

DOI [https://doi.org/10.32405/2522-9931-9\(38\)-10-24](https://doi.org/10.32405/2522-9931-9(38)-10-24)
УДК 378.01:373.01:159.9(045)

Брюховецька Олександра Вікторівна,
доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології та особистісного розвитку
Навчально-наукового інституту менеджменту та психології
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».
Київ, Україна.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4884-2878>
ciparisab011@gmail.com

ФОРМУВАННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У КЕРІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Анотація. Стаття присвячується проблемі професійного стресу в управлінській діяльності керівників закладів середньої освіти. Охарактеризовано особливості управлінської діяльності, які можуть стати причиною стресу. Розкрито значущість професійно важливих якостей керівника закладу середньої освіти, зокрема толерантності до професійного стресу. Проаналізовано поняття професійного стресу, визначено особистісні, поведінкові характеристики й індивідуальні особливості керівника, що впливають на виникнення професійного стресу. Підкреслено, що толерантність до професійних стресів дає змогу керівникові самоорганізуватися, протистояти сильним негативним впливам, що призводять до високого психологічного напруження, оскільки діяльність керівника супроводжується різними емоційними навантаженнями. Показано зв'язок толерантності до професійних стресів управлінців з успішністю їхньої професійної діяльності. Визначено й охарактеризовано рівні сформованості толерантності до професійних стресів у керівників закладів середньої освіти: високий, середній, низький. Наведено результати емпіричного дослідження особливостей сформованості толерантності до професійних стресів керівників закладів середньої освіти. Виявлено недостатній рівень сформованості толерантності до професійних стресів у досліджуваних керівників закладів середньої освіти. Виявлено особливості сформованості толерантності до професійних стресів досліджуваних залежно від типу закладу освіти, який вони очолюють. Констатовано доцільність сприяння розвитку сформованості толерантності до професійних стресів у керівників закладів середньої освіти у процесі професійної підготовки (здобуття

вищої освіти) і в умовах післядипломної освіти (підвищенні кваліфікації).

Наголошено на потреби в оптимізації роботи шкільної психологічної служби щодо забезпечення організаційно-психологічного супроводу розвитку зазначеної якості на рівні освітньої організації, груп, особистості.

Ключові слова: толерантність; професійний стрес; толерантність до професійного стресу; керівник закладу середньої освіти.

1. ВСТУП / INTRODUCTION

Постановка проблеми. Проблема професійного стресу вже протягом декількох десятиріч є об'єктом пильної уваги учених. З одного боку, професійний стрес впливає на ефективність діяльності, яку виконують фахівці, а з іншого боку, на стан суб'єкта праці, його фізичне і психологічне здоров'я, самопочуття, успішність в оволодінні вимогами професії в цілому. Сучасний контекст роботи ставить підвищені вимоги до ресурсів особистості фахівця в різних професійних сферах, при цьому вираженість та якість професійного стресу залежать від спеціалізації людини, особливостей емоційно-вольової, мотиваційної сфер особистості, а також від ситуаційного контексту праці. Аналіз різних професій дає змогу дійти висновків про те, що в умовах сучасних українських реалій однією з найскладніших є професія керівника.

Управлінська діяльність принципово відрізняється від інших видів діяльності, вимагає здійснення керівниками безлічі різноманітних управлінських функцій в умовах, що змінюються, у ситуаціях рольової і функціональної невизначеності, під час спілкування та взаємодії з іншими людьми, що завжди створює об'єктивні умови для виникнення в особистості управлінця стресових ситуацій. Вплив зазначених факторів призводить до зростання інтенсивності когнітивних, емоційних і комунікаційних навантажень, що вимагає високих психологічних ресурсів керівників.

Професійна діяльність керівника закладу середньої освіти на сучасному етапі модернізації освіти характеризується складністю, поліфункціональністю, широким спектром виконуваних завдань, великою соціальною значущістю. Практично будь-який аспект трудової і професійної діяльності може стати причиною стресу, що вимагає їх емоційної стійкості та гнучкості керівника закладу середньої освіти, його толерантності до професійного стресу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психолого-педагогічній науці накопичено певний потенціал для розроблення теоретико-методологічних і прикладних аспектів проблеми формування у керівників закладів середньої освіти толерантності до професійних стресів. Результати аналізу численних джерел наукової інформації дали змогу виявити високу актуальність проблеми формування толерантності до професійних стресів, як професійно важливої якості особистості управлінця, та увагу до неї з боку вчених, що наростає.

Сучасні науковці активно вивчають природу та механізми управління стресами, пов'язаними з управлінською діяльністю. Серед авторів, які деталізують види стресів, фактори, що їх викликають, та заходи, яких потрібно вживати на рівні організації та особистості для усунення стресів, слід виділити таких, як М. Вебер, Д. Галанцев, П. Друкер, Д. Карнегі, Н. Мирончук, Т. Туркот, А. Файоль, А. Фрідман, Ю. Щербатих, А. Шульдик та ін. Поняття «професійний стрес» набуло розвитку у працях Б. Голдстоуна, Т. Кокса, Р. Лазаруса, С. Фолкмана та ін. Проблематику професійного стресу з погляду психології розглянуто у працях Дж. Грінберга, Г. Купера, Л. Леві та ін. Дослідження проблеми прояву толерантності в професійній діяльності управлінців психолого-педагогічних профілів вимагало звернення до праць О. Асмолова, С. Бондиревої, Р. Ділтса, І. Дубровіної, І. Зимньої, Р. Кочюнаса, А. Маркової, Л. Мітіної, Р. Немова, А. Прихожан, К. Роджерса, Л. Шнейдер та ін.

На жаль, накопичені наукові дослідження та публікації з проблеми формування толерантності до професійного стресу потребують більш ґрунтовного їх вивчення та систематизації.

Загалом, управління закладами середньої освіти може утруднюватися через недостатній рівень розвитку у керівників певних професійно важливих якостей, зокрема толерантності до професійних стресів, яка, попри всю актуальність, не виступала предметом спеціального дослідження. Це зумовило *мету* нашої роботи.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Мета роботи – емпірично дослідити особливості сформованості толерантності до професійного стресу у керівників закладів загальної середньої освіти.

Завдання дослідження:

1) дослідити показники толерантності до професійного стресу керівників закладів середньої освіти;

2) визначити особливості толерантності до професійного стресу керівників закладів середньої освіти, залежно від організаційно-психологічних чинників.

3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

Психологічний аналіз показує, що типовими чинниками, які провокують появу у керівника напруження нервової системи, уваги, перевантаження, є такі, як різноманітні види діяльності, багато функцій і зон відповідальності, потреба у виконанні різних професійних завдань, праці з великими потоками інформації (часто в умовах невизначеності і дефіциту часу), потреба в ухваленні відповідальних рішень, здійсненні керівництва і координації роботи педагогічного колективу, інколи в умовах економічних ризиків [7].

Управлінська діяльність керівника закладу середньої освіти містить безліч різноманітних стресів: інформаційних, емоційних, комунікативних. Стрес є одним із механізмів деструктивної професіоналізації, що призводить до численних професійно-особистісних деформацій: емоційного вигорання, синдрому хронічної втоми, невротизації і психопатизації особистості управлінського персоналу. Тому вважаємо, що важливим чинником успішної управлінської діяльності керівника закладу середньої освіти є *толерантність до професійних стресів*.

Термін «*стрес*» (походить від англійського дієслова «to stress» – напруження, навантаження; стан підвищеного напруження) – сукупність неспецифічних адаптаційних (нормальних) реакцій організму на вплив різних несприятливих факторів, зокрема стресорів (фізичних або психологічних), що порушує його гомеостаз, а також відповідний стан нервової системи організму (або організму загалом) [8].

Для характеристики стресу робочого місця у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі використовується термін «*професійний стрес*». У зарубіжній літературі, як правило, використовуються поняття «стрес на роботі», «стрес на робочому місці», «трудоий стрес», «робочий стрес» без диференціювання факторів, пов'язаних з організаційними проблемами, і стресорів, що стосуються специфіки професійної діяльності [8], [9].

У вітчизняній літературі для опису стресу, пов'язаного з професійною діяльністю, найбільш поширений термін «*професійний стрес*», який розглядають як: 1) багатомірний феномен, що виражається у фізичних, фізіологічних і психологічних реакціях на напружені ситуації в трудовій діяльності людини (К. Маслач, Г. Нікіфоров, Г. Сальвенді, Дж. Шаріт та ін.); 2) напружений стан працівника, що виникає у нього через емоційно-

негативні та екстремальні фактори, пов'язані з виконанням професійної діяльності (О. Долгополова, Н. Самоукіна, Б. Смирнов та ін.); 3) комплекс явищ, пов'язаних з підвищеними вимогами до адаптаційних ресурсів людини й їх деструктивними наслідками під впливом факторів, властивих як конкретній трудовій ситуації, так і професійному життю людини загалом (О. Леонова та ін.) [8], [9], [11].

Професійні стреси проявляються у фізичних і психічних реакціях керівників на напружені ситуації в управлінській діяльності. Існує думка про те, що майже 90% усіх захворювань керівників закладів середньої освіти пов'язані з професійним стресом. Доведено, що тривалий професійний стрес може породжувати замкнутість, відособленість, відчуження, відчуття неадекватності, непевнність, підвищену чутливість, незадоволеність сформованими взаєминами, невротичну декомпенсацію [9].

Як зазначає Л. Джоуел [5], на виникнення професійного стресу впливають особистісні і поведінкові характеристики людини, такі, як наполегливе прагнення досягнути намічених, але зазвичай нечітко визначених цілей; велике бажання і готовність змагатися; постійне прагнення бути визнаним і просунути в кар'єрі; систематичне виконання багатьох різноманітних функцій в умовах ліміту часу; схильність збільшувати темп виконання своїх функцій; незвичайно висока швидкість розумових і фізичних реакцій тощо. Особливе значення мають індивідуальні особливості керівника: відсутність педагогічної спрямованості, підвищена агресивність, дратівливість, ригідність, низька емпатійність, висока тривожність, песимістичність, емоційна нестійкість, неадекватне самооцінювання, авторитарність та інтолерантність [6].

Толерантність до професійних стресів дає змогу керівникові самоорганізуватися в умовах стресу, протистояти сильним негативним впливам, що призводять до високого психологічного напруження, оскільки діяльність керівника супроводжується різними емоційними навантаженнями [2].

У керівників з високим рівнем толерантності до професійних стресів яскраво виражені активність і задоволеність діяльністю, стрес не вважається проблемою в управлінській діяльності, є бажання зустрічатися з новими людьми й набувати нового досвіду, присутнє здорове почуття гумору.

Керівники з середнім рівнем толерантності до професійних стресів характеризуються неможливістю зосередитися, частими помилками в роботі, у них занадто часто виникає відчуття втоми, робота не дає колишньої радості, поступово втрачається почуття гумору.

Керівники з низьким рівнем толерантності до професійних стресів характеризуються почуттям емоційної спустошеності, зменшенням кількості позитивних емоцій, цинічним ставленням до своєї праці й її об'єктів, неможливістю перестати обдумувати або переживати події минулого дня, нездатністю розслабитися вечорами, формуванням почуття некомпетентності, фіксацією на невдачах у своїй професійній діяльності.

4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS

Вибірку досліджуваних становлять 1198 керівників закладів загальної середньої освіти з різних регіонів України, з них 77,9% жінок, 22,1% чоловіків, які були розподілені на групи за: 1) віком: до 35 років (20,7%), від 35 до 40 років (22,8%), від 40 до 48 років (39,9%), понад 48 років (16,7%); 2) стажем управлінської діяльності: до 5 років (21,1%); 5–10 років (23,2%); 10–20 років (18%); понад 20 років (10,5%); 3) видами закладів середньої освіти: традиційного типу (40,7%); нового типу (40,7%); 4) за регіонами: центр (37,6%); регіони (62,4%).

В емпіричному дослідженні використано такі методи:

- аналіз, узагальнення і систематизація психологічної, педагогічної та науково-методичної літератури у галузі організаційної психології та освіти;
- методика «Стійкість до стресу» [3];
- статистично-математичні методи опрацювання даних (кореляційний, дисперсійний) з використанням комп'ютерної програми SPSS (версія 17.0).

5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS

Професійні стреси – це феномени, які виявляються у фізіологічних і психологічних реакціях на складну виробничу ситуацію. О. Леонова [2]; [8] вважає, що професійний стрес виникає через невідповідність вимог робочого середовища й індивідуальних ресурсів працівника, що створює потенційну загрозу для успішності професійної діяльності.

«Стрес керівника» – це утверджений психологічний термін, що вказує на типовість випадків проблеми такого характеру по всьому світу. Відповідальність за добробут і саме існування організації, постійні конфлікти у вищих сферах, відсутність хоча б якихось довірених осіб – усе це призводить до тяжкого, хронічного стресу. Безліч побічних ознак вказує на те, що саме керівник – психологічно найвразливіший соціальний працівник.

Емпіричне дослідження сформованості толерантності до професійних стресів надало можливість виявити її недостатній рівень (табл. 1).

Таблиця 1

Рівні сформованості толерантності до професійних стресів у керівників закладів середньої освіти

Показник	Рівень сформованості (кількість досліджуваних, у %)		
	низький	середній	високий
Толерантність до професійних стресів	13,2	65,1	21,7

Як видно з табл. 1, переважна більшість досліджуваних керівників має низький (13,2%) і середній (65,1%) рівні *толрантності до професійних стресів*. Велика кількість керівників з низьким і середнім рівнями толерантності до професійних стресів може свідчити, на нашу думку, про низьку здатність управлінців ефективно долати значні навантаження, суперечливі або невизначені вимоги, невміння підтримувати спокійний стан, створювати виважені позитивні управлінські стосунки. Робота в умовах професійного стресу є серйозним випробовуванням фізичного і психічного здоров'я керівника, перевіркою міри його професійної надійності.

Високий рівень толерантності до професійних стресів виявлено у 21,7% досліджуваних керівників. Для таких керівників характерним є: позитивність і раціональність мислення; уміння підтримувати спокійний стан, рівні, виважені управлінські стосунки і спокійну обстановку в умовах стресу; здатність ефективно долати значні фізичні і психологічні навантаження; самокритичність, позитивне ставлення до критики; самоповага; уміння в поведінці концентруватися на головному. Більшість ситуацій, які викликають професійний стрес, керівник здатен вирішити самостійно.

Отримані дані узгоджуються з результатами дослідження Л. Почебут [2], яка визначає, що низький рівень толерантності до професійних стресів створює постійні умови для емоційного напруження, що призводить до передчасного професійного вигорання.

Проаналізовано також чинники сформованості *толрантності до професійного стресу* у керівників закладів середньої освіти на мезорівні аналізу.

Появу закладів середньої освіти нового типу як об'єктивного явища сучасного культурологічного процесу визначили такі передумови: новий етап розвитку суспільства, як наслідок – оновлене соціальне замовлення – виховати громадянина України, здатного жити в ринкових умовах, бути конкурентоспроможним; реальний історико-культурний досвід розвитку різних типів шкіл в Україні; удосконалення та розвиток закладів освіти нового покоління різних форм власності, забезпечення їх законодавчо-правового захисту; відпрацьована система спеціалізованих шкіл, широка мережа яких притаманна освіті в нашій країні; багатий досвід шкіл і класів з поглибленим вивченням окремих предметів; значна кількість різноманітних факультативів, гуртків, інших позакласних занять за інтересами учнівської молоді (малі академії наук, наукові товариства, будинки і палаци дитячої творчості, станції юних техніків, туристів, екологів тощо); досягнення в цій галузі зарубіжних країн. Однак, оскільки ці передумови ініційовані і створені переважно керівниками, то головне, що забезпечило виникнення і функціонування закладів середньої освіти нового типу, є керівні кадри, здатні до особистісно-професійної самореалізації, постійного вдосконалення і саморозвитку, до створення конкурентоспроможних освітніх організацій і висококваліфікованих, соціально-активних педагогічних колективів.

Керівництво закладами середньої освіти нового типу відрізняється від керівництва традиційними багатьма позитивними факторами. Наприклад, такі навчальні заклади зазвичай краще технічно оснащені, співробітники постійно освоюють новітні методи роботи, більше уваги приділяється науково-дослідницькій та проектній роботі, проводиться велика кількість різноманітних заходів тощо. Усе це, безумовно, є позитивним для якісної організації освітнього процесу. Але при цьому керівники постійно перебувають у стані стресів через надмірну відповідальність перед вищим керівництвом, батьками, учнями, вимушені багато часу приділяти засвоєнню нових методів, мають бути спеціалістами у багатьох сферах освітнього процесу, тобто виправдовувати очікування, пов'язані із заявленими перевагами закладів нового типу [2].

Отже, виявлено статистично значущий зв'язок (на рівні $p < 0,01$) між типом закладу середньої освіти, який очолюють досліджувані керівники, та рівнями *толерантності до професійних стресів* (табл. 2).

Як видно з табл. 2, рівень толерантності до професійних стресів виявився вищим у керівників закладів середньої освіти традиційного типу. Це можна пояснити тим, що ці керівники повністю усвідомлюють і відчувають свою роль в освітній організації, мають такий рівень напруженості, який дає змогу ефективно працювати. Це можна пояснити

відсутністю конкуренції і партнерською взаємодією серед персоналу традиційних шкіл, прагненням керівників шукати та знаходити баланс між власними інтересами й інтересами інших, попереджати та продуктивно вирішувати конфліктні ситуації.

Таблиця 2

Розподіл досліджуваних керівників за рівнями толерантності до професійного стресу та різними типами закладів середньої освіти, які вони очолюють

Показник	Тип закладу середньої освіти (кількість досліджуваних, у %)					
	Заклад традиційного типу			Заклад нового типу		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Толерантність до професійних стресів	11,5**	64,1**	24,4**	14,6**	65,4**	20,0**

** – рівень статистичної значущості ($p < 0,01$)

Керівники закладів середньої освіти нового типу часто змушені брати на себе надмірно багато, спостерігається велика перевантаженість в обсягах робіт, виникають негативні відчуття, які переобтяжують емоційний стан, надають йому негативного забарвлення. Така ситуація зазвичай призводить до професійного стресу.

Отримані результати узгоджуються з дослідженнями О. Бондарчук [1], яка зазначає, що керівники закладів середньої освіти традиційного типу краще пристосовуються до професійної діяльності в умовах соціально-політичних та соціально-економічних змін, а брак структури, ясності, визначеності, безумовно, впливає на психологічний стан керівників, зумовлюючи розвиток професійних стресів.

Отже, виокремлені особливості вияву толерантності до професійних стресів у досліджуваних керівників можуть свідчити про те, що значні ускладнення в її розвитку в процесі неперервної професійної підготовки можуть бути зумовлені відсутністю у змісті професійної підготовки та підвищення кваліфікації превентивних заходів і спеціальної роботи психологічних служб та організаційних психологів.

Превентивні заходи щодо виникнення професійного стресу у керівників закладів середньої освіти мають охоплювати: вибір управлінцями оптимальної стратегії здоров'язбереження; підвищення рівня їхньої професійної стресостійкості; оволодіння продуктивними

копінг-стратегіями; створення здоров'язберезувального, психологічно безпечного освітнього середовища у школі; створення сприятливого психологічного клімату в педагогічному колективі; цілеспрямовану діяльність шкільної психологічної служби зі збереження і зміцнення професійного здоров'я керівників і співробітників; самоосвіту, самовдосконалення керівників; участь у тренінгах професійного зростання, тренінгах антивигорання, антистрес-тренінгах; підвищення управлінської та психологічної культури керівників і співробітників; розумну організацію праці керівника, оптимальне робоче навантаження [9], [10].

У практиці діяльності закладів середньої освіти слід *оптимізувати роботу шкільної психологічної служби*, призначення якої – забезпечити організаційно-психологічний супровід на рівні освітньої організації, груп, особистості.

До заходів зниження стресового напруження на рівні освітньої організації та групи належать такі:

- гармонізація міжособистісних взаємин між керівництвом і співробітниками, поліпшення психологічного клімату в освітній організації, згуртування колективу;
- залучення керівництвом співробітників до ухвалення значущих для педагогічного колективу рішень, делегування управлінських повноважень, розвиток ініціативи і самостійності співробітників; відмова від дріб'язкової опіки, контролю, психологічного пресингу;
- створення керівництвом творчої атмосфери, зняття перешкод для професійного зростання і самовираження співробітників;
- ефективна організація праці керівництва і педагогічного колективу: збалансовані навантаження впродовж робочого тижня, навчального року, зручний розклад тощо;
- поліпшення матеріально-технічної бази освітньої організації;
- соціальна підтримка, вирівнювання балансу між витраченими зусиллями керівництва й співробітників та одержуваною винагородою тощо;
- організація системи організаційно-психологічного супроводу керівництва і співробітників з метою психологічної підтримки, профілактики професійних деформацій, навчання за антистресовими програмами, організація психологічних тренінгів тощо.

Процес зменшення стресу в діяльності керівника на особистісному рівні має такі напрями:

- оволодіння сучасними управлінськими технологіями, уміннями та навичками;
- раціоналізація управлінської діяльності;
- оптимізація стилю управлінського спілкування, відмова від авторитарності, гнучкість у застосуванні різних стилів керівництва;
- ведення здорового способу життя, підтримання гарної фізичної форми;
- формування механізмів адаптації до напружених факторів професійної діяльності;
- підвищення психологічної та комунікативної компетентності;
- формування емоційної культури і стресостійкості тощо [7], [10].

На завершення зазначимо, що розвиток толерантності до професійного стресу внесено нами до системи організаційно-психологічного супроводу підготовки керівників закладів середньої освіти у процесі здобуття вищої освіти і в умовах післядипломної освіти (підвищення кваліфікації). А проявлений науковцями інтерес до цієї теми, на нашу думку, свідчить про своєчасність та актуальність порушення цього питання.

6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH

1. Виявлено недостатній рівень сформованості толерантності до професійних стресів досліджуваних керівників закладів середньої освіти. Визначено особливості толерантності до професійних стресів управлінців, залежно від організаційно-психологічних чинників.

2. Доцільним є сприяння розвитку толерантності до професійних стресів управлінців, який, зокрема, можна забезпечити під час неперервної професійної підготовки керівників закладів середньої освіти у процесі здобуття вищої освіти та підвищення кваліфікації.

3. Недостатній рівень сформованості толерантності до професійних стресів свідчить про потребу в *оптимізації роботи шкільної психологічної служби*, призначення якої – забезпечити організаційно-психологічний супровід розвитку зазначеної якості на рівні освітньої організації, груп, особистості.

Перспективи подальших досліджень. У перспективі – теоретичне обґрунтування, розроблення й апробація програми формування толерантності до професійного стресу у керівників закладів середньої освіти в процесі професійної підготовки (здобуття вищої освіти) і умовах післядипломної освіти (підвищення кваліфікації).

7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] О. І. Бондарчук, *Соціально-психологічні основи особистісного розвитку керівників загальноосвітніх навчальних закладів у професійній діяльності*. Київ, Україна: Науковий світ, 2008, 318 с.
- [2] О. В. Брюховецька, *Психологія професійної толерантності керівників загальноосвітніх навчальних закладів*. Київ, Україна: Інтерсервіс, 2018, 360 с.
- [3] Н. Е. Водопьянова, *Психодиагностика стресса*. Санкт-Петербург, Россия: Питер, 2009, 336 с.
- [4] М. Е. Генсон, *Керування освітою та організаційна поведінка*. Львів, Україна: Літопис, 2002, 384 с.
- [5] Л. Джоуэл, *Индустриально-организационная психология*. Санкт-Петербург, Россия: Питер, 2001, 720 с.
- [6] Л. М. Карамушка, *Психологія освітнього менеджменту*. Київ, Україна: Либідь, 2004, 424 с.
- [7] Р. Л. Кричевский, *Если Вы – руководитель... Элементы психологии менеджмента в повседневной работе*. – 2-е изд., доп. и перераб. Москва, Россия, 1996, 198 с.
- [8] А. Б. Леонова, «Комплексная методология анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции», *Психологический журнал*, Т. 25, № 2, с. 75–85, 2004.
- [9] Е. Л. Марковец, «Исследование стрессовых состояний у педагогов», *Наука і освіта*. Одеса, Україна, № 4, с. 61–65, 2000.
- [10] В. І. Розов, *Адаптивні антистресові технології*. Київ, Україна: Кондор, 2005, 278 с.
- [11] Н. В. Самоукина, *Психология и педагогика профессиональной деятельности*. Москва, Россия: Тандем, 1999, 352 с.

FORMATION OF TOLERANCE TO PROFESSIONAL STRESS IN LEADERS OF SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS

Oleksandra Brukhovetska,

PsyD, Prof.,

Dept. of Psychology and Personal Development

Institute of Management and Psychology

SIHE «University of Educational Management».

Kyiv, Ukraine.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4884-2878>

ciparisab011@gmail.com

Abstract. The article is devoted to the problem of occupational stress in the management activity of the heads of secondary education institutions. The features of managerial activity that can cause stress are characterized. The importance of professionally important qualities of the head of a secondary education institution, in particular, tolerance to occupational stress is revealed. The concept of occupational stress is analyzed, the personal, behavioral characteristics and individual characteristics of the manager influencing the occurrence of occupational stress are determined. It is emphasized that tolerance to occupational stress allows the manager to self-organize in the conditions of stress, to withstand the strong negative emotional influences that cause high mental tension, since the activity of the leader takes place in the conditions of considerable psychological stress.

The relation of professional stress tolerance of managers with the success of their professional activity is shown. The levels of tolerance to occupational stress in the heads of secondary education institutions are defined and characterized: high, medium, low. The results of the empirical study of the features of the formation of tolerance to the professional stresses of the heads of secondary education institutions are presented. Insufficient level of formation of tolerance to occupational stress tolerance in the studied heads of secondary education institutions was revealed.

The peculiarities of the formation of tolerance to the professional stresses of the subjects, depending on the type of educational institution headed by the investigated managers, are revealed. The expediency of promoting the development of tolerance to the professional stresses of the heads of secondary education institutions in the process of vocational training (higher education) and in postgraduate education (advanced qualifications) was stated. The necessity to optimize the work of the school psychological service for providing organizational and psychological support for the development of the specified quality at the level of educational organization, groups, and personality was emphasized.

Key words: tolerance; occupational stress; tolerance for occupational stress; Head of secondary education institution

ФОРМИРОВАНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ СТРЕССУ У РУКОВОДИТЕЛЕЙ УЧРЕЖДЕНИЙ СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Брюховецкая Александра Викторовна,

доктор психологических наук, доцент,
профессор кафедры психологии и личностного развития
Учебно-научного института менеджмента и психологии
ГЗВО «Университет менеджмента образования».
Киев, Украина.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4884-2878>

ciparisab011@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена проблеме профессионального стресса в управленческой деятельности руководителей заведений среднего образования. Охарактеризованы особенности управленческой деятельности, которые могут стать причиной стресса. Раскрыта значимость профессионально важных качеств руководителя заведения среднего образования, в частности, толерантности к профессиональному стрессу. Проанализированы понятия профессионального стресса, определены личностные, поведенческие характеристики и индивидуальные особенности руководителя, влияющие на возникновение профессионального стресса. Подчеркнуто, что толерантность к профессиональным стрессам позволяет руководителю самоорганизоваться, противостоять сильным отрицательным воздействиям, вызывающим высокое психологическое напряжение, поскольку деятельность руководителя сопровождается разными эмоциональными нагрузками.

Показана связь толерантности к профессиональным стрессам управленцев с их успехами в профессиональной деятельности. Определены и охарактеризованы уровни сформированности толерантности к профессиональным стрессам у руководителей учреждений среднего образования: высокий, средний, низкий. Приведены результаты эмпирического исследования особенностей сформированности толерантности к профессиональным стрессам руководителей заведений среднего образования.

Выявлен недостаточный уровень сформированности толерантности к профессиональным стрессам у исследуемых руководителей заведений среднего образования. Выявлены особенности сформированности толерантности к профессиональным стрессам исследуемых в зависимости от типа учебного заведения, которые они возглавляют. Констатируется целесообразность содействия развитию

сформированности толерантности к профессиональным стрессам у руководителей заведений среднего образования в процессе профессиональной подготовки (получения высшего образования) и в условиях последипломного образования (повышения квалификации). Отмечена необходимость оптимизации работы школьной психологической службы по обеспечению организационно-психологического сопровождения развития указанного качества на уровне образовательной организации, групп, личности.

Ключевые слова: толерантность; профессиональный стресс; толерантность к профессиональному стрессу; руководитель заведения среднего образования.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] O. I. Bondarchuk, Sotsialno-psykholohichni osnovy osobystisnoho rozvytku kerivnykiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv u profesiinii diialnosti. Kyiv, Ukraina: Naukovyi svit, 2008, 318 s.
- [2] O. V. Briukhovetska, Psykholohiia profesiinoi tolerantnosti kerivnykiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv. Kyiv, Ukraina: Interservis, 2018, 360 s.
- [3] N. E. Vodop'yanova, Psihodiagnostika stressa. Sankt-Peterburg, Rossiya: Piter, 2009, 336 s.
- [4] M. E. Henson, Keruvannia osvitoiu ta orhanizatsiina povedinka. Lviv, Ukraina: Litopys, 2002, 384 s.
- [5] L. Dzhouel, Industrial'no-organizacionnaya psihologiya. Sankt-Peterburg, Rossiya: Piter, 2001, 720 s.
- [6] L. M. Karamushka, Psykholohiia osvitnoho menedzhmentu. Kyiv, Ukraina: Lybid, 2004, 424 s.
- [7] R. L. Krichevskij, Esli Vy – rukovoditel'... Elementy psihologii menedzhmenta v povsednevnoj rabote. – 2-e izd., dop. i pererab. Moskva, Rossiya, 1996, 198 s.
- [8] A. B. Leonova, «Kompleksnaya metodologiya analiza professional'nogo stressa: ot diagnostiki k profilaktike i korrekcii», Psihologicheskij zhurnal, T. 25, № 2, s. 75–85, 2004.
- [9] E. L. Markovec, «Issledovanie stressovyh sostoyanij u pedagogov», Nauka i osvita. Odesa, Ukraina, № 4, s. 61–65, 2000.
- [10] V. I. Rozov, Adaptivni antystresovi tekhnolohii. Kyiv, Ukraina: Kondor, 2005, 278 s.
- [11] N. V. Samoukina, Psihologiya i pedagogika professional'noj deyatel'nosti. Moskva, Rossiya: Tandem, 1999, 352 s.