

УДК 159.9

Колодич Ю.М.¹, Федорчук Р.Ю.²

¹викладач Рівненський фаховий коледж інформаційних технологій, м. Рівне

²викладач Рівненський фаховий коледж інформаційних технологій, м. Рівне

ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВОЇ ЯКОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СФЕРИ ОБСЛУГОВУВАННЯ

У сучасну епоху все більш актуальнішим стає питання виховання молодих кадрів. Формування нової людини, як спеціаліста, яке включає в себе гармонійне поєднання духовних цінностей, принципів моралі з розвитком професійних якостей – це необхідна умова сучасного здорового суспільства.

Важливими факторами, що впливають на формування майбутніх фахівців сфери обслуговування є вимоги, які висувають сучасні роботодавці до своїх майбутніх працівників. Окрім професійної компетентності були висунуті такі якості: відповідальність, комунікабельність, стресостійкість, цілеспрямованість, здатність до навчання та ін. І якщо раніше ці якості займали більш низькі позиції у списку вимог роботодавців, то сьогоднішній світ висуває нові вимоги.

Пандемія, карантин, світова економічна криза, а особливо початок військових дій на території нашої держави, ввели багатьох у стан стресу, який вплинув на якість роботи, креативність чи критичне мислення. Працівники втратили важливі Soft skills і стали не такими продуктивними. Тож зрозуміло, чому роботодавці в кризових умовах хочуть бачити у своїй команді по-справжньому стресостійких працівників, які дивують результатами роботи, попри будь-які зовнішні обставини.

Є люди з вродженою стресостійкістю, яка передалася їм від минулого покоління. Вони володіють такими якостями, як легкість характеру і розвинене почуття гумору. Ці люди швидко знаходять вихід зі стресових ситуацій, і вони не відображаються на їх емоційному стані в повній мірі. Але якщо генетика не нагородила подібними якостями, стресостійкість можна розвинути.

Професійний стрес у сфері обслуговування є явищем, що досить часто зустрічається, бо залучений тут персонал можна віднести до працівників професіоналів типу «людина-людина» (за Є.А. Клімовим). В останній час професійному (робочому) стресу приділяють особливу увагу, оскільки цей фактор безпосередньо впливає на працездатність персоналу, а також на продуктивність та якість його праці.

Наявність великої кількості напружених ситуацій у професійній діяльності сучасної людини, їхня динаміка та інтенсивність призвели до виявлення такого різноманітного феномена, як професійний стрес.

У поточних умовах розвиток стресостійкості особливо важливий. Це може позитивно вплинути на здоров'я і результати, яких працівник досягне у житті. З цією метою керівництво закладу може організувати проведення тренінгових

занять, що спрямовані на підвищення рівня стресостійкості майбутніх фахівців сфери обслуговування.

Ядром процесу становлення професійної стресостійкості є розвиток особистості в процесі професійного навчання, освоєння професії та виконання професійної діяльності.

Становлення професійної стресостійкості на етапі адаптації до професії означає, що здобувач освіти, долаючи різноманітні стресові ситуації в процесі адаптації, освоює правила, норми, професійну діяльність та професійне спілкування. Якщо адаптація здобувача освіти у закладі освіти відбулася, розпочинається процес індивідуалізації пізнавальної діяльності й поведінки, з'являється настанова на розвиток індивідуальних якостей пізнавальних процесів, формується індивідуальний стиль розумової діяльності. До того ж, важливим є усвідомлення студентом своїх індивідуальних властивостей і свідоме використання їх для досягнення позитивних результатів. Інтеграція завершує процес професійного становлення майбутніх фахівців: виникає спрямованість особистості на виконання професійної ролі, формуються професійні здібності в сукупності професійних якостей. У здобувача освіти завершується професійне становлення, визначається професійне спрямування особистості, а також модель майбутньої професійної діяльності. Усе це відбувається через професійну ідентифікацію та самопрезентацію. У здобувача освіти починають формуватися професійні риси особистості, які забезпечують оптимальне успішне досягнення мети трудової діяльності.

Список використаних джерел:

1. Вербицька Л. Стресостійкість як складник успішного розвитку працівників сфери маркетингу. *Психологічний журнал Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. 2025. № 14. С. 17–23.

2. Дубчак Г.М. Психологія становлення професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціологічних професій.: дисерт. доктора психолог. наук 19.00.07 Київ, 2018. 168 с.