яких пов'язана з особливими небезпечними умовами для життя.

**Ключові слова:** стрес; стійкість до стресу; стресостійкість; нервова напруга; емоційність; емоційна саморегуляція.

### Article history:

Received: October, 2021

1st Revision: October, 2021

Accepted: November, 2021

### UDC:

159.98

### DOI:

<https://doi.org/10.33108/sepd.2022.02.241>



Вишньовський, В. Стресостійкість як риса особистості професіонала ДСНС [Електронний ресурс] / Василь Вишньовський, Андрій Чайківський // Соціально-економічні проблеми і держава. — 2021. — Вип. 2 (25). — С. 241-246. — Режим доступу: <http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2021/21vvpdpd.pdf>



This open access article is distributed under a Creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license.

## 1. Постановка проблеми.

Сучасне людство живе у час бурхливого розвитку різних галузей науки, постійно нових відкриттів, технічних, політичних та економічних змін. Це вимагає постійної адаптації до таких мінливих умов та, у свою чергу, викликає стресові ситуації практично щодня. Особливо це стосується співробітників МНС, а точніше їх службової діяльності. З точки зору психології, діяльність саме рятувальників містить і навчання (власне професійну підготовку), і працю (виконання різних видів господарських робіт), спорт, а також виконання саме в екстремальних ситуаціях професійних дій з порятунку людей, ліквідації різного роду аварій та їх наслідків. Характерною особливістю такої діяльності співробітника МНС є глибина емоційних переживань, пов'язана з загибеллю людей, з якою рятувальники регулярно стикаються. Постійні образи руйнувань, людських жертв і реальна загроза життю спричиняють негативний вплив на психіку рятувальників, стресостійкість котрих безпосередньо впливає як на якість, так і на терміни проведення рятувальних робіт. Тому в діяльності МНС України, на даному етапі, першочерговим є завдання збереження як фізичного, так і психічного здоров'я рятувальників, зокрема під час і після виконання службових обов'язків у надзвичайній ситуації. Через постійний негативний вплив стресорів на особистість рятувальника відбувається виснаження захисних функцій організму і це спричиняє розлади психогенного характеру, які виявляються у нервово-психічних та нервово-соматичних захворюваннях. Виникнення страху, розгубленості під час надзвичайної ситуації веде за собою важкі і непоправні наслідки. Тому, саме стресогенний характер діяльності рятувальників зумовлює дослідження стресостійкості, як особистісної риси професійності співробітників МНС [2; 4].

## 2. Аналіз останніх досліджень та публікацій.

Сучасні підходи вивчення специфіки стресостійкості персоналу ДСНС України не розкривають соціально-психологічні чинники, що впливають на виникнення професійної деформації у рятувальників ДСНС, та вимагають розробку значно ефективнішої системи засобів профілактики.

Тому останнім часом у психологічній науці значно зростає цікавість до дослідження проблеми стресостійкості. Багато науковців вивчали феномен стресостійкості розрізнено в різних формах його прояву, однак вимоги сучасності потребують комплексного його вивчення. Так, А. Я Боднар, Н. Г. Макаренко вивчають стресостійкість як інтегративну властивість особистості, яка має свою складність; Л. Картенсен, В. І. Мозговий, О. Н. Полякова здійснювали опис вікових особливостей становлення стресостійкості; Н. М. Бамбурак обґрунтовує значення активізації внутрішнього потенціалу та механізми реалізації здатності особистості до саморегуляції стресу, і як результат конструктивне подолання складних життєвих ситуацій; Є. В. Кузнецова, Н. В. Родіна, Т. А. Ткачук зазначають, що копінг це сукупність поведінкових, когнітивних та емоційних стратегій особистості, які націлені на досягнення адаптованості до ситуацій, що викликають стрес. Останнім часом переважна більшість досліджень в психології, зокрема, М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, В. І. Розов фокусується на дослідженні саме психологічних чинників формування стресостійкості в професіоналів професійна діяльність яких безпосередньо пов'язана з екстремальними умовами. А також Н. Є. Водоп'янова, О. А. Реан встановили специфіку формування стресостійкості в професіях, які вимагають безпосереднього контакту з іншими.

### 3. Постановка завдання.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі поглядів різних науковців на трактування поняття стресостійкості, узагальнені підходів до розуміння структури даної якості, чинників які впливають на її формування та виникнення професійної деформації у рятувальників ДСНС.

### 4. Виклад основного матеріалу.

Сьогодні дуже гостро постає вивчення питання стресостійкості професіоналів, діяльність яких пов'язана з особливими небезпечними умовами для життя. Л. Г. Дика, О. А. Конопкін, В. І. Моросанова, Р. Р. Сагієв в основу стресостійкості вкладають саморегуляцію людини; Д. Роттер стверджує, що на вибір копінг стратегії має вплив локус контролю; Л. Собчик вважає, що на стресостійкість впливає тип ВНД; Е. Чехлатий, Н. Сирота, В. Ялтонський – як психічні, так і соматичні захворювання; Е. А. Мілерян ототожнює з стресостійкістю емоційну стійкість, здатність до саморегуляції емоцій; Н. Н. Данилова під стресостійкістю розуміє можливість витримувати складні навантаження з успішним вирішенням завдань в надзвичайних ситуаціях; В. Л. Маріщук стверджує про можливість подолання стану сильного емоційного збудження, інтегративну властивість особистості, яка поєднує емоційні, вольові, інтелектуальні та мотиваційні компоненти психічної діяльності особистості, які дають найкращі можливості в складній екстремальній обстановці досягнути цілей діяльності [6].

У сучасному суспільстві необхідно вивчати стресостійкість як здатність людини протистояти впливу стресових факторів та розвитку патологічних станів. Однак це завдання надзвичайно складне через неоднозначність у визначенні поняття «стресостійкість». Дослідження стійкості поділяються на два аспекти: перший — походження сутності, тобто розглядається як своєрідна успадкована здатність людського організму протистояти впливу негативних факторів, і своєрідна здатність, що формується в процесі життя [3]. Ці дві сфери дослідження стресу доповнюють один одного, оскільки притаманні більшості людей генетичні здібності так чи інакше змінюються протягом життя (прогресують або залишаються на тому ж рівні, залежно від факторів, що впливають на навколишнє середовище) [4].

Стресостійкість – це універсальна якість особистості, яка характеризується здатністю витримувати стресові фактори протягом певного періоду часу, так що організаційні стресові фактори не становлять нової загрози [2]. Це забезпечує високу працездатність і підтримує здоров'я фахівців. Стресостійкість також вважається індивідуальним симптомокомплексом з певною структурною організацією, що розвивається в онтогенезі і має відхилення при різних патологічних станах. Специфічними ознаками недостатньої стійкості до стресу є: низька диференціація, знижена адаптивність, збереження біполярної структури факторних тканин тощо. Відповідно до основних положень системного підходу можна вважати, що стрес є загальним атрибутом особистості в цілому і взаємопов'язаний з багаторівневою системою елементів, представленою сукупністю когнітивних, інтелектуальних, емоційних та особистісних атрибутів [5; 6].

Індивідуальні відмінності у вираженості стресостійкості обумовлені якісними та кількісними характеристиками, які складають цю складну рису особистості. Багато дослідників розглядають питання характеристик стресостійкості особистості та пов'язують рівень розвитку цього психологічного явища з обширними психологічними характеристиками особистості, а саме тривожністю; агресивністю; суб'єктивно контрольованими місцями; особистісною мотиваційною орієнтацією [7; 8]. Незалежно від того, чи це в контексті визначення змісту та оцінки, чи в контексті його

формування, тобто на різних етапах життя людини, слід враховувати стресостійкість. Це дозволить визначити, що дозволяє оволодіти людиною складним життям, яку роль вона відіграє у найкращій функції людини, її особистий досвід, суб'єктивну діяльність, стійкі ознаки емоцій у структурі особистості тощо [2].

Індивідуальні характеристики стійкості до стресу визначаються як динамічні в часі, залежні від зовнішніх і внутрішніх факторів, що складаються з рівня та розвитку окремих функцій усієї системи та взаємодії чотирьох її структурних компонентів – індивіда, суспільства, типу прийняття рішення і поведінки [4]. Важливою частиною розвитку особистісної стійкості є здатність усвідомлювати власні проблеми, а потім їх вирішувати. Тому самосвідомість відіграє важливу роль у формуванні в фахівців здатності протистояти стресу. Вчені також помітили, що на здатність людини протистояти стресу та джерела стресу опосередковано впливають об'єктивні та суб'єктивні психологічні характеристики стресової ситуації та її когнітивне уявлення, тип, особистісні характеристики, здатність долати стрес, подолання, поведінка і соціальні фактори, а також індивідуальні прояви тиску особистості [1].

Підтримання або покращення адаптивності людини пов'язане з пошуком ресурсів, які допоможуть їй подолати негативні наслідки стресової ситуації. «Ресурси» відносяться до внутрішніх і зовнішніх змінних, які сприяють психологічній стабільності в стресових ситуаціях. Можна сказати, що загального поняття тиску немає. Кожен дослідник зробив свій внесок у бачення антистресу, виходячи з власних міркувань. Взагалі кажучи, поняття стресу слід розуміти як здатність людини протистояти негативному впливу стресових факторів, що обумовлено індивідуальним комплексом вроджених та набутих психологічних та фізичних характеристик.

## 5. Висновки та перспективи подальших досліджень в даному напрямку.

Таким чином, стресостійкість в особистості формується шляхом багаторазового повторення ситуацій зі стресогенними факторами. Це відображено в складному процесі, який містить: оцінювання стресової ситуації, регулювання діяльності в умовах дії стресогенних факторів, подолання стресу або залучення копінг поведінки, безпосередній вплив на особистість самих травматичних подій та звичайно пропрацювання самого травматичного досвіду.

Структурна та функціональна організація стресостійкості є однозначно цілісною системою, яка здійснює свої функції в межах чотирьох складових структурних компонентів (особистісного, соціального, типологічного та поведінкового), це, з одного боку об'єднує ці компоненти стресостійкості, а з іншого чітко розводить результати впливу з врахуванням їх функціональних ролей. Саме врахування функціональних ролей і детальніше вивчення кожного з структурних компонентів стресостійкості дозволить більш швидше та ефективніше формувати цю якість особистості у представників професій, діяльність яких пов'язана з виникненням небезпечних, надзвичайних ситуацій.

### Author details (in English)

## STRESS RESISTANCE AS A FEATURE OF PERSONALITY OF STATE EMERGENCY SERVICE PROFESSIONAL

Vasyl VYSHNYOVSKY

| Andrii CHAIKIVSKYI

*Ternopil Ivan Puluj National Technical University  
56 Ruska str., 46001, Ternopil, Ukraine*

*e-mail: v\_vasia@i.ua*

| *e-mail: ironmaaiden2012@gmail.com*

**Abstract.** *This article is devoted to the analysis of the concept of stress resistance as a personality trait of a SES professional. The article contains a description of theoretical approaches to the concept of stress resistance, interpretation by different authors of this concept, a description of the factors influencing the formation of stress resistance to professional activity.*

*The relevance of the study of this topic is due to the fact that in modern psychological science is given a significant role in the study of stress resistance to professional activities, in particular, to professions associated with extreme events. These include the professional activities of rescuers of the SES of Ukraine, who perform their work almost every day in emotionally stressful situations and face various accidents, catastrophes, destruction and deaths. It is thanks to the formed professional quality of stress resistance that specialists of extreme professions will be able to perform their work effectively by minimizing the influence of various factors, first of all on the personal level.*

*The article reveals the views of various authors who consider stress resistance as an integrative property of the individual who has its own complexity; describe age features of formation of stress resistance; note the importance of activating the internal potential and mechanisms of realization of the individual's ability to self-regulate stress, and as a result of constructive overcoming of difficult life situations; note that coping is a set of behavioral, cognitive and emotional strategies of the individual, which are aimed at achieving adaptability to situations that cause stress. Recently, the vast majority of research in psychology focuses on the study of psychological factors in the formation of stress resistance in professionals whose professional activities are directly related to extreme conditions.*

*The importance and urgency of studying the issue of stress resilience of professionals whose activities are associated with special life-threatening conditions is emphasized.*

**Key words:** *stress; resistance to stress; stress resistance; nervous tension; emotionality; emotional self-regulation.*

## Appendix A. Supplementary material

Supplementary data associated with this article can be found, in the online version, at

<http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2021/21vvpdp.pdf>

## Funding

The authors received no direct funding for this research.

## Citation information

Vyshnyovsky, V. & Chaikivskyi, A. (2021) Stresostiiikist yak rysa osobystosti profesionala DSNS [Stress resistance as a feature of personality of State Emergency Service professional]. *Sotsialno-ekonomichni problemy i derzhava* [Socio-Economic Problems and the State] (electronic journal), Vol. 25, no. 2, pp. 241-246. Available at: <http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2021/21vvpdp.pdf>

## Використана література:

1. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості: дис. д-ра психологічних наук 19.00.01 / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН Укр. Київ, 2009. 511 с.
2. Корольчук В. М. Стресостійкість і адаптивний потенціал особистості в стресогенних умовах. URL: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vchdpu/psy/2010\\_82\\_1/korolchuk.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2010_82_1/korolchuk.pdf) (дата звернення 12.10.2021).
3. Корольчук М. С. Психофізіологічні засади дослідження стресостійкості особистості URL: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vchdpu/psy/2011\\_94/Korol1.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2011_94/Korol1.pdf) (дата звернення 12.10.2021).
4. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : монографія Київ. : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
5. Литвинова Г. О., Журавель Н. Т. Тренінг: Стресостійкість – шлях до успіху (тренінг для тренерів) Київ: НАВС, 2019. 54 с.
6. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.



7. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна ; заг. ред. М. С. Корольчука. Київ : Інкос, 2002. 272 с.
8. Самара О. Є. Психологічні особливості стратегій стресдолаючої поведінки у співробітників МНС: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01; Одеський національний університет імені І.І. Мечникова. Одеса, 2010. 18 с.

## References

1. Korolchuk V. M. (2009) Psykhologhija stresostijkosti osobystosti [Psychology of stress personality]: dys. d-ra psykhologhichnykh nauk 19.00.01. Kyiv: In-t psykhologhiji im. Gh. S. Kostjuka APN Ukr.
2. Korolchuk V. M. Stresostijkistj i adaptyvnyj potencial osobystosti v stresoghennykh umovakh [Stress resistance and adaptive potential of personality in stressful conditions]. URL: [http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vchdpu/psy/2010\\_82\\_1/korolchuk.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2010_82_1/korolchuk.pdf) (accessed 12.10.2021).
3. Korolchuk M. S. Psykhofiziologhichni zasady doslidzhennja stresostijkosti osobystosti [Psychophysiological principles of research of personality stress resistance] URL: [http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vchdpu/psy/2011\\_94/Korol1.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2011_94/Korol1.pdf) (accessed 12.10.2021).
4. Krajnjuk V. M. (2007) Psykhologhija stresostijkosti osobystosti [Psychology of personality stress resistance] : monohrafija Kyjiv. : Nika-Centr.
5. Lytvynova, Gh. O., Zhuravelj, N. T. (2019) Treningh: Stresostijkistj – shljakh do uspikhu [Training: Stress resistance - the path to success] (treningh dlja treneriv) Kyjiv: NAVS.
6. Naugholjnyk, L. B. (2015) Psykhologhija stresu [Psychology of stress]: pidruchnyk Ljviv: Ljvivs'kyj derzhavnyj universytet vnutrishnykh sprav. [in Ukrainian].
7. Korolchuk, M. S., Krajnjuk, V. M., Kosenko, A. F., Kocherghina, T. I. (2002) Psykhologhichne zabezpechennja psykhichnogho i fizychnogho zdorov'ja [Psychological support of mental and physical health]. Kyjiv : Inkos. [in Ukrainian].
8. Samara, O. Je. (2010) Psykhologhichni osoblyvosti strateghij stresdolajuchoji povedinky u spivrobotnykiv MNS [Psychological features of strategies of stressful behavior in the staff of the Ministry of Emergencies] : Avtoref. dys. kand. psykhol. nauk: 19.00.01; Odesa: Odes'kyj nacional'nyj universytet imeni I.I. Mechnykova.



© 2021 Socio-Economic Problems and the State. All rights reserved.  
 This open access article is distributed under a Creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license.  
 You are free to:  
 Share — copy and redistribute the material in any medium or format Adapt — remix, transform, and build upon the material for any purpose, even commercially.  
 The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.  
 Under the following terms:  
 Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made.  
 You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.  
 No additional restrictions  
 You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

Socio-Economic Problems and the State (ISSN: 2223-3822) is published by Academy of Social Management (ASM) and Ternopil Ivan Puluj National Technical University (TNTU), Ukraine, Europe.

Publishing with SEPS ensures:

- Immediate, universal access to your article on publication
- High visibility and discoverability via the SEPS website
- Rapid publication
- Guaranteed legacy preservation of your article
- Discounts and waivers for authors in developing regions

Submit your manuscript to a SEPS journal at <http://sepd.tntu.edu.ua>

