

УДК 364.012

Пахомова Д.А.¹

Баршацька Г.Ю.²

¹ студ. гр. СН-212м НУ «Запорізька політехніка»

² канд. соц. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ СОЦІАЛЬНОГО РОБІТНИКА

Соціальна робота є невід'ємною складовою суспільства будь-якої країни, яка спрямована на підтримку тих верств населення, які у певний період часу є нездатними до ефективної самостійної адаптації до умов суспільного життя. Надзвичайно важливим завданням є системна підготовка

висококваліфікованих соціальних працівників, які здатні підтримувати та розвивати власну стійкість до стресів, що забезпечує успішність виконання фахівцями соціальної сфери їх професійних обов'язків.

Стресостійкість є системною динамічною властивістю, яка визначає здатність людини справлятися із багатьма стресогенними ситуаціями, активно їх змінювати чи пристосовуватись до них без шкоди для свого здоров'я та зберігати ефективність виконуваної діяльності. Отже, вона активізує емоційну, когнітивну та поведінкову сфери особистості, тому доцільним є дослідження не лише загального рівня стійкості до стресу, а й особливостей розвитку її структурних компонентів.

Стрес може викликатися конфліктною ситуацією, особливостями режиму здійснюваної діяльності та багатьма іншими чинниками. Закономірним наслідком стресових станів є зниження продуктивності різних видів діяльності, порушення психічного і соматичного здоров'я людини. Сучасні умови життя і діяльності висувають підвищені вимоги до адаптивних механізмів людини. Велика кількість різних видів інтенсивного стресового впливу викликають різні форми дезадаптації, нервово-психічні та психосоматичні порушення, посттравматичні стресові розлади.

Інтенсивний стрес-вплив субекстремальних обставин на людину може бути настільки сильним, що особистісні властивості вже не відіграють вирішальної ролі в розвитку посттравматичного стресового розладу, який може розвинути практично в кожній здоровій і емоційно стійкій людині. Джерелом стресу стають і міжособистісні відносини. Коли виникають нові умови, відбувається перебудова, яка через низку перетворень відновлює попередню рівновагу, але вже на іншому рівні. Нові умови можуть визначатися не тільки фізичними подразниками, але й психологічними причинами. Незважаючи на те, що вивчення стресу та стресостійкості особистості набуло широкої популярності, однак, дослідження стресостійкості соціальних робітників мають досить обмежений характер, особливо у випадках роботи з соціальними групами населення. Тому, обрана тема дослідження представляється досить актуальною як в теоретичному, так і в практичному плані дослідження, а також потребує розробки ефективних методів формування стресостійкості.

Дослідження проводиться на базі Комунальної установи «Центр надання соціальних послуг» Михайлівської сільської ради у дослідженні взяли участь троє соціальних робітників.

Надійність та вірогідність результатів дослідження забезпечувалася використанням методів, що релевантні меті, об'єкту, предмету та завданням дослідження, а також використання кількісного та якісного аналізу результатів дослідження, із застосуванням факторного аналізу.

В даній роботі було проаналізовано концептуальні підходи до причин виникнення стресу та його впливу на життєдіяльність особистості було виявлено, що стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на дуже сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму, а також відповідна реакція нервової системи.

За результатами проведеного дослідження виявлено, що соціальні робітники з високим рівнем нервово-психічної стійкості до стресу, позитивно сприймають свою професію, задоволені нею, мають великий потенціал до реалізації своїх можливостей та здібностей, оскільки, виділили такі асоціації як допомога, розвиток, вдячність, відповідальність.

Оскільки було виявлено, що соціальні робітники, які мають високий рівень нервово-психічної стійкості до стресу виділяють асоціації, що пов'язані з роботою, які мають позитивне забарвлення, а це свідчить про задоволення в професійній сфері і навпаки досліджувані з низьким рівнем нервово-психічної стійкості виділяють асоціації які мають негативне забарвлення.

При повторному проведенні дослідження після застосування тренінгової роботи було виявлено, що рівень нервово-психічної стійкості в стресі у досліджуваних соціальних робітників підвищився, що може свідчити про ефективність обраної тренінгової роботи. Запропонована тренінгова програма допомогла соціальним робітникам освоїти прийоми самостійної регуляції внутрішніх станів, а також посилити стресову стійкість організму, зміцнити здоров'я.