

Відповідно до отриманих даних, вивчення психології, соціальних взаємодій та емоційної компетентності може відігравати вирішальну роль у формуванні кращих показників стресостійкості у студентів цієї спеціальності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дубчак Г. М. Розуміння стресостійкості у психологічній літературі. *Науковий вісник Чернівецького університету*. Зб. наук. праць. Вип. 649. Педагогіка та психологія. Чернівці: Чернівецький нац. університет, 2014. С. 39–47.
2. Pichurin V. V. Coping-strategii studentiv i psihologichna gotovnist' do profesijnoi praci [Coping strategies of students and psychological readiness for professional work]. *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 2015. Vol. 2, P. 53–59.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ПРАЦІВНИКІВ ФІНАНСОВИХ УСТАНОВ

Шиян О. С.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
shiyanelena84@gmail.com*

Життя і діяльність особистості в умовах сьогодення постійно перебувають під впливом багатьох несприятливих факторів: екологічних, соціальних, політичних, а також професійних, які часто викликають перенапругу її психічних та фізичних сил. Це призводить як до погіршення психічного стану людини, так і до зниження продуктивності її праці та виникнення різного виду конфліктів. Проте саме ефективність професійної діяльності дорослої особистості визначає економічний, політичний, правовий, ідеологічний стан суспільства, рівень його соціального розвитку.

Професії, які пов'язані зі сферою міжособистісних взаємин людей на сьогодні є стресогенними. Серед них розглянемо фахівців фінансових установ, що є учасниками у системі взаємин «людина - людина». Їх зусилля зосереджені на надання клієту якісних фінансових послуг і, в той же час, безухильного дотримання законодавства в галузі надання фінансових послуг, пріоритетності захисту законних інтересів громадян, суспільства і держави від шкоди, яка може бути заподіяна внаслідок халатності чи ігнорування вимог нормативно-правових актів. Все це провокує проблемні та критичні стресові ситуації, призводить до виникнення різних за змістом і напругою конфліктів та стресів, що вимагає від фахівців вміння протистояти їм.

Теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне вивчення особливостей копінг-поведінки працівників фінансових установ, її зміст, структура, закономірності, динаміка у процесі професійної діяльності, розробка та впровадження психологічного супроводу

розвитку конструктивних копінг-ресурсів та копінг-стратегій. Отримані науково-емпіричні матеріали можуть використовуватись у практичній діяльності майбутніх та діючих працівників фінансових установ при розв'язанні проблем їх соціально-психологічної адаптації до стресових ситуацій, обумовлених специфікою даної професії.

Використаний комплекс адекватних об'єкту і предмету дослідження методів: *теоретичні* – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація теоретичних даних з проблем копінг-поведінки та стресу; *емпіричні* – спостереження, індивідуальні бесіди, анкетування, психодіагностичне тестування. Був використаний комплекс психодіагностичних методик. Особистісно-середовищі копінг-ресурси вивчалися за допомогою методики «Шкала сприймання соціальної підтримки» (авт. Г. Зімет, адапт. Н. Сиротою, В. Ялтонським), опитувальника «Рівень суб'єктивного контролю (РСК)» (авт. К. Роттер, адапт. Є. Бажиним, О. Голинкіною, О. Еткіндом); копінг-стратегії – тесту «Індикатор копінг-стратегій» (авт. Дж. Амірхан, адапт. Н. Сиротою, В. Ялтонським). Для дослідження психологічних захистів був використаний опитувальник механізмів психологічного захисту «Індекс життєвого стилю» (авт. Р. Плутчик та ін., адапт. Л. Гребенніковим та Є. Романовим).

Результати дослідження та висновки:

1. Копінг – це діяльність особистості, спрямована на підтримку або збереження балансу між вимогами середовища і ресурсами, що відповідають цим вимогам. Це складний, багатоплановий і багаторівневий процес, що реалізується за допомогою різних ресурсів та стратегій. Структурними компонентами копінг-поведінки є копінг-ресурси та копінг-стратегії. Копінг-ресурси – відносно стабільні характеристики особистості, які сприяють розвитку способів опанування стресу. Копінг-стратегії – це способи психологічної діяльності та поведінки, що виробляються свідомо, і спрямовані на подолання стресових та важких ситуацій.

2. Динаміка розвитку копінг-поведінки працівників фінансових установ впродовж професійної діяльності характеризується:

- намаганням працівників фінансових установ у стресових ситуаціях бути в спільноті інших людей, які дозволяють перевірити обраний спосіб поведінки та особливості реакцій на кризові обставини життя;

- зростанням спроможності впливати на події власного життя, нести відповідальність за його успіхи та невдачі;

- збільшенням частоти використання конструктивних копінг-стратегій «розв'язання проблем».

3. Динаміка розвитку копінг-ресурсів характеризується:

- прагненням до співробітництва із клієнтами, намагання налагоджувати емоційно-позитивні взаємини з ними та колегами;

– підвищенням якості виробничих стосунків та стосунків із суб'єктами професійної діяльності, що свідчить про наполегливість у досягненні мети;

– зростанням частоти обрання конструктивних копінг-стратегій.

4. Працівники фінансових установ, які в процесі подолання складних життєвих ситуацій обирають активну копінг-стратегію «розв'язання проблем», прагнуть бути більш авторитетними, впевненими, впливати на людей та керувати ними. При цьому вони хочуть бути менш залежними, критичними та більш стриманими в емоційних проявах. Досліджувані із домінуючою копінг-стратегією «пошук соціальної підтримки» воліють мати лідерські якості, бути більш незалежними, здатними до суперництва, гнучкими і компромісними при розв'язанні проблем і конфліктних ситуацій, рахуватися з думкою оточуючих. Працівники фінансових установ із провідною стратегією «уникання» вважають, що їм бракує незалежності, наполегливості, впевненості, успішності у справах, легкості та швидкості у прийнятті рішень. В ідеалі вони хочуть бути менш довірливими, водночас незалежними та вміти протистояти негативним впливам середовища.

5. Виділені типи копінг-поведінки: конструктивний, обмежено конструктивний та неконструктивний. Досліджувані конструктивного типу в кризових ситуаціях притаманна здатність логічно мислити, аналізувати та синтезувати власні дії й наміри щодо їх усунення; їх характеризує впевненість у своїх силах, особиста відповідальність за невдачі власного життя. Працівники фінансових установ з обмежено конструктивним типом копінгу намагаються логічно проаналізувати кризову ситуацію, проте їм бракує вміння абстрагуватися від другорядних її зв'язків та особливостей; вони відрізняються невисокими адаптивними здібностями до стресу і лише у значущих для них ситуаціях здатні сконцентруватися та виявити емоційну стійкість; вибір емоційно-фокусованих стратегій подолання стресу іноді проявляється в пасивності та бездіяльності у ситуаціях, які потребують прийняття рішень. Працівники фінансових установ з неконструктивним типом копінг-поведінки в більшості випадків неспроможні адекватно оцінити стресову ситуацію та не бажають здійснювати пошук шляхів її усунення; незначні за силою стрес-фактори спроможні викликати у них стани розгубленості, емоційної нестабільності, що обумовлюють низьку продуктивність психічної діяльності; невпевнені у собі, у своїх невдачах завжди звинувачують інших; вони звертаються до соціального оточення лише за співчуттям, при цьому відмовляючись від активних копінг-дій.

6. Ефективним щодо розвитку конструктивної копінг-поведінки працівників фінансових установ є психологічний супровід, спрямований на поглиблення та розширення теоретичних знань щодо

сучасних методів копіngu стресових станів, розвиток навичок швидкого і адаптивного реагування на стресогенні впливи, формування вмінь емоційного самоконтролю в проблемній ситуації, усунення поведінкових стереотипів і звичних шаблонів дій, викликаних появою кризових ситуацій, що потребують негайного розв'язання, розвиток особистісно-середовищних копінг-ресурсів та стимулювання вибору активних копінг-стратегій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ігумнова О. Б. Дослідження копінг-стратегій осіб у складних життєвих обставинах. *Теорія і практика сучасної психології* : зб. наук. праць Класичного приватного університету. Запоріжжя, 2020. № 1, Т. 2. С. 28–33.
2. Максименко С. Д. Особливості прогнозування внутрішніх ліній психічного здоров'я особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 4–14.
3. Олефір В. О. Взаємозв'язок життєстійкості, допінг-стратегій та психологічного благополуччя. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. Серія : Психологія. 2011. № 981. Вип. 47. С. 168–72.
4. Сивогракова З. А. Вивчення копіngu як особистісної адаптаційної здібності. *Педагогіка і психологія*. 2007. № 22. С. 159–169.
5. Ткачук Т. А. Аналіз теоретичних досліджень проблем стресу та копіngu. *Актуальні проблеми психології. Консультативна психологія та психотерапія*: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г.Костюка АПН України / за ред. С. Максименка, З. Кісарчук. К.: Міланік, 2009. Т.3. Вип. 6. С. 231–241.
6. Ткачук Т. А. Копінг-поведінка: основні напрями досліджень у зарубіжній літературі. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Сер. №12. Психологічні науки: зб. наук. пр. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2007. Вип. 16 (40). С. 94–97.
7. Ткачук Т. А. Копінг-поведінка: стратегії та засоби реалізації : монографія. Ірпінь: Нац. ун-т ДПС України, 2011. 286 с.
8. Ткачук Т. А. Формування копінг-поведінки особистості. Тренінговий комплекс : навч.-метод. посіб. Коростень: Приватне підприємство «Коростенська «Фірма «Друк», 2012. 104 с.

PSYCHOLOGICAL MANIPULATIONS IN THE COGNITIVE WARFARE

Titov I. H., Titova T. Ye.

Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University
titovpsy@gmail.com, titovapsy@gmail.com

All warfare is based on deception
Sun Tzu, 'The Art of War'

The revolutionary development of neuroscience and behavioral science, rapid advancement of information, communication, and digital technologies have led to the emergence, along with five conventional types