

4. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
5. Христук О. Л. Теоретико-методологічний аналіз вивчення проблеми психологічної травми: від історії до сучасності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ, серія «Психологія»*. Серія психологічна. 2017. Вип. 2. С. 183–191.

## **СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРЕДСТАВНИКІВ ОРГАНІВ МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ**

**Ринжук Т. В.**

*Український державний університет імені Михайла Драгоманова (м. Київ)  
rohurska@icloud.com*

Умови війни, гуманітарної нестабільності та підвищеної відповідальності за функціонування громад суттєво впливають на психологічний стан працівників органів місцевого самоврядування (ОМС). Представники місцевого самоврядування працюють у середовищі підвищених ризиків, інформаційного тиску, емоційного навантаження та необхідності ухвалювати рішення в умовах невизначеності. Це зумовлює високі вимоги до їхньої здатності зберігати емоційну рівновагу та забезпечувати професійну надійність. Стресостійкість у такому контексті виступає базовим психологічним ресурсом, що визначає здатність працівника підтримувати продуктивність, управляти стресовими реакціями, адаптуватися до складних умов та запобігати емоційному виснаженню. Вивчення рівнів, гендерних, вікових і соціально-демографічних особливостей стресостійкості представників ОМС є необхідною умовою для розроблення ефективних програм психологічної підтримки та підсилення професійного благополуччя працівників у кризових обставинах

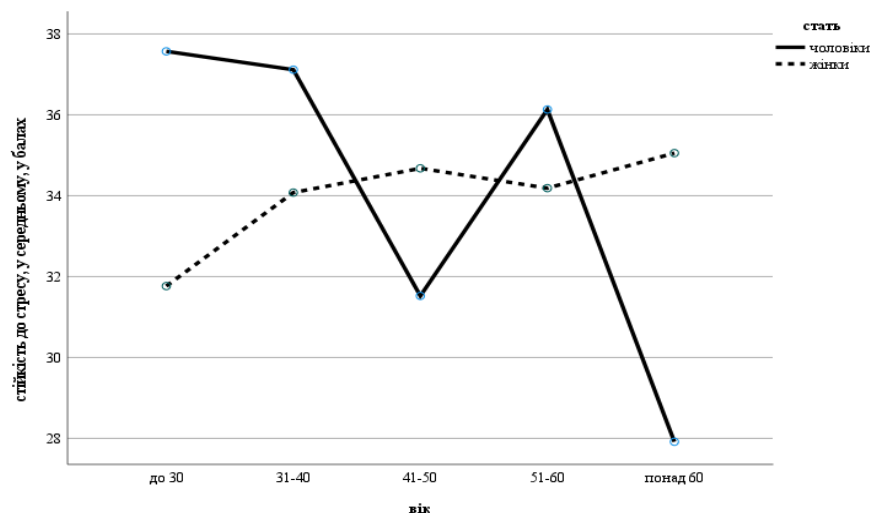
Мета – визначити рівень стресостійкості представників органів місцевого самоврядування у кризових умовах та охарактеризувати її психологічні особливості залежно від статі, віку та місця проживання.

У дослідженні взяли участь 455 працівників ОМС віком від 20 до 65 років. З метою діагностики використано методику «Стійкість до стресу» (Максименко, Карамушка, Зайчикова, 2006), що дозволяє визначити низький, середній і високий рівні стресостійкості. Статистичну обробку здійснено у SPSS із використанням: описової статистики; порівняння середніх даних; двофакторного дисперсійного аналізу ANOVA.

За результатами дослідження стресостійкості виявлено у більшості досліджуваних *середній рівень стійкості до стресу* – 69,2% (n = 315). Високий рівень характеризує четверту частину працівників (25,1%) (n = 114), що свідчить про достатньо потужний психологічний ресурс у частини фахівців. Низький рівень виявлено у 5,7% опитаних (n = 26), що вказує на необхідність адресної психопрофілактичної підтримки для представників ОМС.

Результати дослідження уможливили виявити *незначні, але статистично значущі відмінності* між чоловіками та жінками (F = 4,818; p = 0,029). Жінки продемонстрували *вищий середній показник стресостійкості* (у середньому 34,3 балів), порівняно з чоловіками (у середньому 32,8 балів). Це може відображати більш сформовані копінг-стратегії, кращі навички саморегуляції або ширший соціально-емоційний ресурс.

При цьому стресостійкість розподіляється нерівномірно залежно від віку. Найвищі середні значення спостерігаються у групах 31-40 років (у середньому 35,60 балів) та 51-60 років (у середньому 35,16 балів), що може бути пов'язано з професійною зрілістю та набутим досвідом реагування на складні ситуації. Найнижчі показники мають групи 41-50 років та понад 60 років (відповідно у середньому 33,10 і 31,49 балів). Для віку 41-50 характерним може бути накопичене емоційне виснаження, а для групи 60+ – зниження фізичних та психоемоційних ресурсів (рис. 1).



**Рис. 1.** Особливості стресостійкості представників ОМС залежно від віку і статі

За результатами дисперсійного аналізу виявлено у чоловіків рівень стресостійкості зі значними коливаннями – різкі «піки» та «провали», з найнижчими показниками у віці понад 60 років (у середньому 27,9 балів). У жінок розподіл значно стабільніший, без різких спадів. Жінки у віці 41-50 років виявляють показники

стресостійкості вищі порівняно з чоловіками (відповідно у середньому 34,7 проти 31,5 балів). Це вказує на стійкішу емоційно-регуляторну систему жінок у періоди професійного навантаження.

За місцем проживання статистично значущих відмінностей не виявлено ( $F = 0,644$ ;  $p = 0,423$ ). Водночас спостерігається тенденція: жінки із сільської місцевості мають дещо вищі показники (у середньому 34,5 балів) порівняно з жінками з міста (у середньому 34,01 балів), тоді як у чоловіків - навпаки: мешканці міста стійкіші, ніж мешканці села (відповідно у середньому 33,6 і 32,0 балів). Взаємодія статі та місця проживання статистично незначуща ( $F = 2,556$ ;  $p = 0,111$ ), однак демонструє соціально-психологічні відмінності у ресурсах та стилях реагування.

Отже, більшість працівників органів місцевого самоврядування характеризує середній або високий рівень стійкості до стресу, що свідчить про наявність сформованих особистісних ресурсів для функціонування в умовах війни. Стать і вік визначають важливі відмінності: жінки загалом демонструють вищу стресостійкість, тоді як у чоловіків вона значно варіативніша. Найбільш стресостійкими є працівники у віці 31-40 та 51-60 років, тоді як найнижчі показники притаманні фахівцям у віці 41-50 років та понад 60 років. Місце проживання не є визначальним чинником стресостійкості, що може свідчити про приблизно однакову психологічну напругу в обох середовищах під час воєнних подій. Проведене дослідження дозволяє виокремити групи ризику та формувати адресні програми психологічної підтримки з урахуванням вікових і гендерних особливостей стресостійкості працівників ОМС.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Козирчук (Ринжук) Т. В. Професійне благополуччя представників органів місцевого самоврядування у кризових умовах: психологічні чинники та ресурси збереження. Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану: мат-ли XIV Міжнар. наук.-практ. конф., (30 травня 2025 р., м. Київ). Київ: ДЗВО «УМО», 2025. С. 330–334.
2. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. Карамушка, О. Креденцер, К. Терещенко, В. Лагодзінська, В. Івкін, О. Ковальчук ; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.
3. Бонанно Д. Втрата, травма та людська стійкість: чи недооцінили ми людську здатність процвітати після надзвичайно несприятливих подій? *American Psychologist*, 2004, 59 (1), 20-28. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>