УДК 159.947:355.01

Юлія Тептюк
Національний педагогічний університет
ім. М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна
https://orcid.org/0000-0002-2918-112X
kagerou@bigmir.net

ПРО РЕЗУЛЬТАТИ ФОРМУВАЛЬНОГО ЕКСПЕРИМЕНТУ ІЗ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ

У статті презентовано результати апробації авторської програми розвитку стресостійкості соціальних працівників під час формувального експерименту. До складу вибірки увійшли соціальні працівники Солом'янської районної державної адміністрації м. Київ та м. Умань Черкаської області. Було відібрано осіб із середнім та низьким рівнями стресостійкості. Усі обстежувані розподілялись на дві групи – експериментальну та контрольну – шляхом рандомного розщеплення. У подальшому було здійснено перевірку гомогенності за допомогою непараметричних критеріїв. За критерієм Колмогорова – Смирнова було визначено, чи відповідають наявні експериментальні дані критеріям нормальності розподілу. Для інтерпретації отриманих емпіричних результатів використано програми обробки статистичних баз даних: Microsoft Office Excel 2007 і Statistical Package for Social Science (версія 13).

Для підтвердження достовірності отриманих результатів застосовано непариметричні методи математичної статистики, а саме U-критерій Манна – Уїтні і W-критерій Вілкоксона. Далі було здійснено зовнішній вплив на експериментальну групу завдяки комплексу заходів, що містилися в авторській програмі. Після цього за допомогою критерія Вілкоксона для парних вибірок було здійснено порівняння зрушень в експеримента-

© *Тептюк Ю.*

ній та контрольній групах. Здійснення статистичного аналізу емпіричних результатів дослідження відбувалось за такою послідовністю: порівняння емпіричних показників отриманих на початковому (вхідному зрізі) тестуванні та заключному тестуванні та статистичне порівняння динаміки змін двох зрізів. В експериментальній групі не простежується суттєвих значущих зрушень лише за показниками "самооцінка", "оптимізм", "співпраця", що повною мірою відповідає результатам дисперсійного аналізу констатувального етапу дослідження. У контрольній групі суттєвих змін за усіма показниками розвитку стресостійкості не відбулося.
Ключові слова: програма розвитку стресостійкості; соціальний працівник; формувальний експеримент; експериментальна група; контрольна група.

1. ВСТУП

Багатократні стресові ситуації, в які потрапляє соціальний працівник під час складної соціальної взаємодії із клієнтами, постійне проникнення у сутність їхніх соціальних проблем, особиста незахищеність та інші зовнішні та внутрішні чинники негативно впливають на його психічне та фізичне здоров'я, підвищують ризик емоційного вигорання та професійної деформації. Тому, безумовно, професійна діяльність у таких ситуаціях потребує наявності певних якостей фахівця. Однією із найважливіших якостей має бути стресостійкість. Від успішного вирішення питань розвитку стресостійкості залежить ефективність професійної діяльності соціальних працівників, здатних підтримувати високу опірність негативним діям, доцільність поведінки, зберігаючи психофізичне благополуччя, здійснюючи пошук шляхів забезпечення успішного функціонування та підвищення безпеки своєї праці [1]. Із цього виходить, що соціальним працівникам необхідно розвивати стресостійкість. Їм необхідно навчитися витримувати високий рівень професійного навантаження, управляти власними емоціями у стресових ситуаціях для збереження психічного здоров'я, вчасно мобілізовувати внутрішні ресурси для подолання стресових ситуацій.

Постановка проблеми. Розвиток стресостійкості у соціальних працівників буде мати системний ефект, якщо буде передбачати взаємодію властивостей, рис, стратегій та інших внутрішніх передумов стійкості до стресорів, чого можна досягти за певних психологічних

умов. Ми цілком солідарні з Є. П. Крупником, Т. Л. Крюковою та Г. М. Ришко, на думку яких, у дорослому віці дуже складно змінювати і варіювати риси особистості (можливо хіба що лише тимчасово їх інтенсифікувати у межах конкретної психотехнічної вправи), бо ці риси більшою мірою є сформованими моделями функціонування особистості, які реалізуються автоматично з рівня підсвідомого, і нейрофізіологічно детермінованими. Тому найбільш простою альтернативою є засоби, які повністю залежні від свідомості та особистої волі людини – розроблені чи запозичені нею стратегії взаємодії зі стресогенними проблемами життя. Оскільки ці стратегії, на відміну від рис, можна свідомо генерувати і реалізовувати як ситуативний контрзахід до дії стрес-чинників, це відкриває можливість посилити на основі варіювання рис для розвитку стресостійкості спеціальним психологічним навчанням, умінням створювати нові стратегії попередження і долання типових і випадкових стресорів, а також освоїти прийоми швидкого поновлення психофункціонального стану у випадку його погіршення через неможливість їх уникнути [2], [3], [4].

Вивчення теоретичних джерел, досвід практичної діяльності, емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку стресостійкості у соціальних працівників дозволили дійти висновків, що проблема розвитку стресостійкості може бути успішно вирішена за таких умов: створення психологічно безпечного професійного простору, що забезпечує формування компетентності із питань стресу і навичок його подолання в процесі психологічної підготовки соціального працівника; можливість міжособистісної взаємодії; соціально-психологічну підтримку і допомогу фахівцеві для підвищення індивідуальної стійкості до стресу, які було враховано при складанні авторської програми розвитку стресостійкості соціальних працівників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відносно розробки проблеми стресостійкості до теперішнього часу не досягнуто не лише концептуальної, але навіть термінологічної єдності. Феномени стресостійкості у різних її формах вивчають розрізнено, поки ще лише апелюючи до необхідності інтеграції підходів на єдиній теоретичній основі. Між тим сучасні дослідження вказують на комплексний характер стресостій-

кості [5], [6], [7]. Українськими науковцями зроблено чимало у дослідженні стрес-проблематики. Так, О. Я. Чебикін обґрунтував стрес як актуальну проблему для сучасної молоді. На рівні докторської дисертації І. Ф. Аршава досліджувала емоційну стійкість людини та її діагностику, Ю. Л. Бриндіков – питання теорії та практики реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій у системі соціальних служб, О. М. Кокун – оптимізацію адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності. В. М. Корольчук досліджувала психологію стресостійкості особистості, Н. В. Родіна – системне моделювання у контексті психології копінг-поведінки. О. В. Тімченко розглядав професійний стрес із позицій його концептуалізації, прогнозування, діагностики і корекції. Проблемі стресостійкості у різних сферах професійної діяльності присвятили свої наукові дослідження М. Е. Белова, В. В. Доценко, К. В. Кім, О. А. Кириленко, А. Б. Колосов, А. М. Льовочкіна, В. І. Мозговий, Д. Ю. Морозов, О. І. Склень, М. Ю. Хворост, З. Р. Шайхлисламов, А. В. Якимчук та ін.

Мета статті – викладення результатів апробації авторської програми розвитку стресостійкості соціальних працівників під час формувального експерименту.

2. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Перший етап (організаційно-діагностичний). На цьому етапі здійснювалось формування вибірки для участі в експерименті (табл. 1).

Таблиця 1

Характеристика вибірки обстежуваних за рівнями розвитку стресостійкості

Рівні стресостійкості	N (група 20–39 років)	Стандартне відхилення	N (група 40–59 років)	Стандартне відхилення	N (група 60 років і старші)	Стандартне відхилення
Високий	24	2,250	19	4,076	21	2,839
Середній	34	2,044	41	2,917	34	2,641
Низький	2	,000	0	0	2	2,828
Разом	60	4,914				

До складу вибірки увійшли соціальні працівники Солом'янської районної державної адміністрації м. Київ та м. Умань Черкаської області. Було відібрано 113 осіб із середнім та низьким рівнями стресостійкості.

Усі обстежувані розподілялись на дві групи – експериментальну та контрольну – шляхом рандомного розщеплення (із залишенням двох груп у кількості, що дозволяє здійснення експериментального впливу). У подальшому було здійснено перевірку гомогенності за допомогою непараметричних критеріїв (табл. 2).

Таблиця 2

Склад експериментальної та контрольної груп, що брали участь в апробації авторської програми розвитку стресостійкості соціальних працівників

		ЕГ	КГ
Валідні	1,00	30	30

За допомогою критерію Колмогорова – Смирнова було визначено, чи відповідають наявні експериментальні дані дисертаційного дослідження критеріям нормальності розподілу (табл. 3).

Зазначимо, що нормальний розподіл – це симетричний розподіл, за якого крайні значення зустрічаються доволі рідко і частота поступово підвищується від крайніх до середніх значень ознаки.

Таблиця 3

Перевірка нормальності розподілу шкал для експериментальної та контрольної груп

№ з/п	Показник	Значення Колмогорова – Смирнова в ЕГ	Значущість	Значення Колмогорова – Смирнова у КГ	Значущість
1	2	3	4	5	6
1	Стресостійкість	0,938	0,343	0,938	0,343
2	Тривожність	0,733	0,656	0,733	0,656
3	Самооцінка	0,914	0,374	0,914	0,374

1	2	3	4	5	6
4	Локус контролю	0,615	0,844	0,615	0,844
5	Внутрішня мотивація	1,076	0,197	1,076	0,197
6	Зовнішня позитивна мотивація	0,734	0,655	0,734	0,655
7	Зовнішня негативна мотивація	0,783	0,572	0,783	0,572
8	Активність	0,518	0,951	0,518	0,951
9	Оптимізм	0,851	0,464	0,851	0,464
10	Суперництво	0,737	0,649	0,737	0,649
11	Співпраця	1,087	0,188	1,087	0,188
12	Компроміс	1,074	0,199	1,074	0,199
13	Уникнення	0,914	0,374	0,914	0,374
14	Пристосування	1,154	0,139	1,154	0,139
15	Вирішення проблем	0,767	0,599	0,767	0,599
16	Пошук соціальної підтримки	0,588	0,88	0,588	0,88
17	Уникнення проблем	0,758	0,614	0,758	0,614
Виводяться асимптотичні значущості. Рівень значущості дорівнює 0,05					

Як бачимо, усі шкали у двох групах демонструють розподіл, відмінний від нормального. Будь-яке експериментальне дослідження не може вважатися достовірним, якщо воно не підтверджене достовірними статистичними методами - методами математичної обробки даних. Для інтерпретації отриманих емпіричних результатів використано програми обробки статистичних баз даних: Microsoft Office Excel 2007, Statistical Package for Social Science (SPSS, версія 13). Програмні пакети дозволяють виконувати математичні операції із даними, обирати для

оцінювання той чи інший статистичний критерій. Рівень значущості розбіжностей нами обрано традиційний – менше 5 %.

Для підтвердження достовірності отриманих результатів ми звернулися до непараметричних методів математичної статистики, а саме застосували U-критерій Манна – Уїтні, який був запропонований Френком Вілкоксоном (F. Wilcoxon) і був істотно перероблений і розширений Х. Б. Манном (H. B. Mann) і Д. Р. Уїтні (D. R. Whitney). Він дозволяє виявляти розбіжності у значенні параметра між малими вибірками. Цей статистичний критерій використовується для оцінювання розбіжностей між двома незалежними вибірками за рівнем якої-небудь ознаки, вимірюваної кількісно. Він дозволяє виявляти розбіжності у значенні параметра між малими вибірками. Кількість респондентів у групах обстежуваних свідчить про доцільність застосування U-критерію Манна – Уїтні, який є менш чутливим до крайніх значень. Тобто вибір критерію ґрунтувався на розмірі вибірки, адже його можливо застосовувати для непараметричних тестів та на невеликих вибірках (табл. 4).

Таблиця 4

Порівняння гомогенності на вхідному тестуванні за допомогою критерію Манна – Уїтні

№ з/п	Показник	Середнє за ЕГ	Середнє за КГ	U-критерій Манна – Уїтні для незалежних вибірок	Значущість
1	2	3	4	5	6
1	Стресостійкість	37,27	37,67	454,5	0,95
2	Тривожність	44,23	48,1	564,5	0,09
3	Самооцінка	14,83	13,57	342,5	0,11
4	Локус контролю	15,03	14,27	430,5	0,77
5	Внутрішня мотивація	4,17	4,3	497	0,47
6	Зовнішня позитивна мотивація	4,06	4,01	440,5	0,89

1	2	3	4	5	6
7	Зовнішня негативна мотивація	3,75	3,78	462	0,86
8	Активність	20,33	20,27	449,5	0,99
9	Оптимізм	11,57	11,4	428,5	0,74
10	Суперництво	3,73	3,47	417	0,62
11	Співпраця	6,23	5,67	347	0,12
12	Компроміс	7,4	7,07	402	0,47
13	Уникнення	7,33	6,4	343,5	0,11
14	Пристосування	5,33	7,4	689,5	0,00**
15	Вирішення проблем	26,53	27,67	523,5	0,28
16	Пошук соціальної підтримки	22,63	23,03	471,5	0,75
17	Уникнення проблем	20,43	20,3	450	0,796

Також застосовувався W-критерій Вілкоксона для перевірки відмінностей між двома вибірками парних вимірів, який призначений для зіставлення показників, виміряних у двох різних умовах (вхідне-вихідне) на одній і тій же вибірці обстежуваних. Зазвичай діагностику рівня компетенцій здійснюють методами кваліметричної оцінки за допомогою багаторівневої системи показників: метод "теоретичного еталону", метод оцінки за групою критеріїв, метод інтегральної оцінки; метод комплексної оцінки. Як бачимо, усі параметри, окрім "пристосування", демонструють відсутність значущих відмінностей за показниками в експериментальній та контрольній групах.

Далі нами було здійснено зовнішній вплив на експериментальну групу завдяки комплексу заходів, що містилися в авторській програмі [8]. Після цього за допомогою критерію Вілкоксона для парних вибірок було здійснено порівняння зрушень в експериментальній та контрольній групах.

Т-критерій Вілкоксона:

$$\mathbf{T} = \sum Rr,$$

де ∑Rr – сума рангів, що відповідають нетиповим зрушенням.

Далі отримане значення Т-критерію Вілкоксона за обраним рівнем статистичної значущості (p = 0,05 або p = 0,01) та при заданій чисельності n було порівняно із критичним (табл. 5, 6). Здійснення статистичного аналізу емпіричних результатів дослідження відбувалось за такою послідовністю: проведення порівняння емпіричних показників, отриманих на початковому (вхідному зрізі) тестуванні та заключному тестуванні, та статистичне порівняння динаміки змін двох зрізів.

Таблиця 5

Результати динаміки змін показників стресостійкості після апробації авторської програми в експериментальній групі (N=30)

№ з/п	Показник	Середнє	Стандартне відхилення	Середнє	Стандартне відхилення	Значущість
1	2	3	4	5	6	7
1	Стресостійкість	37,37	3,855	35,1667	4,07755	,000
2	Тривожність	44,23	8,093	31,8000	5,82740	,000
3	Самооцінка	14,83	2,705	14,81	2,70483	,994
4	Локус контролю	15,03	4,375	17,2333	4,98746	,000
5	Внутрішня мотивація	4,167	,7915	4,9000	1,02217	,000
6	Зовнішня позитивна мотивація	4,057	,6652	4,867	,83391	,000
7	Зовнішня негативна мотивація	3,750	,8978	4,2867	,92580	,000
8	Активність	20,33	5,573	25,2667	6,85280	,000
9	Оптимізм	11,57	3,919	11,5667	3,91886	,894
10	Суперництво	3,73	2,449	2,5333	1,54771	,000
11	Співпраця	6,23	1,357	6,27	1,35655	0,921

1	2	3	4	5	6	7
12	Компроміс	7,40	1,429	8,4000	1,42877	,000
13	Уникнення	7,33	2,139	8,0000	2,51889	,000
14	Пристосування	5,33	1,709	6,4333	2,06253	,000
15	Вирішення проблем	26,53	4,652	29,6333	4,90238	,000
16	Пошук соціальної підтримки	22,63	5,021	26,4667	4,90414	,001
17	Уникнення проблем	20,43	4,500	17,2667	3,70399	,001

Як бачимо, за показниками "самооцінка", "оптимізм", "співпраця" не простежується суттєвих значущих зрушень, що повною мірою відповідає результатам дисперсійного аналізу констатувального етапу дослідження.

Таблиця 6

Результати динаміки змін показників стресостійкості у контрольній групі протягом апробації авторської програми (N=30)

№ з/п	Показник	Середнє	Стандартне відхилення	Середнє	Стандартне відхилення	Значущість
1	2	3	4	5	6	7
1	Стресостійкість	37,67	4,138	36,9000	3,23078	0,253
2	Тривожність	48,10	8,652	47,3667	8,22730	0,436
3	Самооцінка	13,57	3,234	13,3333	3,14405	0,873
4	Локус контролю	14,27	4,209	13,8000	3,91637	0,329
5	Внутрішня мотивація	4,300	,7381	4,4667	,68145	0,540
6	Зовнішня позитивна мотивація	4,010	,6625	4,0000	,74278	0,276
7	Зовнішня негативна мотивація	3,783	1,0144	4,0000	,94686	0,787
8	Активність	20,27	4,299	19,2667	4,16830	0,934

1	2	3	4	5	6	7
9	Оптимізм	11,40	4,492	11,2000	4,28631	0,621
10	Суперництво	3,43	2,487	3,4333	2,48698	0,771
11	Співпраця	5,67	1,900	5,6667	1,89979	0,842
12	Компроміс	7,07	1,780	7,0667	1,77984	0,121
13	Уникнення	6,40	1,905	6,3000	1,90462	0,397
14	Пристосування	7,40	2,283	7,3667	2,23581	0,312
15	Вирішення проблем	27,67	4,795	28,3667	5,19604	0,452
16	Пошук соціальної підтримки	23,03	4,860	22,1000	4,75866	0,711
17	Уникнення проблем	20,30	3,984	19,6667	3,78138	0,621

Як можна побачити, у контрольній групі суттєвих змін за усіма показниками розвитку стресостійкості не відбулося.

3. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Одержані результати свідчать про ефективність авторської програми, яка була спрямована на розвиток стресостійкості соціальних працівників і враховувала визначені попередньо психологічні умови. Вона ґрунтується на визнанні соціально-особистісної активності людини, що спрямована на пошук і використання внутрішніх і зовнішніх ресурсів щодо збереження емоційної гармонії, психофізіологічної рівноваги, фізичного і психічного здоров'я на кожному віковому етапі життєдіяльності, може бути основою для обґрунтування інших технік і технологій розвитку стресостійкості соціальних працівників різних вікових груп. Перспективою подальших досліджень може бути дослідження стресс-чинників, що є специфічними для представників різних вікових категорій соціальних працівників, із різним посадовим функціоналом, професійним досвідом та стажем роботи, у т. ч. з урахуванням гендерних відмінностей.

Список використаних джерел

1. Safin Oleksandr, Teptiuk Yulia. The development of stress resistance of battle actions participants during their psychological rehabilitation and readaptation. *Current issues of inclusive tourism introduction in Ukraine and other countries.* Poznan : UniKS Press. 2019. P. 133–148.

2. Крупник Е. П. Психологическая устойчивость личностных конструктов в период взрослости. *Психологический журнал*. 2000. № 6. С. 12–22.

3. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова - Авантитул, 2010. 64 с.

4. Решетова Т. В., Мазурок В. А., Жигалова Т. Н. Эмоциональное выгорание, астения и депрессия у медицинских и социальных работников – ресурсы коррекции. *Обозрение психиатрии и медицинской психологии.* 2012. № 3. С.105–111.

5. Patricia Andrews Fearon and Eolene M. Boyd-MacMillan. Complexity Under Stress: Integrative Approaches to Overdetermined Vulnerabilities. *Journal of Strategic Security.* Vol. 9. No. 4. Special Issue: Understanding and Resolving Complex Strategic Security Issues (Winter 2016). P. 11–31.

6. Su Mon Kyaw-Myint and Lyndall Strazdins. Occupational stress. *Health of People, Places and Planet.* ANU Press. (2015). P. 81–94.

7. Svitlana Kuzikova, Tetiana Shcherbak. Hardiness as attitude and coping of person's self–development [Життєстійкість як настанова і копінг саморозвитку особистості] *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія*. Вип. 59. Харків : ХНПУ, 2018. С. 64–74.

8. Тептюк Ю. О. Концептуальні підходи до побудови програми розвитку стресостійкості соціальних працівників. *Міжнародна науково-практична конференція "Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст."*. Львів, 24–25 січня 2020 р. С. 127–131.

Teptiuk Yuliya. About the Results of the Forming Experiment on Stress Resolution in Social Workers

The article presents the results of the approbation of the author's program of development of stress resistance of social workers during the forming experiment. The sample included social workers of Solomenskiy district state administration of Kyiv and Uman city of Cherkasy region. As a result, individuals with medium and low levels of stress were selected. All the subjects were divided into two groups - experimental and control by random splitting. Subsequently, homogeneity was verified using nonparametric

criteria. Using the Kolmogorov-Smirnov criteria, it was determined whether the available experimental data meet the criteria of normality of distribution. Statistical data processing programs were used to interpret the empirical results obtained: Microsoft Office Excel 2007 and Statistical Package for Social Science (version 13).

Non-parametric methods of mathematical statistics, namely the Mann-Whitney U test and Wilcoxon W test, were used to confirm the results obtained. The extrinsic influence on the experimental group was then made possible by the set of activities contained in the author's program. Subsequently, comparisons of shifts in the experimental and control groups were made using the Wilcoxon paired-sample criteria. The statistical analysis of the empirical results of the study was carried out in the following sequence: comparison of empirical indicators obtained at the initial (input section) testing and final testing and statistical comparison of the dynamics of changes of the two sections. In the experimental group, no significant changes are observed only in terms of "self-esteem", "optimism", "cooperation", which fully corresponds to the results of the analysis of variance of the ascertainment stage of the study. In the control group no significant changes in all indicators of development of stress resistance occurred.

Key words: program of development of stress resistance; social worker; forming experiment; experimental group; control group.

References

1. Safin Oleksandr, Teptiuk Yulia. (2019). *The development of stress resistance of battle actions participants during their psychological rehabilitation and readaptation.* Current issues of inclusive tourism introduction in Ukraine and other countries. Poznan : UniKS Press. 2019. P. 133–148. [in English]

2. Krupnik E. P. (2000). *Psihologicheskaja ustojchivost' lichnostnyh konstruktov v period vzroslosti.* [Psychological resistance of personal constructs at the adulthood] Psihologicheskij zhurnal. 2000. № 6. S. 12–22. [in Russian]

3. Krjukova T. L. (2010). *Metody izuchenija sovladajushhego povedenija: tri koping-shkaly.* [Methods of studying coping behavior: three coping scales]. Kostroma : KGU im. N. A. Nekrasova – Avantitul, 2010. 64 s. [in Russian]

4. Reshetova T. V., Mazurok V. A., Zhigalova T. N. (2012). *Jemocional'noe vygoranie, astenija i depressija u medicinskih i social'nyh rabotnikov – resursy korrekcii.* [Burnout, asthenia and depression among medical and social workers –

correction resources]. Obozrenie psihiatrii i medicinskoj psihologii. 2012. № 3. S. 105–111. [in Russian]

5. Patricia Andrews Fearon and Eolene M. Boyd-MacMillan. (2016). *Complexity Under Stress: Integrative Approaches to Overdetermined Vulnerabilities.* Journal of Strategic Security. Vol. 9. No. 4. Special Issue: Understanding and Resolving Complex Strategic Security Issues (Winter 2016). P. 11–31. [in English]

6. Su Mon Kyaw-Myint and Lyndall Strazdins. (2015). *Occupational stress.* Health of People, Places and Planet. ANU Press. (2015). P. 81–94.

7. Svitlana Kuzikova, Tetiana Shcherbak. (2018). *Hardiness as attitude and coping of person's self–development* [Zhyttjestijkist' jak nastanova i koping samorozvytku osobystosti] Visnyk HNPU imeni G. S. Skovorody. Psyhologija. Vyp. 59. Harkiv : HNPU, 2018. S. 64–74. [in English]

8. Teptjuk Ju. O. (2010). *Konceptual'ni pidhody do pobudovy programy rozvytku stresostijkosti social'nyh pracivnykiv*. Mizhnarodna naukovo-praktychna konferencija "Kljuchovi pytannja naukovyh doslidzhen' u sferi pedagogiky ta psyhologii' u HHI st.", L'viv, 24–25 sichnja 2020 r. S. 127–131. [in Ukranian]