

Реферат
магістерської роботи
«Особливості прояву стресостійкості у майбутніх психологів»
магістрантки спеціальності 053 Психологія
Дейнеки Олени Юрїївни

Обсяг роботи – 96 с. **Кількість таблиць** – 4 табл. **Кількість рисунків** – 22 рис.
Список використаних джерел – 62 од.

Об'єкт дослідження – стресостійкість як психологічний феномен.

Предмет дослідження – особливості прояву стресостійкості у майбутніх психологів.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості прояву стресостійкості у майбутніх психологів, а також розробити тренінгову програму щодо профілактики прояву стресостійкості у майбутніх психологів.

Завдання дослідження: розкрити основні підходи до вивчення поняття «стрес» та проаналізувати основні передумови його виникнення та наслідки; розкрити специфіку прояву стресостійкості у майбутніх психологів; визначити систему чинників, які впливають на прояв стресостійкості у майбутніх психологів; дослідити особливості прояву стресостійкості у майбутніх психологів та чинники, які впливають на її прояв; розробити тренінгову програму для профілактики та подолання стресу у майбутніх психологів.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи (спостереження, тестування, стандартизовані методики); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження полягає у розкритті основних підходів до вивчення поняття «стрес» та аналізі основних передумов його виникнення та наслідків; характеристиці різновидів стресу; розкритті специфіки прояву стресостійкості у майбутніх психологів; виокремленні та характеристиці системи чинників, які впливають на прояв стресостійкості у майбутніх психологів.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що розроблений тренінг буде сприяти профілактиці та подоланню стресу і розвитку стресостійкості у майбутніх психологів. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу рівня прояву стресостійкості у майбутніх психологів.

Висновки. Теоретично обґрунтовано сутнісний зміст та роль стресостійкості як інтегральної властивості особистості. Визначено соціально-психологічні та вікові умови формування стресостійкості у майбутніх психологів. Розкриття структурно-змістовних характеристик стресостійкості в студентському віці дало змогу укласти її концептуальні основи. Формування стресостійкості у майбутніх психологів здійснюється з урахуванням первинної стресостійкості особистості через саморегуляцію, яка забезпечує взаємодію структурних компонентів стресостійкості: особистісного, соціального, поведінкового і забезпечує адекватне реагування на стресогенні чинники. З метою розвитку стресостійкості у майбутніх психологів було розроблено тренінг для підвищення рівня стресостійкості у майбутніх психологів.

Ключові слова та словосполучення: стрес; стресостійкість; особистість, стресостійкість у майбутніх психологів, профілактика.