

УДК 159.920.27:35.08

Куриця Д.І., Куриця А.І.

ОБЪЕКТИВНЫЙ РИВЕНЬ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У ДЕРЖСЛУЖБОВЦІВ ТА ЙОГО ПОРІВНЯННЯ З САМООЦІНКОЮ РІВНЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ ПРАЦІВНИКАМИ ДЕРЖСЛУЖБИ

Куриця Д.І., Куриця А.І. Об'єктивний рівень професійного стресу у держслужбовців та його порівняння з самооцінкою рівня професійного стресу працівниками держслужби. У даній статті висвітлено сутність поняття «стрес» та «професійний стрес», представлено особливості професійного стресу в психологічній літературі, розкрито основні напрямки вивчення професійного стресу в сучасній науці. На основі ряду опитувальників здійснено аналіз даних які стосуються об'єктивної оцінки професійного стресу у держслужбовців, а також аналіз результатів самооцінки працівниками держслужби рівня професійного стресу в організації та особистого професійного стресу.

Ключові слова: стрес; професійний стрес; особливості професійного стресу; модель виникнення професійного стресу; об'єктивна оцінка професійного стресу; самооцінка професійного стресу.

Куриця Д.И., Куриця А.И. Объективный уровень профессионального стресса у госслужащих и его сопоставление с самооценкой уровня профессионального стресса работниками госслужбы. В данной статье рассматриваются сущность понятия «стресс» и «профессиональный стресс», представлены особенности профессионального стресса в психологической литературе, раскрыты основные направления изучения профессионального стресса в современной науке. На основе ряда опросников предпринят анализ данных касающихся объективной оценки профессионального стресса у госслужащих, а также анализ результатов самооценки работниками госслужбы уровня профессионального стресса в организации и личного профессионального стресса.

Ключевые слова: стресс; профессиональный стресс; особенности профессионального стресса; модель возникновения профессионального стресса; объективная оценка профессионального стресса; самооценка профессионального стресса.

Постановка проблеми. Складність соціально-економічного становища держави вимагає від такої категорії працівників як держслужбовці, чітких, узгоджених і високопрофесійних дій. Працівники державного апарату, метою діяльності яких в умовах сьогодення є виконання складних професійних завдань в системі державної служби, піддаються впливу стресових факторів, що в свою чергу чинить негативний вплив на можливість ефективного виконання ними своїх безпосередніх професійних обов'язків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літератури показує, що проблема стресу та професійного стресу виступала предметом спеціальних досліджень як зарубіжних (Дж. Брайт, К. Вайман, Дж. Грінберг, Р. Лазарус, П. Парсон, Г. Сельє, Р. Скотт, С. Фолкман, Дж. Фуллер та ін.), так і російських (В. Бодров, Б. Величковський, Н. Водоп'янова, Г. Леонова, Н. Наєнко, Г. Никифоров, М. Магомет-Єминов, Ю. Щербатих та ін.) дослідників.

На протязі останніх років проблематика професійного стресу почала активно розроблятися і українськими дослідниками. Зокрема, виконано дослідження, які стосуються особливостей вияву професійного стресу та синдрому «професійного вигорання» у керівників та працівників освітніх організацій, медичних установ, комерційних, правоохоронних, спортивних організацій, психологічних служб, працівників МНС (О. Бондарчук, М. Білова, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, Н. Козубай, В. Корольчук, Г. Ложкін, К. Малишева, С. Максименко, В. Паньковець, Н. Перегончук, Я. Плужник, О. Раковчена, О. Склень, О. Тімченко, Л. Тишук та ін.).

Також започатковано дослідження виявів професійного стресу та синдрому «професійного вигорання» у працівників системи державної служби, зокрема, у працівників державної податкової служби України (Т. Грубі) та в працівників системи державної служби (О. Габрилевич, Л. Малімон).

Істотну роль в осмисленні змісту, структури та психологічних особливостей стресу та професійного стресу відіграли праці зарубіжних (Дж. Грінберг, К. Вайман, Р. Лазарус, П. Парсон, Г. Сельє, С. Фолкман, Дж. Фуллер та ін.), російських (В. Бодров, Б. Величковський, Н. Водоп'янова, А. Леонова, Г. Никифоров, М. Магомет-Єминов, Ю. Щербатих та ін.) і українських (О. Бондарчук, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, В. Корольчук, Г. Ложкін, К. Малишева, С. Максименко, В. Паньковець, Я. Плужник та ін.) дослідників.

Беручи до уваги актуальність вищезазначеної проблеми, нами визначено таку мету дослідження: розкрити сутність понять «стрес» та «професійний стрес» у держслужбовців, висвітлити основні особливості професійного стресу, і, власне, проаналізувати об'єктивний та суб'єктивний показники професійного стресу у працівників державного апарату.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Сьогодні термін «стрес» використовують у психології, фізіології, медицині для пояснення широкого кола станів людини, які

виникають внаслідок негативної дії зовнішніх і внутрішніх факторів. Відповідно, існує багато теорій, які пояснюють природу стресу.

Детальний аналіз різноманітних теорій стресу представлено в роботі російського дослідника В. Бодрова [1]. Автором здійснено класифікацію теорій стресу на основі таких критеріїв: 1) чинників, що обумовлюють виникнення стресу; 2) способів управління стресом.

Згідно підходу відомого вченого Г. Сельє, стрес або загальний адаптаційний синдром – це фізіологічна реакція організму, яка виникає у результаті впливу фізичних, хімічних або органічних факторів [13]. Головні ідеї теорії Г. Сельє знайшли відображення в чотирьох основних положеннях:

1) усі біологічні організми володіють вродженими механізмами підтримки рівноваги функціонування своїх систем, оскільки підтримка стану внутрішнього балансу є життєво важливим завданням організму;

2) сильні зовнішні подразники, або стресори, порушують внутрішню рівновагу. На будь-який вплив, позитивний або негативний, організм реагує специфічним фізіологічним збудженням. Ця реакція має пристосувально-захисний характер;

3) розвиток і пристосування до такої адаптаційної реакції відбувається у декілька стадій, час перебігу й переходу на кожен етап залежить від рівня стійкості організму, інтенсивності й тривалості дії стресора;

4) організм має обмежені резерви адаптаційних можливостей попередження і подолання стресу – їх виснаження може призвести до захворювання й смерті [13].

Окрім того, Г. Сельє вказав на існування двох рівнів адаптаційної енергії: «поверхнева», складає перший рівень, яка може активізуватися при первинній зустрічі зі стресором. Вона може поповнювати свій резерв за рахунок другого рівня – «глибокої» адаптаційної енергії. Наголошується, що виснаження останньої носить незворотний характер і призводить до серйозних змін в організмі [13].

Отже, можна заключити, що адаптаційні можливості організму є обмеженими і їх основною функцією є попередження та подолання стресів. Виснаження адаптаційних можливостей людини може призвести до захворювань і смерті.

Щодо особливостей професійного стресу, то слід зазначити, що в сучасній психологічній літературі використовується кілька понять, близьких до даного поняття («робочий стрес», «професійний стрес», «організаційний стрес», «організаційно-управлінський стрес»).

Якщо опиратись на літературні джерела [11], то можна говорити про те, що робочий стрес («job stress», «stress at work») виникає в результаті ускладнень, які пов'язані із робочим середовищем (особливості робочого місця, умови праці тощо). Професійний стрес («occupational stress») пов'язаний, насамперед, з особливостями самої професії, роду та виду діяльності. Організаційний стрес («organizational stress») виникає в результаті негативного впливу особливостей організації, в якій працює суб'єкт діяльності. Організаційно-управлінський стрес є одним із видів стресу, який виникає в організації у певній професійній категорії (менеджерів) [12].

Під професійним стресом, власне, найчастіше розуміють такий негативний психічний стан, який викликаний особливостями та вимогами самої професії. Виділяють такі основні причини професійного стресу: а) ускладнення, які виникають при виконанні функціональних обов'язків суб'єктом професійної діяльності, яка обумовлена специфікою кожної професії; б) ускладнення, які виникають при відсутності рольового балансу між професійною сферою та особистісною сферою (рольові перевантаження; рольова недостатність; нечітка визначеність ролі; рольові конфлікти та ін.); в) ускладнення, які обумовлені низьким рівнем задоволеності потреб та мотивів суб'єкта професійної діяльності.

Професійний стрес розглядається як специфічна форма порушення фізіологічної та психічної діяльності, яка виникає у відповідь на негативний вплив професійної ситуації, і яка обумовлена індивідуально-психологічними характеристиками працівників.

Що стосується сутності професійного стресу держслужбовців, то на основі існуючих підходів у літературі [3]; [4]; [11] можна заключити, що професійний стрес держслужбовців – це специфічна форма порушення фізіологічної та психічної діяльності держслужбовців, яка виникає у відповідь на негативний вплив управлінсько-професійної ситуації в органах державної влади і обумовлена як характеристиками персоналу, так і соціально-психологічними особливостями підрозділу, в якому працюють держслужбовці.

З урахуванням існуючих підходів до вивчення професійного стресу [3; 4; 11], було зроблено висновок про те, що модель виникнення професійного стресу держслужбовців включає такі основні складові:

1) Блок чинників макrorівня (чинники, які стосуються суспільства), та мезорівня (чинники, які стосуються організації).

2) Блок чинників мікрорівня (чинники, які стосуються особистості персоналу).

3) Блок фізіологічних і психологічних виявів та наслідків професійного стресу держслужбовців (рис.1).

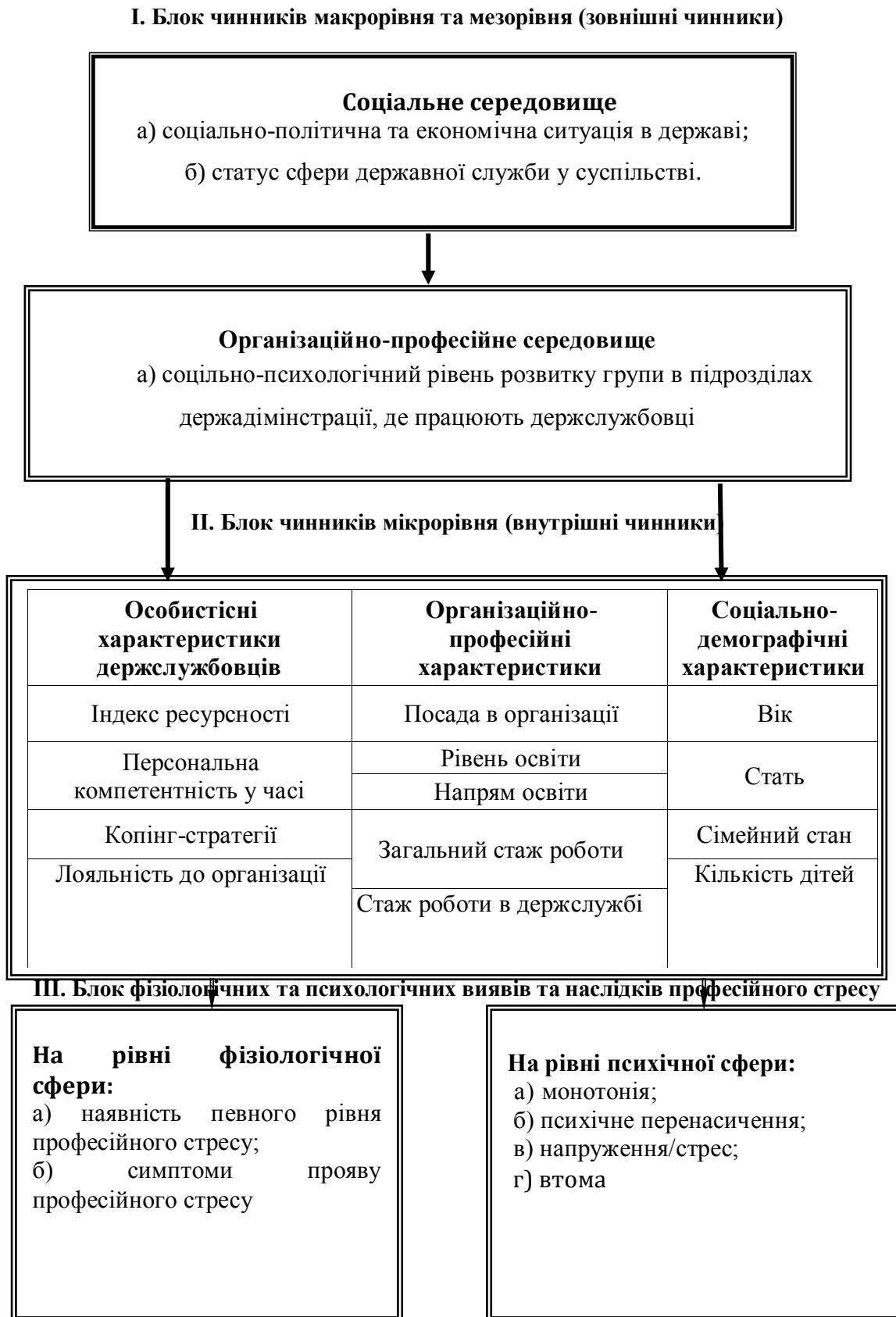


Рис 1. Модель виникнення професійного стресу у держслужбовців

Розглянувши поняття стресу та професійного стресу, перейдемо до аналізу об'єктивного рівня професійного стресу у держслужбовців та його порівняння з суб'єктивним рівнем.

Для визначення об'єктивної оцінки професійного стресу у держслужбовців використовувались опитувальники: «Рівень професійного стресу» К. Ваймана [3], «Диференційована оцінка зниженої працездатності» Г. Леонової, Б. Величковського [2] та «Інвентаризація симптомів стресу» Т. Іванченко [2]. Далі на основі результатів, отриманих по кожній методиці та узагальнення даних визначався загальний показник рівня професійного стресу.

Проаналізуємо, насамперед дані, які стосуються власне рівня професійного стресу [7; 8; 9], і які отримані за допомогою опитувальника «Рівень професійного стресу» К. Ваймана [3] (рис.2).

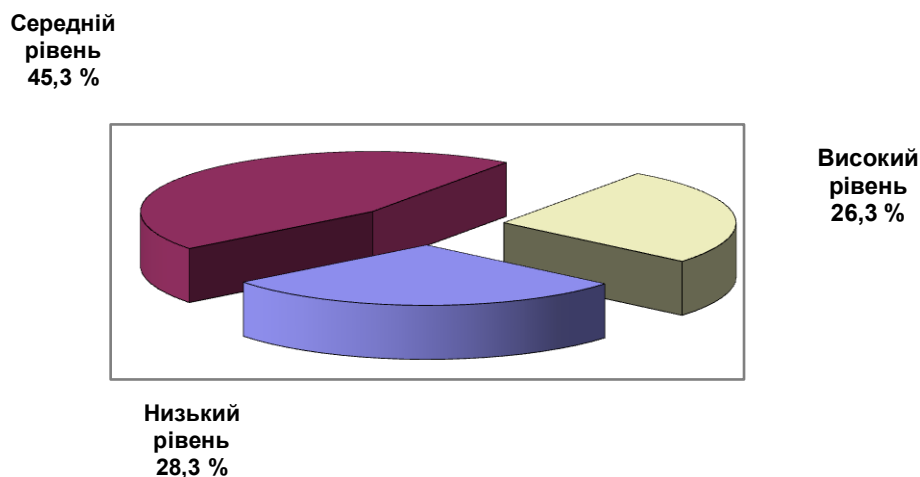


Рис. 2. Рівень професійного стресу в держслужбовців

У процесі дослідження виявлено, що майже в одній третині опитаних (26,3%) виявлено високий рівень професійного стресу. Для 45,3% характерний середній рівень професійного стресу. І для 28,3% притаманний низький рівень професійного стресу. Тобто можна говорити про те, що для переважної більшості опитаних характерна наявність професійного стресу високого або середнього рівня вираженості.

Далі проаналізуємо дані, що відображають симптоми стресу, які отримані за допомогою опитувальника «Інвентаризація симптомів стресу» Т. Іванченко [2] (рис. 3).

Як показали результати дослідження, тут спостерігається така ж сама ситуація, яка виявлена з допомогою попереднього опитувальника. Нагадаємо, що дана методика дає можливість дослідити частоту прояву стресових ознак в цілому в життєдіяльності людини та вияви негативного впливу стресу.

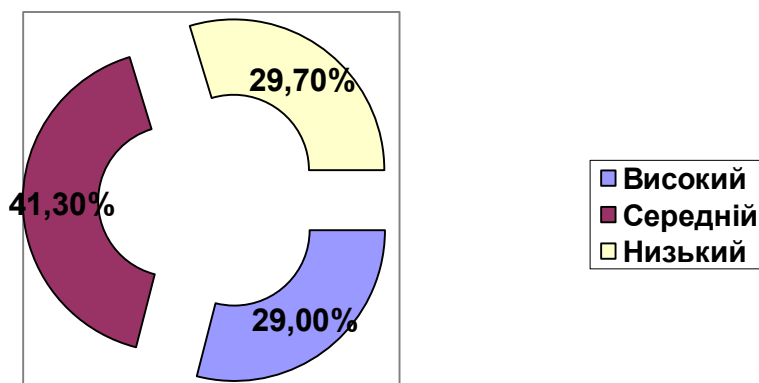


Рис. 3. Рівень інвентаризації симптомів стресу у держслужбовців

Встановлено, що майже для однієї третини опитаних (29,0%) характерний високий рівень стресу. Згідно з методикою дослідження для такої категорії опитаних характерні високий рівень честолобства, орієнтація на максимальні результати, високий рівень орієнтації на кар'єру, залежність від чужих оцінок, що в цілому робить їх життя постійною боротьбою. Це призводить до успіху в професійному та особистому плані, і, разом з тим, не приносить радості, задоволення та обумовлює надмірне психічне навантаження, що стає загрозою для здоров'я. Одна із рекомендацій для такої групи опитаних полягає в тому, щоб змінити спосіб життя, відмовитись від того, щоб весь час досягати максимуму, а бути гнучким в побудові планів тощо.

Для 41,3% опитаних характерний середній рівень стресу. Для представників даної групи характерна активна діяльність та напруження. Вони підпорядковані стресу, як у позитивному плані (намагаються досягнути чого-небудь), так і в негативному плані (мають досить багато проблем та турбот). Одна із рекомендацій для такої групи полягає в тому, щоб більше уваги приділяти особисто для себе та дотримуватися певного балансу між позитивними та негативними симптомами стресу.

І для 29,7% учасників дослідження притаманний низький рівень професійного стресу. Для представників даної групи опитуваних характерним є те, що вони живуть спокійно, розумно та справляються з проблемами, з якими стикаються в житті. Вони не страждають ні надмірною сором'язливістю, ні надмірним честолобством. Одна із рекомендацій, яка може бути корисною для даної групи, є посилення об'єктивності оцінки свого способу життя.

В цілому можна говорити про те, що для переважної більшості опитаних (70,3%) характерна наявність професійного стресу високого або середнього рівня вираженості.

Наступним кроком буде представлення результатів дослідження, які відображають рівень станів зниженої працездатності у держслужбовців [6]. Нагадаємо, що дослідження проводилось за допомогою опитувальника «Диференційована оцінка зниженої працездатності» Г. Леонової, Б. Величковського [2].

Аналіз станів вияву зниженої працездатності у держслужбовців показав, що більше, ніж у третини опитаних (36,7%) спостерігається високий рівень вираженості таких станів (табл. 1). Для 28,7% опитаних характерний середній рівень вираженості таких станів і лише у 34,7% – низький рівень.

Таблиця 1

**Рівень вияву станів зниженої працездатності в держслужбовців
(у % від загальної кількості опитаних)**

Стани зниженої працездатності	Рівні вияву станів		
	Високий	Середній	Низький
Втома	37,0	34,7	28,3
Психічне перенасичення	36,3	31,3	32,3
Напруження/ стрес	35,3	32,7	32,0
Монотонія	31,3	35,0	33,7
Загальний показник	36,7	28,7	34,7

Що стосується рівня прояву окремих станів зниженої працездатності, то, як видно із табл. 1, перше місце посідає втома. Так, у 37,0% виявлено високий рівень вияву такого стану. Згідно з підходами авторів методики, втома являє собою стан виснаження та дискоординації в перебігу основних процесів які реалізують діяльність. Цей стан розвивається внаслідок тривалого та інтенсивного впливу робочих навантажень, з домінуючою мотивацією на завершення роботи та відпочинок [2; 10].

На другому місці за ступенем вираженості знаходиться такий стан, як психічне перенасичення, високий рівень якого виявлено у 36,3% опитаних. Як відомо, для такого стану характерним є неприйняття занадто простої та суб'єктивно нецікавої або мало осмисленої діяльності, що проявляється у вираженому намаганні припинити роботу або внести різноманіття в заданий стереотип виконання.

На третьому місці знаходиться такий психічний стан, як напруження/стрес. Високий рівень такого стану зафіксовано у 35,3% опитаних. Напруження/стрес – це такий стан, для якого характерна

підвищена мобілізація психологічних та енергетичних ресурсів, яка розвивається у відповідь на підвищення складності або суб'єктивної значущості діяльності, з домінуванням мотивації на подолання утруднення, що реалізується, як в продуктивній, так і в деструктивній формі (переважання процесуальних мотивів – мотивів самозбереження або психологічного захисту) [2; 10].

І четверте, останнє місце, займає такий стан, як монотонія. У 31,3% опитаних спостерігається високий рівень вияву такого стану. Як відомо, монотонія характеризується зниженим свідомим контролем за виконанням діяльності, який виникає в ситуації одноманітної роботи з частим повторенням стереотипних дій та збідненого зовнішнього середовища, який супроводжується переживанням нудьги, сонливості та домінуючою мотивацією до зміни діяльності [2; 10].

Звертає увагу на себе той факт, що втома, психічне насичення та напруження/стрес виражені в опитаних держслужбовців дещо вище, ніж монотонія. Про це свідчить той факт, що якщо перші три названі психічні стани виявлено у 35,3–37,0% опитаних, то монотонія – у 31,3%.

На основі описаних вище результатів визначався загальний показник рівня професійного стресу у держслужбовців (рис. 4).

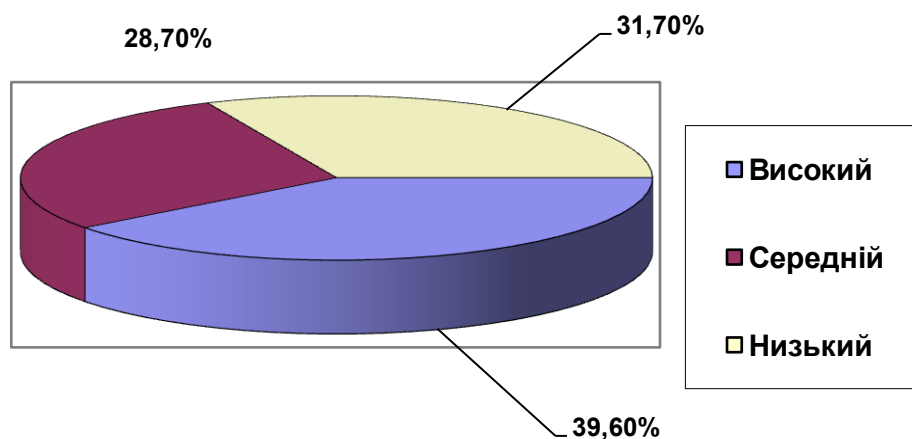


Рис. 4. Загальний показник рівня професійного стресу у держслужбовців

Як видно із наведених на рис. 4 даних, більше, ніж для однієї третьої опитаних (39,6%), характерний високий рівень професійного стресу. Можна говорити про те, що для даної групи опитаних характерним є високий рівень власне професійного стресу, високий рівень вираженості станів зниженої працездатності, а також високий рівень стресу в більш широкому життєвому контексті.

Для 28,7% опитаних притаманний середній рівень стресу. Для представників даної групи характерними є середні показники за всіма трьома складовими: професійний стрес, стани зниженої працездатності та стрес в широкому життєвому контексті.

І для 39,6% опитаних характерний низький рівень професійного стресу, для якого притаманні низькі показники вияву професійного стресу за трьома основними складовими.

Отримані дані узгоджуються із даними, які стосуються вираженості професійного стресу у працівників інших соціальних сфер. Так, Н. Козубай [5] виявлено, що високий та дуже високий рівень професійного стресу притаманний для майже половини (41,5%) менеджерів будівельних компаній.

Наряду з об'єктивною оцінкою професійного стресу у держслужбовців (за допомогою тестових методик) нами аналізувалась оцінка держслужбовцями рівня професійного стресу в організації та особистого професійного стресу (табл. 2) з метою визначення адекватності усвідомлення рівня наявного професійного стресу. Задля цього використовувались спеціальні питання анкети. Зокрема, для вивчення «суб'єктивної» оцінки рівня професійного стресу використовувались такі «закриті» питання анкети: «Оцініть, будь ласка, рівень професійного стресу, який, на Ваш погляд, характерний для Вашої організації на цей момент» та «Оцініть, будь ласка, Ваш особистий рівень професійного стресу, який, на Ваш погляд, характерний для Вас на цей момент».

Як видно із табл. 2, де представлені дані об'єктивної оцінки та самооцінки, спостерігається деяка недооцінка держслужбовцями наявного у них рівня професійного стресу. Так, наприклад, про наявність високого рівня професійного стресу (самооцінка) вказало 23,4% опитаних, в той час, як

високий рівень професійного стресу, згідно з об'єктивною оцінкою, зафіксовано у 39,7%. Це свідчить, на наш погляд, про деяку неадекватність самооцінки персоналом держадміністрацій власного професійного стресу.

Разом з тим, дані, які стосуються самооцінки рівня професійного стресу в організації, більше наближаються до результатів об'єктивної оцінки. Так, на високий рівень стресу в організації вказало 33,0%. І, відповідно у 39,7% опитаних, згідно з об'єктивною оцінкою, виявлено високий рівень професійного стресу.

Отримані дані співпадають з результатами дослідження професійного стресу у менеджерів будівельних компаній, котре проведене Н. Козубай [5], які показали, що об'єктивна оцінка професійного стресу дещо переважає над самооцінкою. Автором було зроблено висновок про те, що, скоріше всього, менеджери чітко не знають основних ознак професійного стресу та його виявів.

Таблиця 2

**Об'єктивна оцінка рівня професійного стресу у держслужбовців та його самооцінка
(у % від загальної кількості опитаних)**

Рівень професійного стресу	Об'єктивна оцінка професійного стресу	Суб'єктивна оцінка професійного стресу	
		Професійний стрес в організації	Особистий рівень професійного стресу
Високий	39,7	33,0	23,4
Середній	28,7	46,0	43,6
Низький	31,7	21,0	33,0

В цілому, отримані дані свідчать про необхідність посилення адекватності оцінки держслужбовцями рівня вираженості професійного стресу, що передбачає, насамперед, наявність умінь адекватно аналізувати його симптоми. Це повинно складати, на наш погляд, одну із важливих складових психологічної підготовки держслужбовців з даного напрямку.

Висновки. На основі результатів дослідження зроблено наступні висновки:

1. Стрес або загальний адаптаційний синдром – це фізіологічна реакція організму, яка виникає у результаті впливу фізичних, хімічних або органічних факторів.

2. Професійний стрес держслужбовців – специфічна форма порушення їх фізіологічної та психічної діяльності, що виникає у відповідь на негативний вплив управлінсько-професійної ситуації в органах державної влади й обумовлена як характеристиками персоналу, так і соціально-психологічними особливостями підрозділу, де працюють держслужбовці.

3. Модель виникнення професійного стресу держслужбовців включає такі основні складові: 1) Блок чинників макrorівня (чинники, які стосуються суспільства), та мезорівня (чинники, які стосуються організації); 2) Блок чинників мікрорівня (чинники, які стосуються особистості персоналу); 3) Блок фізіологічних і психологічних виявів та наслідків професійного стресу держслужбовців.

4. В результаті дослідження виявлено, що майже в однієї третини опитаних (26,3%) виявлено високий рівень професійного стресу, для 45,3% характерний середній рівень професійного стресу, і для 28,3% притаманний низький рівень професійного стресу.

5. Помічено заниження оцінки персоналом держадміністрацій наявного рівня професійного стресу («розрив» між самооцінкою та об'єктивною оцінкою професійного стресу) як стосовно організації в цілому, так і стосовно особистого професійного стресу персоналу. При цьому «розрив» між самооцінкою та об'єктивною оцінкою стосовно особистого професійного стресу є більш вираженим, порівняно із професійним стресом стосовно організації в цілому.

Перспективи подальшого дослідження полягають в аналізі причин виникнення суттєвої розбіжності між об'єктивною та суб'єктивною оцінкою працівниками державного апарату рівня вираженості професійного стресу.

Список використаних джерел

1. Бодров В.А. Информационный стресс / В.А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
2. Водопьянова Н.Э. Психодиагностика стресса / Н.Э. Водопьянова. – СПб., 2009. – 336 с.
3. Гринберг Дж. Управление стрессом / Дж. Гринберг. – СПб. : Питер, 2002. – 496 с.

4. Карамушка Л.М. Психологічні особливості професійного стресу у працівників медичних установ / Л.М. Карамушка, О.О. Раковчена // *Главный врач*. – №12. – К. : Блиц-Информ, 2009. – С. 88–93.
5. Козубай Н.Ф. Особливості професійного стресу в будівельних організаціях в умовах економічної кризи / Н.Ф. Козубай // *Актуальні проблеми психології: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка/ за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. – К. : А.С.К., 2011. – Т. 1. – Ч. 28. – С. 104–107.
6. Куриця Д.І. Аналіз вияву станів зниженої працездатності в персоналі держадміністрацій / Д.І. Куриця, Л.М. Карамушка // *Актуальні проблеми психології*. – Т. 1: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. – К. : А.С.К., 2010. – Ч. 26. – С. 273–282.
7. Куриця Д.І. Вплив соціально-демографічних та організаційно-професійних чинників на рівень професійного стресу у персоналі держадміністрацій / Д.І. Куриця // *Актуальні проблеми психології*. – Т. 1: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. – К. : А.С.К., 2010. – Ч. 25–26. – С. 73–79.
8. Куриця Д.І. Професійний стрес у персоналі держадміністрацій: сутність, рівень розвитку, психологічні чинники та умови профілактики і подолання / Д.І. Куриця, Л.М. Карамушка // *Методичні рекомендації*. – К. : КМЦППК, 2012. – 40 с.
9. Куриця Д.І. Психологічні особливості професійного стресу в персоналі держадміністрацій / Д.І. Куриця, Л.М. Карамушка // *Психологічні основи ефективної професійної діяльності в системі державної служби* : монографія / за наук. ред. Л.М. Карамушки, Л.Я. Малімон. – Луцьк : СПД Гадяк Жанна Володимирівна, 2011. – С. 230–258.
10. Леонова А.Б. Дифференціальна діагностика зниженої работоспособности / А.Б. Леонова, С.Б. Величковская // *Психология психических состояний* / под ред. А.О. Прохорова. – Вып. 4. – Казань, 2002. – С. 326–340
11. Паньковець В.Л. Психологічні чинники професійного стресу менеджерів освітніх організацій : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.10 / Паньковець Віталій Леонідович ; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2006. – 21 с.
12. Плужник Я.А. Соціально-психологічні детермінанти організаційно-управлінського стресу : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.05 / Плужник Яна Анатоліївна ; Східноукр. нац. ун-т імені Володимира Даля. – Луганськ, 2011. – 21 с.
13. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 124 с.

Spisok vikoristanih dzherel

1. Bodrov V.A. Informacionnyj stress / V.A. Bodrov. – M. : PER SJe, 2000. – 352 s.
2. Vodop'janova N.Je. Psihodiagnostika stressa / N.Je. Vodop'janova. – Spb., 2009. – 336 s.
3. Grinberg Dzh. Upravlenie stressom / Dzh. Grinberg. – SPb. : Piter, 2002. – 496 s.
4. Karamushka L.M. Psihologichni osoblivosti profesijnogo stresu u pracivnikov medicnih ustanov / L.M. Karamushka, O.O. Rakovchena // *Главный врач*. – №12. – К. : Блиц-Информ, 2009. – С. 88–93.
5. Kozubaj N.F. Osoblivosti profesijnogo stresu v budivelnih organizacijah v umovah ekonomichnoji krizi / N.F. Kozubaj // *Aktual'ni problemi psihologiji: Organizacijna psihologija. Ekonomichna psihologija. Social'na psihologija* : zб. nauk. prac' Institutu psihologiji im. G.S. Kostjuka / za red. S.D. Maksimenka, L.M. Karamushki. – K. : A.S.K., 2011. – T. 1. – Ch. 28. – S. 104–107.
6. Kuricja D.I. Analiz vijavu staniv znizhenoji pracezdatnosti v personalu derzhadministracij / D.I. Kuricja, L.M. Karamushka // *Aktual'ni problemi psihologiji*. – T. 1: Organizacijna psihologija. Ekonomichna psihologija. Social'na psihologija : zб. nauk. prac' Institutu psihologiji im. G.S. Kostjuka APN Ukraini / za red. S.D. Maksimenka, L.M. Karamushki. – K. : A.S.K., 2010. – Ch. 26. – S. 273–282.
7. Kuricja D.I. Vpliv social'no-demografichnih ta organizacijno-profesijnih chinnikov na riven' profesijnogo stresu u personalu derzhadministracij / D.I. Kuricja // *Aktual'ni problemi psihologiji*. – T. 1: Organizacijna psihologija. Ekonomichna psihologija. Social'na psihologija : zб. nauk. prac' Institutu psihologiji im. G.S. Kostjuka APN Ukraini / za red. S.D. Maksimenka, L.M. Karamushki. – K. : A.S.K., 2010. – Ch. 25–26. – S. 73–79.
8. Kuricja D.I. Profesijnij stres u personalu derzhadministracij: sutnist', riven' rozvitku, psihologichni chinniki ta umovi profilaktiki i podolannja / D.I. Kuricja, L.M. Karamushka // *Metodichni rekomendaciji*. – K. : KMCPPK, 2012. – 40 s.
9. Kuricja D.I. Psihologichni osoblivosti profesijnogo stresu v personalu derzhadministracij / D.I. Kuricja, L.M. Karamushka // *Psihologichni osnovi efektivnoji profesijnoji dijal'nosti v sistemі derzhavnoji sluzhbi* : monografija / za nauk. red. L.M. Karamushki, L.Ja. Malimon. – Luc'k : SPD Gadjak Zhanna Volodimirivna, 2011. – S. 230–258.
10. Leonova A.B. Differencial'naja diagnostika snizhennoj rabotosposobnosti / A.B. Leonova, S.B. Velichkovskaja // *Psihologija psihicheskikh sostojanij* / pod red. A.O. Prohorova. – Vyp. 4. – Kazan', 2002. – S. 326–340
11. Pan'kovec' V.L. Psihologichni chinniki profesijnogo stresu menedzheriv osvitnih organizacij : avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk : spec. 19.00.10 / Pan'kovec' Vitalij Leonidovich ; In-t psihologiji im. G.S. Kostjuka APN Ukraini. – K., 2006. – 21 s.
12. Pluzhnik Ja.A. Social'no-psihologichni determinanti organizacijno-upravlinsk'ogo stresu : avtoref. dis. ... kand. psih. nauk : 19.00.05 / Pluzhnik Jana Anatolijivna ; Shidnoukr. nac. un-t imeni Volodimira Dalja. – Lugansk', 2011. – 21 s.
13. Sel'e G. Stress bez distressa / G. Sel'e. – M. : Progress, 1979. – 124 s.

Kurytsia, D.I., Kurytsia, A.I. Objective level of occupational stress among civil servants and its comparison with their occupational stress self-reports. *This article deals with the concepts of 'stress' and 'occupational stress'. The authors dwell upon the basic tenets of the H. Selye's theory of stress that treats it as a general adaptation syndrome, that is a body's physiological response to the physical, chemical or organic factors. Although in today's psychological literature one can find several concepts similar to that of 'occupational stress' ('job stress', 'professional stress', 'organizational stress', 'organizational management stress'), occupational stress is considered as an individual-specific form of physiological and mental dysfunction due to a negative impact of work situations.*

Based on the results of a number of interviews the authors analyzed the data concerning the objective assessments of civil servants occupational stress. It was found that high levels of occupational stress were diagnosed in 26.3%, average levels in 45.3%, and low levels in 28.3% of the respondents. The analysis of the results of the respondents' occupational stress self-reports showed their significant underestimation of the actual levels of occupational stress both in organizations

as a whole and among individuals (discrepancy between self-reported stress levels and objective stress levels). The discrepancy between the individuals' self-reported stress levels and their objectively diagnosed stress levels was found to be more distinct compared to the discrepancy between the subjective and objective organization's stress levels.

Keywords: stress; occupational stress; features of occupational stress; model of occupational stress development; objective assessment of occupational stress; self-reported occupational stress.

Відомості про авторів

Куриця Денис Іванович, кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, заступник декана з навчально-методичної роботи факультету корекційної та соціальної педагогіки і психології, м. Кам'янець-Подільський, Україна.

Kurytsya, Denis Ivanovich, PhD in Psychology, senior Lecturer of the Department of Educational Psychology Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, Deputy Dean for educational work Department of Correction and Social Pedagogy and Psychology, Kamianets-Podilskyi, Ukraine.

E-mail: denis_kouritsa@mail.ru

Куриця Алла Іванівна, кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський, Україна.

Kurytsya, Alla Ivanivna, PhD in Psychology, senior Lecturer of the Department of Educational Psychology Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, Kamianets-Podilskyi, Ukraine.

E-mail: alla_kouritsa@mail.ru

Отримано 12 лютого 2015 р.

Рецензовано 3 березня 2015 р.

Прийнято 17 березня 2015 р.

УДК 364.62-47-058.6 (072)

Лазос Г.П.

ПРОФЕСІЙНІ РИЗИКИ В РОБОТІ ПСИХОЛОГА З ПОСТТРАВМАТИЧНИМИ ВНАСЛІДОК ТРАВМАТИЧНИХ ПОДІЙ

Лазос Г.П. Професійні ризики в роботі психолога з постраждалими внаслідок травматичних подій.

Стаття присвячена теоретичному розгляду негативних емоційних станів, пов'язаних з професійним ризиком роботи психологів, психотерапевтів та фахівців інших «помічних» професій із травмованими клієнтами. Здійснено спробу виокремити певні різновиди психічних проявів та емоційних реакцій фахівців на травматичний матеріал клієнта, а саме: травматичне контрперенесення, травматизація психотерапевта (вікарна, секундарна, індукована тощо); вторинний травматичний стрес та «втома від співчуття» (compassion fatigue); віктимізація психотерапевта; професійне (емоційне) вигорання. Надано первинні результати опитування вітчизняних фахівців-волонтерів, які працюють із різними групами постраждалих, щодо їх психічних станів та окреслено перспективи подальших досліджень у цьому напрямку.

Ключові слова: професійні ризики, психолог, психотерапевт, постраждалий, травматичний матеріал, травматичне контрперенесення, травматизація, емоційне вигорання.

Лазос Г.П. Профессиональные риски в работе психолога с пострадавшими вследствие травматических событий. Статья посвящена теоретическому рассмотрению негативных эмоциональных состояний, связанных с профессиональным риском работы психологов, психотерапевтов и специалистов других «помогающих» профессий с травмированными клиентами. Предпринята попытка выделить некоторые разновидности психических проявлений и эмоциональных реакций специалистов на травматический материал клиента, а именно: травматический контрперенос, травматизация психотерапевта (викарная, секундарная, индуцированная и т.д.); вторичный травматический стресс и «усталость от сопереживания» (compassion fatigue); виктимизация психотерапевта; профессиональное (эмоциональное) выгорание. Описаны результаты предварительного опроса отечественных специалистов-волонтеров, работающих с разными группами пострадавших, об их психических состояниях, очерчены перспективы дальнейших исследований в указанном направлении.

Ключевые слова: профессиональные риски, психолог, психотерапевт, пострадавшие, травматический материал, травматический контрперенос, травматизация, эмоциональное выгорание.

Постановка проблеми. Професійна діяльність психологів і представників інших «помічних» професій завжди передбачає ризик через особливості контакту з травмованими клієнтами. Цей ризик значно зростає в кризові періоди життя суспільства, коли кількість постраждалих людей, що потребують психологічної допомоги, суттєво збільшується. У сучасних умовах навіть досвідчені