

УДК [159.9:613] (075.8)

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.4.19>

**Сорока Олена Михайлівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри навігації і управління судном

Дунайського інституту Національного університету «Одеська морська академія»

ORCID ID: 0000-0002-3987-136X

## ВІД СИСТЕМНО-РІВНЕВОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ФАХІВЦЯ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ДО СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОДЕЛІ ЇЇ РОЗВИТКУ

### FROM THE SYSTEM-LEVEL ORGANIZATION OF THE STRESS RESISTANCE OF THE SEA TRANSPORT SPECIALIST TO THE STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL OF ITS DEVELOPMENT

*У статті обґрунтовується системно-рівнева організація стресостійкості фахівця морського транспорту, що складає основу для побудови структурно-функціональної моделі її розвитку. Зазначається, що стресостійкість фахівця морського транспорту розглядається і як загальна стресостійкість у функціонуванні діяльності як такої; і як професійна стресостійкість представника конкретної професії. Дослідження теоретико-прикладних аспектів розвитку професійної стресостійкості, аналіз соціальних, інституційних, професійно-діяльнісних та особистісних чинників, що впливають на виникнення професійних стресів, зумовили необхідність розробки структурно-функціональної моделі, спрямованої на розвиток професійної стресостійкості фахівця морського транспорту. Ця модель складається із трьох взаємопов'язаних блоків-рівнів (індивідуальний, особистісний, суб'єктно-діяльнісний), опосередковуючи діяльність фахівця, спрямовану на протидію стресогенним впливам. Вона відображає загальні основи стресостійкості фахівця, тоді як сутнісна характеристика функціонування представленої системи може мати різну спрямованість. Виходячи з цього, у першому контексті професійну стресостійкість можна аналізувати на таких рівнях: розвитку людини як індивіда (як аспект її фізичної безпеки); особистості (як систему ставлень до різноманітних сфер оточуючої дійсності); суб'єкта діяльності (як сукупність способів активності щодо її здійснення). У другому контексті професійну стресостійкість можна аналізувати на рівні професійного розвитку фахівця. У зв'язку з цим організаційну структуру структурно-функціональної моделі склали концептуальний, цільовий, змістовно-технологічний, процесуально-діяльнісний та результативний блоки. Структурні блоки моделі є системно детермінованими, що забезпечує її організаційно-концептуальну цілісність і є важливою умовою впровадження цієї моделі у практику.*

**Ключові слова:** стресостійкість, фахівець морського транспорту, професійна діяльність, індивід, особистість.

*The article substantiates the system-level organization of the stress resistance of a maritime transport specialist, which forms the basis for building a structural-functional model of its development. It is noted that the stress resistance of a maritime transport specialist is also considered as general stress resistance in the functioning of the activity as such; and as professional stress resistance of a representative of a specific profession. The study of the theoretical and applied aspects of the development of professional stress resistance, the analysis of social, institutional, professional activity and personal factors that influence the occurrence of professional stress led to the need to develop a structural and functional model aimed at the development of professional stress resistance of a maritime transport specialist. This model consists of three interconnected blocks-levels (individual, personal, subject-activity), mediating the activity of a specialist aimed at countering stressogenic influences. It reflects the general foundations of the stress resistance of a specialist, while the essential characteristics of the functioning of the presented system may have different orientations. Based on this, in the first dimension, professional stress resistance is analyzed according to the levels of human development: at the level of the individual (his physical safety); at the level of the individual (a system of attitudes towards various aspects of reality, including other people); as well as at the level of the subject of activity (a set of methods of activity in the technologies of their implementation). In the second dimension, professional stress resistance is analyzed according to the levels of development of the specialist as a professional, that is, in professional activity. In this regard, the organizational structure of the structural-functional model was made up of conceptual, target, content-technological, procedural-activity and result blocks. The structural blocks of the model are systematically deterministic, which ensures its organizational and conceptual integrity and is an important condition for the implementation of this model in practice.*

**Key words:** stress resistance, maritime transport specialist, professional activity, individual, personality.

**Вступ.** Стресостійкість представляє собою таку інтегральну характеристику психічного розвитку людини, яка формується в процесі її онтогенезу на основі генетично зумовлених індивідуальних характеристик в умовах конкретного соціального середовища. Завдяки цій інтегративній властивості вона передбачає взаємодію з усіма структурними елементами та властивостями психіки людини як до, так і після негативного впливу стресогенних чинників на неї. Моделі стресостійкості, запропоновані для різних професійних груп, що працюють в екстремальних умовах діяльності, О.Л. Луценко, Г.М. Сусак і Ю.О. Тептюк, можна взяти за основу для дослідження професійної стресостійкості фахівців, зокрема морського транспорту [20; 21].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідники емпірично довели, що рівень розвитку стресостійкості обумовлений широким спектром психологічних характеристик особистості, зокрема із тривожністю; агресивністю; локусом суб'єктивного контролю; мотиваційною спрямованістю особистості, когнітивними процесами (Г.Айзенк, А.Бек, Д.Емері та ін.).

**Метою статті** є обґрунтування системно-рівневої організації стресостійкості фахівця морського транспорту як основи для побудови структурно-функціональної моделі її розвитку.

**Виклад основного матеріалу.** Стресостійкість суб'єкта професійної діяльності доцільно розглядати як загальну стресостійкість при здійсненні будь-якої діяльності та як професійну стресостійкість при здійсненні конкретної професійної діяльності.

**Індивідуальний рівень стресостійкості.** Цілісність та інтегрованість функціонування усіх систем життєдіяльності людини відображає нерозривну єдність соматичного та психічного (N.J. Russel, P.S. Scott et al.). Психофізіологічні особливості, що асоціюються зі стресостійкістю, визначаються рівнем її виразності: середній рівень характеризується найбільш гармонійними особистісними властивостями, незважаючи на зайву демонстративність, імпульсивність та оптимістичність, оптимальним потенціалом розвитку особистості, добре розвиненими пізнавальними процесами; високий та низький рівні відрізняються менш розвинутою пізнавальною сферою, недостатнім потенціалом особистісного розвитку, дисгармонійними особистісними властивостями: високий – емоційною незрілістю, демонстративністю, низький – неврастенічним типом реагування, схильністю до драматизації обставин, підвищеною тривожністю, невпевненістю.

Л. Федосова зазначає, що нейродинамічні властивості особистості не мають жорсткого детермінуючого впливу на формування системи індивідуального стилю подолання стресу. Якщо індивідуальний стиль діяльності має сприяти людям із різними індивідуально-типологічними особливостями демонструвати однаково ефективність при виконанні певного виду професійної діяльності, нівелюючи при цьому негативний вплив цих особливостей на успішність цієї діяльності, то індивідуальний стиль подолання стресу має сприяти людям із різними психологічними характеристиками ефективно долати стресові ситуації [22].

Чимала кількість вчених звертають увагу на значну схильність до стресу людей з коронарним типом (тип А). Зарубіжні дослідники, зокрема відзначають схильність людей цього типу до неадекватної оцінки поставлених перед ними завдань, поспішність у прийнятті рішень [26]. У свою чергу О.Д. Сафін і К.М. Калишенко звертають увагу на високу ймовірність розвитку ішемічної хвороби серця у представників такого типу в умовах пролонгованих психоемоційних навантажень. Ними встановлено прямі кореляції між сформованістю відповідних механізмів симпатоадреналової функціональної системи, а також гіпофізарно-надниркової, та індивідуальною стійкістю до емоційного стресу [19].

**Сила нервової системи.** Первинні індивідуально-типові властивості людини представлено нейродинамічною групою її індивідуальних характеристик. О.М. Кокурн, Я.Стреляу та ін. показали, що властивості нервової системи впливають на рівень стресостійкості фахівця. Зокрема, Н.В. Онищенко відзначає, що незалежно від типологічних особливостей прояву властивостей нервової системи при виникненні у людини психоемоційної напруги не вище за середній рівень ефективності її діяльності зростає. Однак при значній психоемоційній напрузі вона погіршується швидше в осіб зі слабкою нервовою системою, у той час як особи із сильною нервовою системою виявляють більшу стійкість до неї. Між тим нею встановлено ще один цікавий факт – в умовах помірної стресогенності особи зі слабкою нервовою системою здатні демонструвати високу ефективність діяльності, а деколи навіть і більшу, ніж ті, хто має сильну нервову систему [16].

Я.Ц. Зелінська пояснює велику схильність осіб зі слабкою нервовою системою дистресу тим, що енерговитрати у цих осіб у стані спокою є вищими, таким чином у стресогенній ситуації вони можуть мобілізувати менші енергетичні ресурси [7]. З нею погоджуються Н.Гоцуляк

і Н.Славіна, стверджуючи, що особистість із слабкою нервовою системою є набагато стресостійкою у порівнянні із тими, хто має сильний тип нервової системи [5].

**Інертність і рухливість.** О.Макарова зазначає, що особи, темперамент яких відрізняється рухливістю нервових процесів, мають високу працездатність в умовах, що характеризуються високою напруженістю. І навпаки, особи, темперамент яких відрізняється інертністю нервових процесів, мають знижену активність, високу тривожність, замкнутість, що веде до збоїв при виконанні діяльності (перераховані властивості можна вважати маркерами низької стресостійкості). Нею доведено, що велика успішність, безумовно, є стресогенною, вона властива особам із рухливістю нервових процесів [14]. Сполучення високої надійності діяльності і низької аварійності пов'язуються із високою рухливістю нервових процесів у професіях, що характеризуються екстремальними умовами її виконання. Встановлено, що найвищий показник надійності притаманний водіям, які мають середній рівень рухливості нервових процесів, а також сильну нервову систему. Між тим водії, що характеризуються інертністю нервових процесів, хоча доволі рідко порушують правила дорожнього руху, вважаються схильними до більшої аварійності [4].

Є.О. Балабушка зазначає, що особи із рухливим і лабільним типами нервової системи мають більш високі швидкісні можливості, ніж ті, хто характеризується інертним типом. Але усе залежить від конкретних ситуацій, у яких ці відмінності можуть мати яскраво виражений характер, а в інших – бути слабко вираженими і статистично незначущими. Вираженість зазначених нейродинамічних властивостей обумовлює швидкість опанування трудовими діями та операціями, темп професійної адаптації, легкість переключення на інші завдання, а також темп діяльності. Причому ці відмінності між цими обома типами обстежуваних виявлено як під час оволодіння початковими трудовими діями та операціями, так і під час виконання типових робочих операцій [2].

#### **Врівноваженість нервових процесів.**

Н.А. Липовська встановив, що при порушенні балансу нервових процесів відбувається зниження стресорезистентності [13]. Виходячи з цього, у більшості екстремальних видів діяльності великі шанси на успіх буде мати фахівець із сильною нервовою системою, при рухливою і врівноваженою. Саме таке сполучення характеристик і забезпечує високу стресостійкість у ситуаціях, наповнених несподіванками, ризиком для

життя і здоров'я індивіда. Але чи навряд це положення можна стосуватись усіх видів професійної активності, оскільки зустрічаються такі, в яких ефективність діяльності суб'єкта та використувані ним копінг-стратегії обумовлюються притаманними йому особистісними та операційними параметрами [22].

**Темперамент.** Саме у темпераменті індивіда у найбільш інтегрованому вигляді реалізується уся сукупність найважливіших його властивостей та їхніх складних утворень. Розроблено різні теорії темпераменту залежно, основу яких становлять чинники, що зумовлюють його прояви. Так, на думку Г.Айзенка, темпераменту притаманні такі лінійно-ортодоксальні симптомокомплекси, як екстравертованість-інтровертованість і нейротизм, що мають безперервний і нормальний характер розподілу [25]. Р.Кеттелл виокремив низку чинників, які по відношенню один до одного є незалежними та автономними у загальній структурі особистості та належать не тільки до темпераменту, але й до характеру [24]. К.Г. Юнг і Г.Оллпорт, визнаючи різні типи темпераменту, розглядають його як переривчасту, і у той же час якісну характеристику індивідуальних відмінностей. Е.Кречмер і У.Шелдон, які були у витоків морфологічних теорій темпераменту, постулювали, що в основі індивідуальних відмінностей перебувають особливості конституціональної організації. І.Ф. Аршава наводить дані про залежність емоційної стійкості від реактивності [1]. Л.М. Карамушка і Д.І. Куриця звертають увагу на низку темпераментних властивостей, що обумовлюють динаміку стресу: екстраверсія, ригідність, імпульсивність, тип спрямованості реакцій у фруструючих ситуаціях [8].

**Тривожність.** Більшість дослідників відзначають безпосередній вплив схильності до стресу на ступінь вираженості тривожності. К.А. Косенко і М.В. Маркова стверджують, що існує зворотня залежність між рівнем надійності прийняття індивідом рішення і рівнем його тривожності, таким чином, остання є суб'єктивним чинником, який чинить негативний вплив на надійність діяльності [11]. Вони зазначають, що надмірною вимогливістю високотривожних людей до себе у стресогенних умовах викликає у них значне нервово-психічне напруження, через що зміщується мотив їхньої діяльності і суб'єкт замість того, щоб включитись до активного пошуку способів вирішення завдання фокусує свою увагу на якості успішності тієї діяльності, що виконує. При цьому відбувається завищення значущості скоєних помилок і відповідаль-

ності за них. Першоджерелом нервово-психічної напруги, яка виникає внаслідок цього непродуктивні енергетичні витрати, які гранично підвищують «собівартість» інтелектуальної напруги.

**Гендерний аспект.** Як відомо, певні типові психологічні риси у жінок і чоловіків мають свої як фізіологічні, так і еволюційно-генетичні передумови, а інші формуються в процесі соціалізації і розвитку особистості. Хоча набуття тих чи інших рис відбувається завдяки одночасному впливу і біологічних, і соціальних чинників. Так, наприклад, рівні агресивності і домінантності (як типово чоловічі риси), мають виражений кореляційний зв'язок із рівнем концентрації андрогенів (чоловічих статевих гормонів).

Психологічна стаття радикально відрізняється від статі біологічної, але, незважаючи на це, можна припустити, що рівень стресостійкості осіб з переважанням того чи іншого психологічного гендерного начала буде визначатися умовами, в яких розгортається стресогенна ситуація, вимогами діяльності (у т. ч. професійної, статусно-рольової та ін.), а також ресурсами особистості як суб'єкта діяльності.

К.С. Лисенко і О.В. Чуєшкова вважають, що гендерний чинник обумовлює стресостійкість через специфічну гендерну вразливість та специфічні гендерні стратегії подолання наслідків стресу. Результати дослідження прояву властивостей нервової системи у відповідь на інтенсивні подразники кореспондуються з даними про більш високу стресостійкість чоловіків порівняно із жінками. Ними встановлено, що поведінка, спрямована на подолання стресу, має гендерні відмінності: чоловіки і жінки по-різному долають стресові ситуації, проте вибір копінг-поведінки в проблемних життєвих ситуаціях багато у чому визначається психосоціальним досвідом і системою ціннісної свідомості [12].

**Особистісний рівень стресостійкості.** Протягом усієї історії досліджень стресу вчені намагалися виявити ті особистісні характеристики, які сприяють успішному виходу зі стресогенної ситуації, конструктивному подоланню стресу і навіть запобіганню його. До них належать, зокрема, внутрішні мотиви діяльності, інтернальний локус контролю, задоволеність життям, усвідомленість, життєстійкість, самовпевненість.

А.Б. Колосовим виокремлено комплекс психологічних особливостей, який містить взаємозв'язані когнітивно-інтелектуальну (особливості і стильові характеристики сприйняття, пам'яті, уваги, мислення), а В.Ф. Боснюком, В.О. Олефіром

і Л.А. Перелигіною – емоційно-особистісну (емоційна стійкість, тривожність, агресивність, домінуючий емоційний фон настрою, локус контролю, спрямованість особистості, поведінкова активність) підсистему психологічних якостей особистості, пов'язаних із стресостійкістю [3; 10].

**Мотивація, установки особистості.** При дослідженні обумовленості ефективності діяльності мотиваційним чинником, автори підкреслюють її обумовленість законом Йеркса-Додсона, згідно якого, чим вищою є сила мотивації (зокрема, напруги, активації), тим вищою є результативність діяльності. Між тим, на їхню думку, такий зв'язок зберігається до певного, оптимального рівня. Після виходу за його межі подальша мотиваційно-емоційна напруга обумовлює погіршення ефективності діяльності. При цьому зазначається, що закон Йеркса-Додсона і поступовий розвиток стресу (за Г. Сельє) представляють у загальних рисах однакову за конфігурацією залежність.

О. Штепою встановлено, що індивідуальний стиль подолання стресу не має жорсткої детермінуючої залежності від нейродинамічних властивостей особистості, а обумовлюється значною мірою її психологічними ресурсами, серед яких чільне місце посідають такі суб'єктно-особистісні якості як мотиваційна спрямованість, властивості соціальної адаптивності, стратегії долаючої поведінки. На переконання дослідниці, індивідуальний стиль подолання стресу утворюється сукупністю психологічних ресурсів особистості, провідну роль яких грають якості суб'єктного рівня у структурі інтегральної індивідуальності особистості – система мотиваційної спрямованості, властивості соціальної адаптивності, і навіть сформована система конструктивних копінг-ресурсів. Ці психологічні якості суб'єктного рівня можна як базові ресурси долає поведінки, формують сукупність якостей індивідуального стилю подолання стресу [23].

**Емоційна сфера.** Як вдалося встановити Г.М. Дубчак, статичні показники (середнє та дисперсія) позитивних емоцій прямо пов'язані з особистісним потенціалом, а негативних емоцій – з характеристиками, які утрудняють оптимальне функціонування людини. Знаки кореляцій у статичних показників з особистісними характеристиками узгоджуються краще, ніж знаки кореляцій у динамічних показників. Тобто ці показники більшою мірою і частіше корелюють позитивно з характеристиками особистісного потенціалу та негативно – з характеристиками, що посилюють переживання стресу для позитивних емоцій, і, навпаки – для негативних [6].

Емоційна активація у динамічному аспекті (сумарний рівень атракторів позитивної та негативної емоцій у людини) позитивно корелює з рисами її особистісного потенціалу. Причому важливим є не стільки знак емоції, як загальний емоційний фон – рівень одночасної виразності як позитивної, так і негативної емоції.

Зв'язок між особистісними характеристиками та показниками емоційного стану по-різному проявляється для експліцитних та імпліцитних емоцій. На імпліцитному рівні більшою мірою встановлено зв'язки із динамічними показниками (ентропія, атрактор). На експліцитному рівні значущими є зв'язки із статичними показниками емоційних станів (середнє, дисперсія). Авторка припускає, що емоційні стани, визначені на експліцитному рівні, більшою мірою відображають стійкі особистісні якості, а не динаміку емоційних станів як таку.

**Самооцінка.** Свою конкретизацію ставлення до себе знаходить у такому понятті, як самооцінка, яка належить до центральних утворень особистості, до її ядра. Саме самооцінці належить особливо важлива роль у структурі відносин особистості. Її формування відбувається як під час діяльності, так і в процесі соціальної взаємодії. Вона напряму пов'язана з процесом соціальної адаптації особистості. Значущою особистісною особливістю, що підвищує стрес-толерантність

при напружених умовах діяльності, є саме адекватна висока самооцінка.

**Суб'єктно-діяльнісний рівень стресостійкості.** Як відомо, як психічні процеси, властивості особистості, так і її досвід формуються і виявляються саме у діяльності, яка, таким чином впливає на її стресостійкість. Потенціал подолання стресогенних подій відображається у виборі успішних чи неуспішних пристосувальних стратегій поведінки, а рівень розвитку та репертуар адаптаційних механізмів мають велике значення як для соціально-психологічного функціонування людини, так і для збереження її психічного благополуччя (A. Antonovsky, J.C. Coyne, R.S. S. Folkman, S. Cohen, T.A. Wills, C. Holahan et al.).

**Суб'єктні чинники стресостійкості.** Індивідуальність та особистість переважним чином формуються і проявляються саме у діяльності та в процесі суб'єкт-суб'єктних і суб'єкт-об'єктних відносин. Найбільший прояв це знаходить у стилях діяльності людини. Stevan E. Hobfoll визначає особистісні ресурси як одну з чотирьох груп ресурсів у структурі подолання стресу поряд із соціально-орієнтованими, когнітивними та інструментальними; яка містить впевненість у собі, здатність до саморозкриття, прийняття себе та інших, спрямованість на себе [27].

Таблиця 1

**Взаємозв'язок стресостійкості моряків з їхніми особистісними ресурсами на трьох вимірах дослідження, n=186**

Особистісні ресурси	2 тижні з початку рейса	2 місяця після початку рейса	2 тижні після закінчення рейса
	r		
емоційний комфорт	0,54**	0,68**	0,74**
внутрішній контроль	0,71**	0,82**	0,86**
емоційна стійкість	0,38**	0,33**	0,31**
сміливість	0,44**	0,31**	0,26**
високий самоконтроль	0,29**	0,32**	0,23**
зовнішній контроль	-0,24**	-0,22**	
довірливість	0,20**	0,19**	
практичність	0,24**		
релаксація	0,29**		
залежність	-0,23**		
комунікабельність		0,22**	0,24**
кмітливість		0,23**	
правдивість		0,21**	
уникнення боротьби		0,31**	
ескапізм			0,25**
безпечність			0,27**
виражена сила «Я»			0,39**
навіюваність			0,23**
вимогливість			0,24**
чуйність			0,25**

\*\*p<0,01.

Особистісний ресурс складається з ядра (формально-динамічні властивості та соціально-психологічні якості, що визначають загальну працездатність, динаміку, адаптацію суб'єкта, важливі для вахтової праці) та прибудови (психологічні та соціально-психологічні якості, важливі для конкретної галузі вахтової праці та для спеціаліста з певним стажем вахтової праці). Особистісні ресурси визначено як комплекс особистісних характеристик, що забезпечують ефективну адаптацію людини до умов професійної діяльності, які можна поділити на базові (затребувані протягом усього циклу) та додаткові (що актуалізуються у певні періоди). Дослідником виокремлено базові особистісні ресурси, задіяні усіх фазах циклу «адаптація – реадаптація»: емоційно-вольові характеристики особистості (емоційна стійкість, емоційна комфортність, сміливість, високий самоконтроль, внутрішній контроль) [18].

Результати проведеного нами дослідження дозволяють зробити висновки про те, що крім базових особистісних ресурсів, задіяних на усіх фазах довготривалого рейсу та після нього (емоційна стійкість, емоційна комфортність, сміливість, високий самоконтроль, внутрішній контроль), на кожній з них актуалізуються додаткові особистісні ресурси (табл. 1).

У свою чергу А.Ю. Побідаш виокремлює такі особистісні характеристики як життєстійкість, цілеспрямованість, наявність смислів та суб'єктивне благополуччя, які можуть складати особистісний ресурс, що сприяє підвищенню рівня адаптивних можливостей та збереженню здоров'я. Вона зазначає, що особистісні ресурси містять такі складові, як фізичні (здоров'я, витривалість тощо) і психологічні (переконання, самооцінка, сприйняття соціальної підтримки, мораль, особистісний контроль і т. п.) [17].

При розробці рангової структури якостей, які забезпечують життєстійкість моряка у критичній ситуації ним встановлено, що найважливішими серед них є витримка, здатність контролювати ситуацію, організованість, професійна компетентність, вміння зберігати спокій, лідерські якості, сміливість, готовність прийти на допомогу, толерантність та холоднокровність.

В.І. Мозговим запропоновано синдромальний підхід щодо визначення стресостійкості, у межах якого стресостійкість/стресовразливість розглядається як симптомокомплекс особистісних рис, що перебувають у відношеннях потенціювання, ретардації, компенсації тощо і справляють деякий комулятивний ефект на поведінку в особливих умовах діяльності. Цей

особистісний симптомокомплекс представлено як систему стресостійких рис, які визначають рівень функціональних можливостей подолання стресу. Порівняльний контент-аналіз рис стресостійкості дозволив йому виявити також особистісні риси, які незалежно від віку зберігають свій стресостійкий потенціал [15].

Суттєвою особливістю індивідуального стилю є співвідношення орієнтовних і виконавчих дій. О.А. Кириленко доведено, що у одних людей орієнтовна діяльність є більш розгорнутою і сильніше відособленою від виконавчих дій (у осіб з інертною і слабкою нервовою системою), а у інших ця діяльність є менш розгорнутою і здійснюється переважно через виконавчі дії (у осіб із рухливою і сильною нервовою системою). Ним показано зв'язок між уподобаннями щодо тих чи інших завдань і ступенем вираженості рухливості і лабільності нервової системи. Особи, у кого нервові процеси характеризуються рухливістю, надають перевагу завданням, що вимагають виконання різноманітних операцій і частих переключень, у них спостерігається прагнення урізноманітнити власну діяльність. Ті ж, у кого нервові процеси характеризуються інертністю, надають перевагу завданням, пов'язаним з одноманітними і повільними діями [9].

Щодо результативного боку індивідуального стилю, то сталі уявлення про нього ґрунтуються на імперативності трактування успішності як невід'ємної ознаки стилю. Але успішність може мати достатньо великий спектр аспектів. До того ж, висока успішність в одному аспекті діяльності (наприклад, продуктивного або якісного) може паралельно характеризуватись невисокою успішністю в іншому аспекті (наприклад, своєчасність виконання завдання). До того ж індивідуальні відмінності результату не можна ототожнювати із відмінностями в успішності конкретного виду діяльності.

Таким чином, можна зробити висновки, що психодинамічні характеристики поведінки особистості безпосередньо не впливають на успішність професійної діяльності, яка проявляється у стилі її виконання. При цьому на самі стильові характеристики впливає безліч чинників, які суб'єкт діяльності осмислює, оцінює, тільки після цього вони набувають конкретного особистісного значення і визначають його подальший вибір щодо темпів, засобів і особливостей виконання цієї діяльності. Таким чином, суб'єкт володіє певними індивідуально-психологічними властивостями, задіює їх залежно від їхньої актуальної значущості, наповнює значенням обрані способи

досягнення очікуваного результату. Із цього виходить, що стратегії вибору обумовлюють формування стилю конкретної професійної діяльності, а в кінцевому рахунку і індивідуального стилю конкретної особистості.

**Висновки.** Стресостійкість фахівця як суб'єкта діяльності розглядається, з одного боку, як загальна стресостійкість при виконанні діяльності як такої взагалі; і як стресостійкість при виконанні конкретного виду професійної діяльності, зокрема (професійна стресостійкість). Дослідження теоретико-прикладних аспектів розвитку професійної стресостійкості, аналіз соціальних,

інституційних, професійно-діяльнісних та особистісних чинників, що впливають на виникнення професійних стресів, зумовили необхідність розробки структурно-функціональної моделі, спрямованої на розвиток професійної стресостійкості фахівця морського транспорту. Організаційну структуру цієї моделі склали такі блоки: концептуальний, цільовий, змістовно-технологічний, процесуально-діяльнісний та результативний. Структурні блоки моделі є системно детермінованими, що забезпечує її організаційно-концептуальну цілісність і є важливою умовою впровадження цієї моделі у практику.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика: дис... д-ра психол. наук. Дніпропетровськ, 2007. 480 с.
2. Балабушка Є.О. Динаміка ригідності комбатантів у процесі адаптації до умов мирного життя: дис. ... канд. психол. н. Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, Хмельницький, 2018. 169 с.
3. Боснюк В.Ф., Олефір В.О., Перелигіна Л.А. Інтелектуально-емоційний ресурс копінг-поведінки рятувальника. Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2016. 158 с.
4. Бриндіков Ю.Л. Розвиток професійної готовності водіїв автотранспорту до дій в екстремальних ситуаціях: дис. канд. психол. н. Хмельницький, НА ДПСУ ім. Б.Хмельницького. 2009. 198 с.
5. Гоцуляк Н., Славіна Н. Нервово-психічна нестійкість і способи її діагностики у військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. №3(67). 2022. С. 40-46.
6. Дубчак Г.М. Психологія становлення професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій: дис. ... д-ра психол. наук. К. 2018. 387 с.
7. Зелінська Я.Ц. (2014). Ресурсний підхід до аналізу стратегій подолання стресу. *Ринок праці та зайнятість населення*. №4. Available at: <http://ipk.edu.ua/journal/2011-4.pdf#page=38>.
8. Карамушка Л.М., Куриця Д.І. (2013). Психологічні чинники професійного стресу у держслужбовців. *Теорія і практика управління соціальними системами*. №1. С. 112–125.
9. Кириленко О.А. Психологічні детермінанти професійного стресу у представників професії типу «людина – людина»: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київський національний університет імені Тараса Шевченка. К., 2007. 24 с.
10. Колосов А.Б. Когнітивний ресурс підвищення стрес-стійкості кваліфікованих спортсменів (на прикладі студентів ВНЗ фізкультурного профілю): автореф. дис. ... канд. психол. наук. Центр. ін-т післядиплом. пед. освіти АПН України. К., 2007. 20 с.
11. Косенко К.А., Маркова М.В. Особливості психосоціального стресу й тривожно-депресивного реагування у представників командного і робітничого складу морського торговельного і пасажирського флотів. *Український вісник психоневрології*. 2020. Том 28. Випуск 1(102). С. 54-59.
12. Лисенко К.С., Чуєшкова О.В. Гендерні особливості стресостійкості та пізнавальних процесів до та після стресової ситуації. Гендерна політика очима української молоді, 30 листопада 2016 р., ХНУМГ ім. О.М. Бекетова.
13. Липовська Н.А. (2010). Особливості управління стресами в професійній діяльності державних службовців. Публічне адміністрування: теорія та практика. Available at: <http://www.dridu.dp.ua/zbirnik/2010-01/10lnadds.pdf>.
14. Макарова О. Стресостійкість працівників поліції в залежності від типу темпераменту. *Norwegian Journal of development of the International Science*. No 55. 2021. С. 65-69.
15. Мозговий В.І. Особистісний симптомокомплекс стресостійкості/стресовразливості у військовослужбовців служби правопорядку: автореф. дис. канд. психол. наук. Харківський університет Повітряних сил ім. І.Кожедуба, 2006. 23 с.
16. Онищенко Н.В. Теорія і практика екстренної психологічної допомоги постраждалим у надзвичайних ситуаціях: дис. д-ра психол. н. Харків, 2015. 392 с.
17. Побідаш А.Ю. Психологічні особливості життєвої стійкості моряків – жертв піратського полону: дис. канд. психол. наук. Національний університет цивільного захисту України. Харків, 2012. 296 с.
18. Психологічні особливості базових копінг-стратегій та особистісних копінг-ресурсів працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: монографія. Назаров О.О., Оніщенко Н.В., Садковий В.П., Садковий О.В., Склень О.І., Тімченко О.В. Харків: НУЦЗУ. 2008. 186 с.

19. Сафін О.Д., Калишенко К.М. Особливості впливу поведінки і ставлення хворого з ішемією серця до тяжкості хвороби та її перебігу. *Вісник Національного університету оборони України*. № 6, 2021. С. 58-64.
20. Сусак Г.М., Луценко О.Л. Модель стресостійкості для військовослужбовців різних рангів / Проблеми оптимального функціонування особистості в сучасних умовах: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 25 жовтня 2018 р., м. Харків. ХНУ імені В.Н. Каразіна. С. 185-186.
21. Тептюк Ю.О. Модель стресостійкості соціальних працівників різних вікових груп. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України Серія психологічні науки*. Вип. 14(3). 2020. С. 252-267.
22. Федосова Л. (2014). Копінг-стратегії: як подолати життєві труднощі? *ПерсонаL*. №6. Available at: <http://www.persona-l.pp.ua/rubrics/poznavatelno/kopng-strateg-yak-podola...>
23. Штепа О. (2020). Ресурсна насиченість особистості. *Проблеми сучасної психології*. Вип. 47. С. 231–252.
24. Cattell R.B. Handbook for the sixteen personality factor Questionnaire (16 PF) / R.B. Cattell, H.W. Eber, M.M. Tatsuoka. Champaign, Illinois, 1970.
25. Eysenk H.J. Biological aspects of personality. London, 1965.
26. Friedman M.I. The physiological psychology of hunger: a physiological perspective / M.I. Friedman, E.M. Stricker. *Psychological Review*. 1976. Vol. 83. P. 401-431.
27. Stevan E. Hobfoll (1989). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, No. 44 (3). Pp. 513–524.