

УДК 303.725.3:376:37.091.212]159.944.4-026.564

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.4.7>**Маргарита КУДИНОВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти та психології,
КЗВО «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради, вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Україна, 69017
ORCID: 0000-0002-0599-4708

Marharyta KUDINOVA

Candidate of Psychological Sciences, Assistant Professor at the Department
of Special Education and Psychology, Municipal Institution of Higher Education
“Khortytzia National Educational and Rehabilitation Academy”
of Zaporizhzhia Regional Council, 59 Naukove Mistechko str., Zaporizhzhia, Ukraine, 69017
ORCID: 0000-0002-0599-4708

**ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ
СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ****EMPIRICAL STUDY OF STRESS RESISTANCE LEVELS
OF STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS**

Актуальність емпіричного дослідження стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами обумовлюється тим, що на сьогодні не існує єдиної системи визначення рівня стресостійкості студентів, не визначені чіткі критерії та показники стресостійкості.

Мета даної статті – визначити рівні стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами; здійснити порівняльний аналіз стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами та здорових студентів.

У результаті дослідження виділено два критерії стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами: особистісний (внутрішній) та соціальний (зовнішній). Показниками сформованості критеріїв визначено нервово-психічну стійкість, домінуючий стан, загальну стресостійкість, стресостійкість у навчальній діяльності, суб'єктивне переживання щастя, стан фрустрації та життєстійкість.

Доведено, що стресостійкість студентів з ООП обумовлена їх соціальною ситуацією розвитку та умовами життєдіяльності. Встановлено, що такі студенти характеризуються нижчим рівнем нервово-психічної стійкості, більш пасивним ставленням до ситуації стресу, зниженим тонусом, неспокоєм, більшою мінливістю емоційного тону, негативним образом себе у порівнянні зі здоровими студентами. Підтверджено, що більшість студентів з ООП мають низький рівень стресостійкості, нижчий рівень суб'єктивного почуття щастя, більш виражені стани фрустрації у стресі, нижчий рівень життєстійкості, ніж здорові студенти.

Ключові слова: стрес, стресостійкість, компоненти, критерії, показники та рівні стресостійкості, внутрішні (особистісні) та зовнішні (соціальні) ресурси стресостійкості.

The relevance of the empirical study of stress resistance of students with special educational needs is highlighted by the fact that to this day there exist neither a single system for determining the level of stress resistance among students nor clear criteria and indicators of stress resistance.

The aim of this paper is to determine the levels of stress resistance of students with special educational needs as well as to carry out a comparative analysis of stress resistance of students with special educational needs and healthy students.

As a result of the research, two criteria of stress resistance of students with special educational needs were identified: personal (internal) criterion and social (external) criterion. Indicators of the formation of criteria are determined by neuropsychological stability, dominant state, general stress resistance, stress resistance in educational activities, subjective experience of happiness, frustration and vitality.

It is proved that the stress resistance of students with SEN is caused by the situation of their social development and their conditions of living. It was found out that such students are characterized by the lower level of neuropsychological stability, more passive attitude to stress, low tonus, anxiety, greater variability of emotional tone and negative self-image when compared to healthy students. It was confirmed that most students with SEN have the low level of stress resistance, lower level of subjective experience of happiness, more pronounced frustration states in stress situation, and lower levels of vitality than healthy students.

Key words: stress, stress resistance, component, criterion, indicator, level, internal (personal) and external (social) stress-resistance resources.

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується значними політичними, соціальними, економічними і культурними перетвореннями, що спричиняють вплив стрес-факторів на молоду людину. При цьому основною проблемою є не сам вплив стрес-факторів (оскільки існування людини неможливе без них), а їхня різноманітність за природою походження, тривалістю й інтенсивністю впливу, специфічністю реакцій.

Однією з найбільш вразливих категорій, що страждають від впливу стрес-факторів, стають студенти з особливими освітніми потребами (ООП). По-перше, вони потребують додаткової постійної чи тимчасової підтримки в освітньому процесі з метою забезпечення їх права на освіту; по-друге, різноманітність, патогенез, природа та інтенсивність стресорів, що впливають таких студентів є ширшою у порівнянні зі здоровими однолітками; по-третє, юнацький вік характеризується значною кількістю стресових ситуацій, по-четверте, сильним додатковим стресором останніх років є пандемія COVID-19.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема діагностики стресостійкості особистості активно вивчається сучасними дослідниками (D. Terrence, M. Quinn, J. Cidlowski, N. Victoria, A. Murphy, J. Sheridan, A. Андреева, С. Богданов, В. Казібекова, В. Корольчук, А. Еккерман, Я. Овсяннікова, Г. Ришко, Т. Руда, Х. Стельмашук, В. Степаненко, М. Хуторна, Т. Циганчук та ін.). Їх роботи присвячені виокремленню, обґрунтуванню критеріїв стресостійкості з різних аспектів: відповідно до сфери діяльності особистості, до умов професійної діяльності, до екстремальних ситуацій тощо.

Водночас, спеціальні дослідження, присвячені вивченню стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами, проводяться недостатньо, хоча ця проблема є надзвичайно важливою для сучасного суспільства.

Мета дослідження: визначити рівні стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами; здійснити порівняльний аналіз стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами та здорових студентів.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення); *емпіричні* (блок методик для вивчення біологічних та особистісних ресурсів стресостійкості, а саме: методика визначення нервово-психічної стійкості, ризику дезадаптації в стресі «Прогноз», тест на визначення стресостійкості особистості М. Падун, методика

діагностики стресостійкості у навчальній діяльності А. Андреевої, методика визначення домінуючого стану: короткий варіант Л. Кулікова, тест життєстійкості С. Мадді; б) блок методик, які діагностують індикатори психологічного благополуччя, зокрема поведінково-регулятивний компонент стресостійкості, а саме: методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда в адаптації О. Осницького, методика «Індекс життєвого стилю», методика «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана, методика «Шкала базисних переконань» Р. Янофф-Бульман у модифікації М. Падун, методика діагностики ірраціональних установок Елліса, «Стиль саморегуляції навчальної діяльності – ССУД-М-2011»). Статистичний аналіз здійснювався за допомогою пакету статистичних програм Statistica 6.0.

Виклад основного матеріалу. Стрес зазвичай концептуалізується як деструктивний внутрішньоособистісний емоційний досвід, який впливає особистість [7, с. 1131].

Стресостійкість – це системна характеристика особистості, що ґрунтується на сукупності вроджених і надбаних психофізіологічних якостей, складається з особистісного та поведінкового компонентів, виражається у здатності витримувати значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, керувати власними емоціями, успішно здійснювати життєдіяльність без шкідливих наслідків для здоров'я [2, с. 51]. На стресостійкість впливають індивідуальні, сімейні та соціальні фактори, які є динамічними протягом усього життя [6, с. 1].

Стресостійкість особистості складають дві групи ресурсів: зовнішні (соціальні) та внутрішні (особистісні). Внутрішні ресурси є фундаментом стресостійкості. Вони поділяються на три групи: біологічні, особистісні та поведінкові ресурси. До особистісних ресурсів входять особистісний, емоційний, когнітивний та мотиваційно-вольовий компоненти [3, с. 165]. Названі компоненти стресостійкості взаємопов'язані між собою, такий зв'язок має не сумарний, а інтегративний характер, обумовлений тим, що стресостійкість розглядається нами як системна характеристика особистості.

З метою дослідження стресостійкості студентів з ООП ми визначили критерії, показники та рівні її сформованості. Поняття «критерій» визначається як ознака, на основі якої здійснюється оцінка, визначення або класифікація чого-небудь [4, с. 59]. Критерій у психології – це ознака, за якою класифікуються, оцінюються (і одержують оцінки)

відповідним індикатором психічні явища, дії або діяльність [5, с. 164]. У контексті нашого дослідження під критеріями будемо розуміти групи ресурсів стресостійкості, які відображають її найсуттєвіші характеристики і підлягають оцінюванню.

Критерії, зазвичай, передбачають показники. Показники – це дані (характерні риси, якісні/кількісні властивості), на підставі яких можна робити висновки про результат якого-небудь процесу [1, с. 1024]. Показники, через які виражаються критерії досліджуваного об'єкта, диференціюються рівнями вимірювання та певною мірою прояву.

Розглядаючи наступну категорію нашого дослідження – рівні розвитку стресостійкості студентів з ООП, звернемо увагу на розуміння поняття «рівень». Даний термін зустрічається у психологічній літературі, коли мова йде про оцінку розвитку певної якості особистості або ступінь її сформованості. Рівнем вимірювання називають кількість або якість отримуваної інформації, результат досягнення чого-небудь [5, с. 380]. У більшості випадків дослідники вирізняють високий, середній та низький рівні сформованості (розвитку) критеріїв. На нашу думку рівень розвитку стресостійкості визначається ступенем вираженості у студентів з ООП критеріїв та показників, що входять до складу стресостійкості.

У відповідності до вищезгаданих понять, стресостійкість передбачає визначення ознак (критеріїв) і характерних особливостей (показників) розвитку, а також рівневих ступенів її вияву. Відповідно до структури стресостійкості в якості критеріїв ми виділили особистісний (внутрішній) та соціальний (зовнішній). Показниками ми визначаємо нервово-психічну стійкість, домінуючий стан, загальну стресостійкість, стресостійкість у навчальній діяльності, суб'єктивне переживання щастя, стан фрустрації та життєстійкість.

У ході дослідження, спрямованого на визначення рівнів стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами була сформована вибірка із 79 студентів комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради (експериментальна група – 35 осіб, контрольна група – 43 особи). Вивчення стресостійкості студентів з особливими освітніми потребами передбачало виявлення її специфіки у порівнянні зі здоровими студентами. З цією метою виділені параметри стресостійкості були порівняні за рівнем в експериментальній групі (ЕГ – студенти з ООП) та контрольній групі (КГ – здорові студенти).

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем нервово-психічної стійкості (рис. 1).

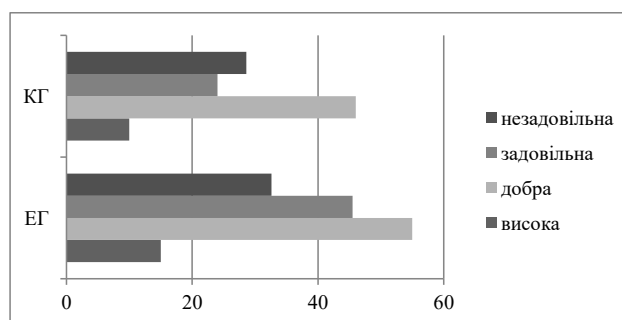


Рис. 1. Розподіл студентів за рівнем нервово-психічної стійкості

На відміну від студентів КГ, студенти ЕГ характеризуються переважно задовільним (45,5% вибірки) та незадовільним рівнем (32,6% вибірки) нервово-психічної стійкості ($\chi^2_{\text{Емп}}=73,235$, $p<0,0001$). У більшій частині студентів КГ на високому рівні розвинута нервово-психічна стійкість, на відміну від студентів ЕГ, серед яких переважає недостатній рівень нервово-психічної стійкості. Такий ключовий біологічний ресурс стресостійкості, як нервово-психічна стійкість, у студентів ЕГ має недостатній рівень розвитку.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем прояву домінуючого стану (рис. 2). За показниками активного ставлення до ситуації стресу ($\chi^2_{\text{Емп}}=40,855$, $p<0,0001$), тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=58,704$, $p<0,0001$), спокою ($\chi^2_{\text{Емп}}=35,759$, $p<0,0001$), стійкості емоційного тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,075$, $p<0,0001$), позитивного образу себе ($\chi^2_{\text{Емп}}=163,982$, $p<0,0001$) переважають студенти КГ. За рівнем задоволеності життям статистично значущих відмінностей встановлено не було ($\chi^2_{\text{Емп}}=1,808$). Отже, у ситуації стресу студенти ЕГ характеризуються меншим спокоєм, пасивністю у подоланні труднощів, більшою емоційністю, більш критичним ставленням до себе, звинувачують себе у причинах складної ситуації. Лише 2,8% студентів ЕГ мають високий рівень спокою у стресових ситуаціях (хоча серед студентів КГ цей показник сягає 24%).

Тільки 3,7% студентів ЕГ характеризуються вираженим позитивним образом Я (при цьому у здорових студентів цей показник становить 68%). Отже, студенти ЕГ загалом характеризуються гіршими показниками психічного стану – більшою тривожністю, пасивністю у подоланні труднощів, негативним самостваренням. Втім, відсутність

статистично значущих відмінностей у рівні задоволеності життям студентів контрольної та експериментальної груп вказує на ознаки кризи особистісного та професійного самовизначення.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за стресостійкістю (рис. 3).

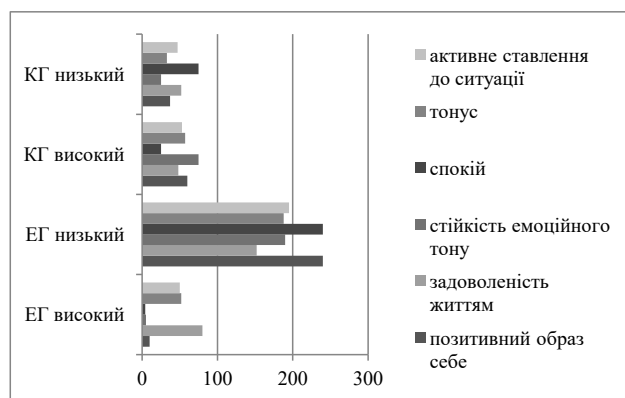


Рис. 2. Розподіл студентів за рівнем прояву домінуючого стану

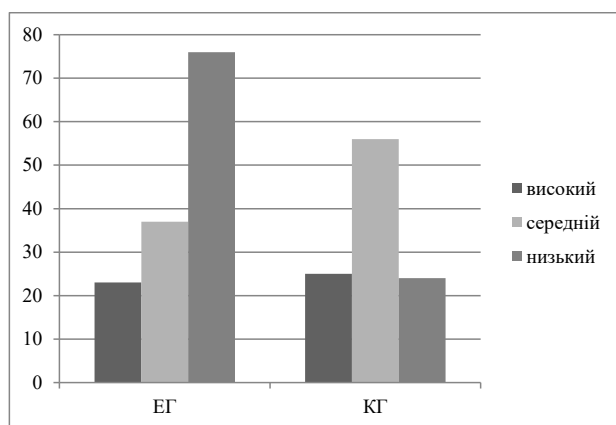


Рис. 3. Розподіл студентів за рівнем стресостійкості

Більшість студентів ЕГ (76% вибірки) мають низький рівень стресостійкості, а серед студентів КГ домінує середній рівень (56% вибірки). Відмінності між студентами за рівнем стресостійкості є статистично значущими ($\chi^2_{\text{Емп}}=96,750, p<0,0001$).

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за стресостійкістю у навчальній діяльності (рис. 4).

За рівнем стресостійкості у навчальній діяльності відмінностей у розподілі студентів не було встановлено ($\chi^2_{\text{Емп}}=1,334, p>0,05$). Більшість студентів ЕГ (38% вибірки), так само як і більшість студентів КГ (43% вибірки) мають середній рівень стресостійкості у навчальних ситуаціях.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем суб'єктивного переживання щастя (рис. 5).

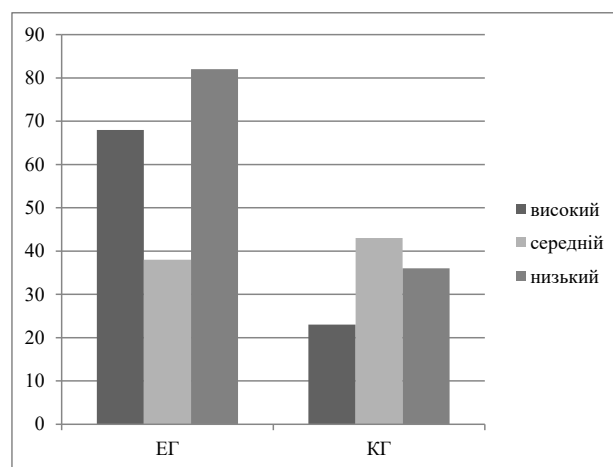


Рис. 4. Розподіл студентів за рівнем стресостійкості у навчальній діяльності

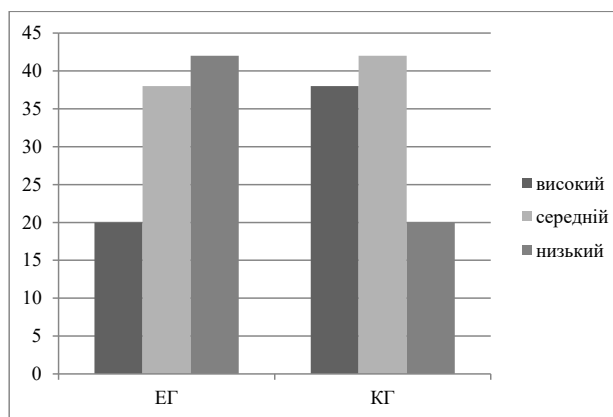


Рис. 5. Розподіл студентів за рівнем суб'єктивного переживання щастя

В студентів ЕГ встановлено перевагу середнього рівня суб'єктивного почуття щастя, на відміну від студентів КГ, в яких переважає середній та високий рівень ($\chi^2_{\text{Емп}}=19,905, p<0,0001$). 38% студентів ЕГ характеризуються середнім рівнем суб'єктивного щастя. Попри відсутність відмінностей за показниками задоволеності життям та загальної стресостійкості студентів контрольної та експериментальної груп, студенти КГ характеризуються більшим почуттям щастя, ніж студенти ЕГ.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем фрустрації (рис. 6).

У студентів ЕГ більш вираженими є стани фрустрації у стресі ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,353, p<0,0001$). 62,3% вибірки досліджуваних ЕГ характеризуються схильністю до станів фрустрації у

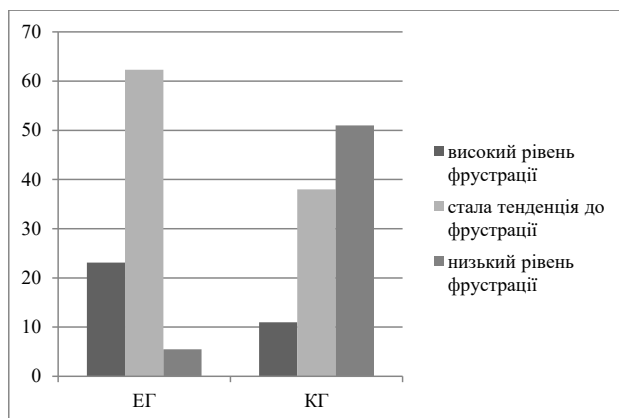


Рис. 6. Розподіл студентів за рівнем фрустрації

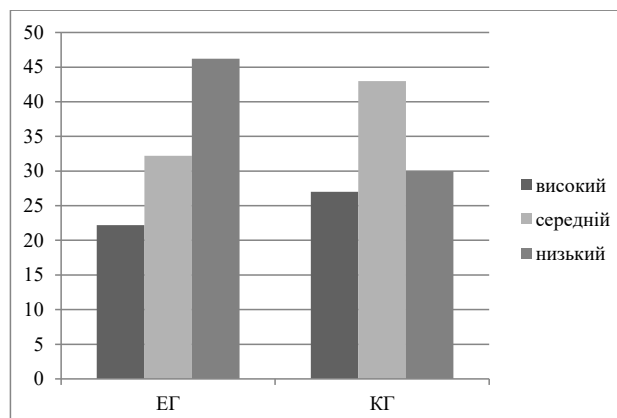


Рис. 7. Розподіл студентів за рівнем життєстійкості

стресі, а у 23,1% досліджуваних спостерігається високий рівень фрустрації. В 51% студентів КГ встановлено низький рівень фрустрації. Отже, для студентів з ООП більшою мірою властиві стани фрустрації у ситуаціях стресу. Зазначені результати підтверджують отримані вище відмінності у показниках домінуючого стану та нервово-психічної напруги на користь здорових студентів.

Розглянемо відмінності у розподілі студентів за рівнем життєстійкості (рис. 7). В EG переважає середній (32,2% вибірки) і низький (46,2% вибірки) рівень життєстійкості, у той час як студенти КГ характеризуються майже рівномірним розподілом життєстійкості за рівнем розвитку ($\chi^2_{\text{Емп}}=0,526$, $p>0,05$).

Отже, стресостійкість студентів з ООП має загалом нижчий рівень за більшістю показників біологічного та особистісного ресурсу у порівнянні зі здоровими студентами.

Висновки. В результаті емпіричного дослідження встановлено, що студенти з ООП характеризуються переважно задовільним (45,5% вибірки) та незадовільним рівнем (32,6% вибірки) нервово-психічної стійкості на відміну від здорових студентів, у яких переважає високий рівень стійкості ($\chi^2_{\text{Емп}}=73,235$, $p<0,0001$). За показниками активного ставлення до ситуації стресу ($\chi^2_{\text{Емп}}=40,855$, $p<0,0001$), тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=58,704$, $p<0,0001$), спокою ($\chi^2_{\text{Емп}}=35,759$, $p<0,0001$), стійкості емоційного тону ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,075$, $p<0,0001$), позитивного

образу себе ($\chi^2_{\text{Емп}}=163,982$, $p<0,0001$) переважають здорові студенти. Більшість студентів з ООП (76% вибірки) мають низький рівень стресостійкості, а серед здорових студентів домінує середній рівень (56% вибірки). Відмінності між студентами за рівнем стресостійкості є статистично значущими ($\chi^2_{\text{Емп}}=96,750$, $p<0,0001$). У студентів з ООП встановлено перевагу середнього рівня суб'єктивного почуття щастя, на відміну від здорових студентів, в яких переважає середній та високий рівень ($\chi^2_{\text{Емп}}=19,905$, $p<0,0001$). Більш вираженими є стани фрустрації у стресі у студентів з ООП ($\chi^2_{\text{Емп}}=50,353$, $p<0,0001$). Також у них переважає середній (32,2% вибірки) і низький (46,2% вибірки) рівень життєстійкості, у той час як здорові студенти характеризуються майже рівномірним розподілом життєстійкості за рівнем розвитку ($\chi^2_{\text{Емп}}=0,526$, $p>0,05$).

Доведено, що стресостійкість студентів з ООП обумовлена їх соціальною ситуацією розвитку та умовами їх життєдіяльності. Вони характеризуються нижчим рівнем нервово-психічної стійкості, більш пасивним ставленням до ситуації стресу, зниженим тонусом, неспокоєм, більшою мінливістю емоційного тону, негативним образом себе у порівнянні зі здоровими студентами. Більшість студентів з ООП мають низький рівень стресостійкості, нижчий рівень суб'єктивного почуття щастя, більш виражені стани фрустрації у стресі, нижчий рівень життєстійкості, ніж здорові студенти.

Література:

1. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / голов. ред. В. Т. Бусел. Київ ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
2. Кудінова М. С. Концепт стресостійкості у сучасному психологічному дискурсі. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. № 6 (25). С. 48–54.
3. Кудінова М. С. Структурно-компонентний аналіз феномена стресостійкості особистості. *Вісник Східноукраїнського національного університету імені В. Даля. Теоретичні та прикладні проблеми психології*. 2018. № 1 (45). С. 156–173.

4. Новиков А. М. Методология: словарь системы основных понятий. 2013. 208 с.
5. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів : словник / В. Й. Бродовська, В. О. Грушевський, І. П. Патрик. Київ : ВД «Професіонал», 2007. 512 с.
6. Green M., Piotrowska P., Tzoumakis S., Whitten T., Laurens K., Butler M., Katz I., Harris F., Carr V. Profiles of Resilience from Early to Middle Childhood among Children Known to Child Protection Services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. 2021. № 23. P. 1–13.
7. Park J., Carrillo B., Mendes W. Is Vicarious Stress Functionally Adaptive? Perspective-Taking Modulates the Effects of Vicarious Stress on Future Firsthand Stress. *Emotion*. 2021. № 21(6). P. 1131–1143.

References:

1. Busel, V. T. (2005). Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (z dod. i dopov.) [*Large explanatory dictionary of the modern Ukrainian language*]. Kyiv; Irpin: VTF «Perun» [in Ukrainian].
2. Kudinova, M. S. (2016). Kontsept stresostiikosti u suchasnomu psykholohichnomu dyskursi [*Concept «stress resistance» in modern psychological discourse*]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriya «Psykhologichni nauky» – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series «Psychological Sciences», 6 (25), 48–54 [in Ukrainian].
3. Kudinova, M. S. (2018). Strukturno-komponentnyi analiz fenomena stresostiikosti osobystosti [*Structural and component analysis of stress resistance of a person*]. Visnyk Skhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu imeni V. Dalia. Teoretychni ta prykladni problemy psykholohii – "Theoretical and applied problems of psychology" Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University, 1 (45), 156–173 [in Ukrainian].
4. Novikov, A. M. (2013). Metodologiya: slovar sistemy osnovnykh ponyatiy [*Methodology: a dictionary of the system of basic concepts*]. Moskva: Librokom [in Russian].
5. Brodovska, V. Y., Hrushevskiy, V. O., Patryk, I. P. (2007). Tlumachnyi rosiisko-ukrainskyi slovnyk psykholohichnykh terminiv [*Explanatory Russian-Ukrainian dictionary of psychological terms*]. Kyiv: VD «Profesional» [in Ukrainian].
6. Green, M., Piotrowska, P., Tzoumakis, S., Whitten, T., Laurens, K., Butler, M. et al. (2021). Profiles of Resilience from Early to Middle Childhood among Children Known to Child Protection Services. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 23, 1–13 [in English].
7. Park, J., Carrillo, B., Mendes, W. (2021). Is Vicarious Stress Functionally Adaptive? Perspective-Taking Modulates the Effects of Vicarious Stress on Future Firsthand Stress. *Emotion*, 21(6), 1131–1143 [in English].