

## ВПЛИВ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*У статті розглянуто психологічні особливості впливу темпераменту на стресостійкість у юнацькому віці.*

*Представлено та проаналізовано результати емпіричного дослідження впливу темпераменту на стресостійкість з подальшою статистичною обробкою даних.*

**Методи:** при дослідженні використано наступні психодіагностичні методики: методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка), методика «Формула темпераменту» (А. Белова), методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу), методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус), методика діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор).

*Для встановлення взаємозв'язку між показниками методик діагностики темпераменту та проявів стресу, застосовано кореляційний аналіз (Використано коефіцієнт кореляції Пірсона).*

**Результати:** у результаті теоретико-методологічного аналізу дослідження впливу темпераменту на стресостійкість у науковій літературі встановлено, що стресостійкість особистості – можна розглядати як уміння долати труднощі, сприймати власні емоції, розуміти настрої соціуму, проявляти витримку (Білова, 2007).

*Стресостійкість буде забезпечувати високу ефективність діяльності й сприятиме збереженню здоров'я людини, якщо вона буде креативно мислити у вирішенні своїх проблем (Наугольник, 2013).*

*З'ясовано, що у наукових джерелах з проблематики стресостійкості науковці звертають увагу на вивчення чинників, що її детермінують. Саме темперамент багато в чому визначає потенційну стресостійкість організму.*

*У результаті емпіричного дослідження та кореляційного аналізу встановлено, що особливості темпераменту та стресостійкість можуть бути взаємопов'язаними. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка та флегматика, тим вища у них буде стресостійкість. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим нижча у них буде стресостійкість. Таким чином, типи темпераменту флегматика та сангвініка можуть свідчити про високий рівень стресостійкості людини.*

*Визначено, чим більше у студентів буде виражений нейротизм, сила процесів збудження та рухливість нервових процесів, тим нижчий у них буде рівень стресостійкості. Чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим вища у них буде стресостійкість.*

**Висновки:** *У результаті емпіричного дослідження і кореляційного аналізу встановлено, що темперамент впливає на стресостійкість у юнацькому віці.*

**Ключові слова:** *темперамент, стрес, стресостійкість, юнацький вік, нейротизм.*

**Постановка проблеми.** Проблематика вивчення стресостійкості зумовлена швидким темпом сучасного життя, особливостями соціальної реальності, погіршенням економічних умов, нестабільності політичної ситуації, різким розширенням обсягу інформації у житті сучасної людини, підвищеним рівнем конкуренції й високими вимогами до професійної діяльності, що вимагають від особистості юнацького віку гнучкості й високого рівня розвитку саморегуляції. У юнацькому віці важливою передумовою розвитку є стресостійкість, яка дозволяє витримувати значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження. Вміння успішно справлятися зі стресом і зводити до мінімуму його негативний вплив є важливим для кожної людини (Степова, 2018).

Особливості реакції на ситуації у різних людей індивідуальні. До зовнішніх чинників, що визначають індивідуальну стресостійкість людини, відносять умови життя, спосіб життя, живлення. Внутрішні чинники стресостійкості – це спадковість, попередні хвороби, індивідуально-психологічні якості (властивості нервової системи, конституція, темперамент). Багато в чому наша стресостійкість визначається темпераментом. В сучасній психології цим терміном позначають особливості психіки людини. Темперамент є біологічним фундаментом нашої особи, заснований на властивостях нервової системи людини і пов'язаний з будовою тіла (конституцією), обміном речовин в організмі. Саме темперамент багато в чому визначає потенційну стресостійкість організму.

Психологічні особливості юнацького віку, як одного з найбільш динамічних періодів, спонукають до більш детального аналізу впливу темпераменту на стресостійкість. Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених питанню стресостійкості особистості у осіб юнацького віку, до теперішнього часу залишаються недостатньо дослідженими чинники стресостійкості та їх вплив на розвиток особистості, зокрема темпераменту.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У методичних аспектах дослідження природа стресостійкості ґрунтується на основних наукових положеннях теорії психологічної регуляції (С. Рубінштейн, О. Коллюткін, О. Чебикін), стратегії подолання стресу (А. Вальдаман, А. Гриненко, Л. Ємельяненко, В. Лебедев, В. Марищук, В. Петюх, В. Корольчук, Л. Тогрова). На думку О. Лозгачевої стресостійкість є комплексною властивістю особистості, що характеризується необхідним ступенем адаптації до дії зовнішніх і внутрішніх факторів і процесі життєдіяльності, що обумовлене рівнем активації ресурсів організму і психіки особистості. У свою чергу М. Хуторна вказує, що стресостійкість є психологічним утворенням, що включає в себе особистісний компонент, що визначає розвиток вольової, емоційно-регулятивної, мотиваційної функцій (Степова, 2018)

Проблеми стресостійкості досліджували такі науковці: як особистісний адаптаційний потенціал (А. Маклаков), стійкість особистості, стійкість до стресу, толерантність до стресу (В. Крайнюк, І. Малкіна-Пих, Т. Титаренко, О. Сафін та ін.), психічна та психологічна стійкість (В. Бодров, В. Корольчук, І. Малкіна-Пих та ін.), емоціональна стійкість (Л. Аболін, І. Малкіна-Пих та ін.), емоційно-вольова стійкість (О. Тимченко та ін.). Водночас потребують систематизації й уточнення основні теоретичні підходи до розуміння стресостійкості як психологічного феномену з урахуванням реалій сьогодення (Кравцова, 2019).

Темперамент як психологічне явище досліджували такі вчені як В. Русалов, Д. Узнадзе, І. Павлов, Я. Стреляу, Б. Теплов, В. Небиліцин, В. Мерлін, Г. Айзенк та ін. Над питаннями темпераменту працюють психологи, такі як Т. Блюміна, В. Мегедь, А. Овчаров.

**Мета статті:** розкрити психологічні особливості впливу темпераменту на стресостійкість у юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Емпіричне дослідження психологічних особливостей впливу темпераменту на стресостійкість у юнацькому віці проводилось на базі ДВНЗ «Ужгородський національний університет». У дослідженні взяли участь студенти 2-4 курсів. Загальна кількість досліджуваних – 64 особи.

При дослідженні використано наступні психодіагностичні методики: методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка), методика «Формула темпераменту» (А. Белова), методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу), методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус), методика діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор).

Для встановлення взаємозв'язку між показниками методик діагностики темпераменту та дослідження стресостійкості, застосовано кореляційний аналіз (використано коефіцієнт кореляції Пірсона).

У результаті емпіричного дослідження психологічних особливостей впливу темпераменту на стресостійкість у юнацькому віці визначено психологічні особливості прояву темпераменту та стресу у даній вибірці. Встановлено взаємозв'язок між темпераментом та проявами стресу у юнацькому віці.

Таким чином, у результаті дослідження за методикою на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка) визначено, що у даній вибірці тип темпераменту сангвініка виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Тип темпераменту холерика виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних. Тип темпераменту флегматика виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних. Тип темпераменту меланхоліка виявлено у дванадцяти студентів, що становить 19% від загальної кількості досліджуваних.

Отже, за результатами дослідження виявлено, що у вибірці досліджуваних студентів найбільше проявляється тип темпераменту сангвініка. Студенти з даним типом добре володіють собою, врівноважені, рухливі, легко пристосовується до умов життя. Вони справляють враження людини рішучої, оптимістичної, певненої у своїх силах. Мова у них швидка, голосна, з живими інтонаціями й мімікою.

Найменше виражений тип темпераменту меланхоліка. Студенти з даним типом дуже емоційні, чутливі, глибоко переживають свої невдачі. Часто замкнуті, нетовариські, недовірливі. Їм властива стриманість, приглушеність моторики та мовлення.

Середні показники за даною методикою у відсотковому значенні зображено на рис. 1.

У результаті дослідження за методикою «Формула темпераменту» (А. Белова) визначено, що у даній вибірці тип темпераменту сангвініка виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних.

Тип темпераменту холерика виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних.

Тип темпераменту флегматика виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних.

Тип темпераменту меланхоліка виявлено у дванадцяти студентів, що становить 19% від загальної кількості досліджуваних.

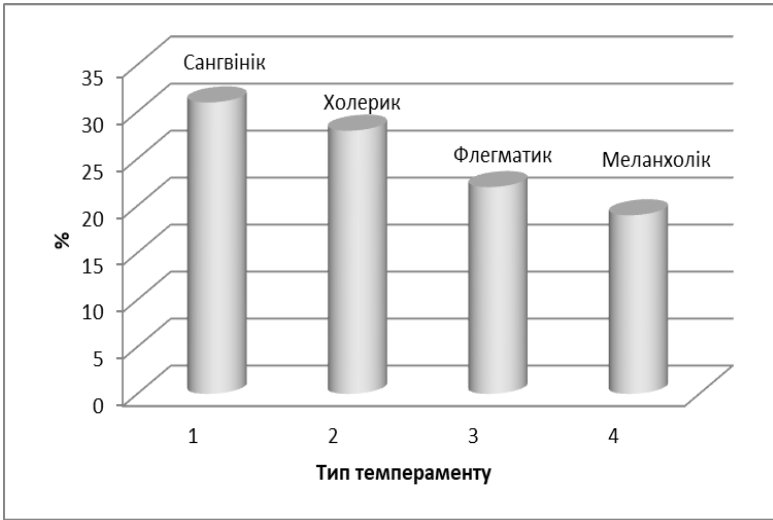


Рис. 1. Середні показники за методикою на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка) у відсотковому значенні

Отже, за результатами дослідження виявлено, що у вибірці досліджуваних студентів найбільше проявляється тип темпераменту сангвініка. Студенти з даним типом легко вступають в контакти. У важких ситуаціях стають більш зібраними і цілеспрямованими. Легко збуджуються і заспокоюються, тому що добре вміють стримувати свої емоції.

Найменше виражений тип темпераменту меланхоліка. Студенти з даним типом досить нерішучі, невпевнені, мають високу емоційну чутливість і вразливість. Вони швидко виснажуються і повільно відновлюють сили. Важко вступають в контакти з незнайомими людьми.

Середні показники за даною методикою у відсотковому значенні зображено на рис. 2.

У результаті дослідження за методикою діагностики темпераменту (Я. Стреляу) визначено, що у даній вибірці за шкалою «Сила процесів збудження» рівень вище середнього виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Рівень нижче середнього виявлено у двадцяти шести студентів, що становить 41% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Сила процесів гальмування» рівень вище середнього виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Рівень нижче середнього виявлено у тридцяти студентів, що становить 47% від загальної кількості досліджуваних.

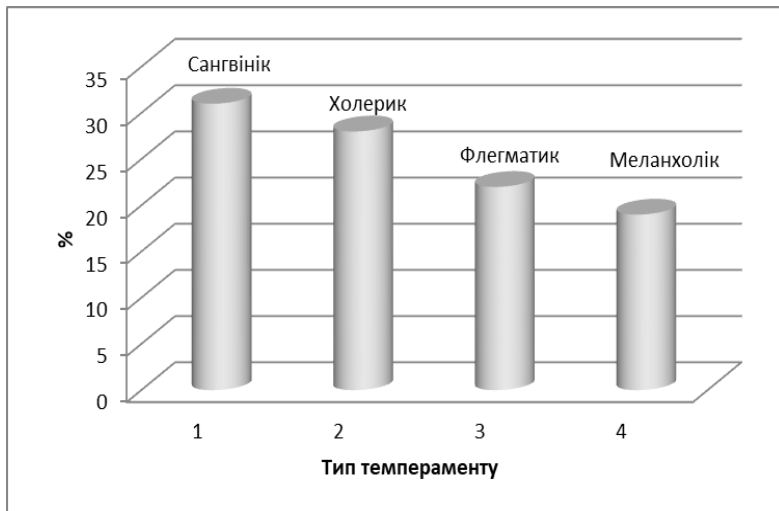


Рис. 2. Середні показники за методикою «Формула темпераменту» (А. Белова) у відсотковому значенні

За шкалою «Рухливість нервових процесів» рівень вище середнього виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних.

Рівень нижче середнього виявлено у двадцяти шести студентів, що становить 41% від загальної кількості досліджуваних.

Отже, за результатами дослідження виявлено, що у вибірці досліджуваних студентів виявлено, що за всіма шкалами переважає рівень нижче середнього. У даній вибірці сила процесів збудження, сила процесів гальмування, рухливість нервових процесів проявляються майже однаково.

Середні показники за даною методикою у відсотковому значенні зображено на рис. 3.



Рис. 3. Середні показники за методикою діагностики темпераменту (Я. Стреляу) у відсотковому значенні

У результаті дослідження за методикою діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус) визначено, що у даній вибірці за шкалою «Конфронтація» високий рівень виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти двох студентів, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Дистанціювання» високий рівень виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти студентів, що становить 47% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Самоконтроль» високий рівень виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти двох студентів, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Пошук соціальної підтримки» високий рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти студентів, що становить 47% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Прийняття відповідальності» високий рівень виявлено у чотирнадцяти студентів, що становить 22% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти двох студентів, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Уникнення» високий рівень виявлено у дванадцяти студентів, що становить 19% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти двох студентів, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Планування рішення проблеми» високий рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у двадцяти шести студентів, що становить 41% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних.

За шкалою «Позитивна переоцінка» високий рівень виявлено у двадцяти студентів, що становить 31% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень виявлено у тридцяти двох студентів, що становить 50% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень виявлено у дванадцяти студентів, що становить 19% від загальної кількості досліджуваних.

Отже, за результатами дослідження виявлено, що у вибірці досліджуваних студентів при виході із стресових ситуацій найбільше проявляються пошук соціальної підтримки, планування рішення проблеми, позитивна переоцінка. Найменше виражено уникнення.

Таким чином, багато студентів схильні до пошуку інформаційної, дієвої та емоційної підтримки, фіксації зусиль спрямованих на зміну ситуації та спрямованні на створення позитивного значення проблеми яка виникла. Мало проявляють прагнення і поведінкові зусилля, спрямовані до втечі або уникнення проблеми.

Середні показники за даною методикою у відсотковому значенні зображено на рис. 4.



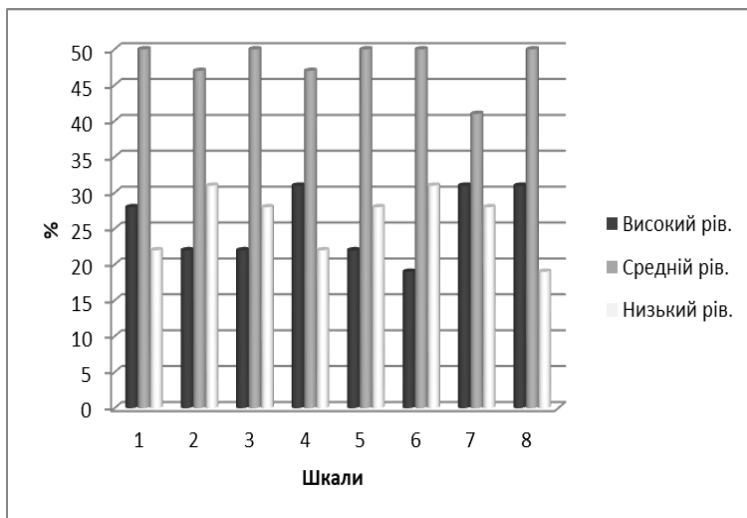


Рис. 4. Середні показники за методикою діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус) у відсотковому значенні

*Примітка: Шкали (копінг-стратегії):*

*1. Конфронтація. 2. Дистанціювання. 3. Самоконтроль. 4. Пошук соціальної підтримки. 5. Прийняття відповідальності. 6. Уникнення. 7. Планування рішення проблеми. 8. Позитивна переоцінка.*

У результаті дослідження за методикою діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор) визначено, що у даній вибірці високий рівень стресу (дистрес) виявлено у вісімнадцяти студентів, що становить 28% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень стресу (еустрес) виявлено у десяти студентів, що становить 16% від загальної кількості досліджуваних. Низький рівень стресу (висока стресостійкість) виявлено у тридцяти шести студентів, що становить 56% від загальної кількості досліджуваних.

Отже, за результатами дослідження виявлено, що у вибірці досліджуваних студентів найбільше виражений низький рівень стресу, тобто висока стресостійкість. Стресостійкість дає можливість студентам уникнути стресу, шляхом перегляду ставлення до ситуації. Проявляється як визначена

сукупність особистих якостей, що дозволяють переносити стресові ситуації без неприємних наслідків.

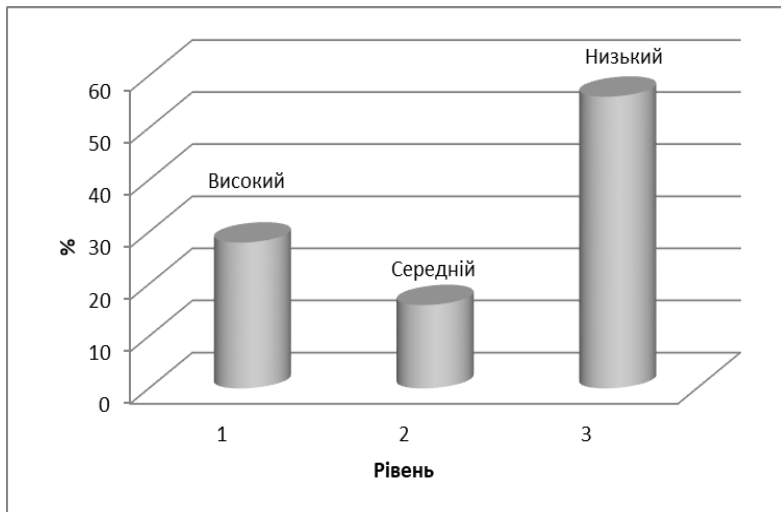


Рис. 5. Середні показники за методикою діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор) у відсотковому значенні

У результаті кореляційного аналізу встановлено:

Позитивний кореляційний зв'язок між екстраверсією-інтроверсією (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,460^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Негативний кореляційний зв'язок між екстраверсією-інтроверсією (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,446^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Позитивний кореляційний зв'язок між екстраверсією-інтроверсією (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,497^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Негативний кореляційний зв'язок між екстраверсією-інтроверсією (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,788^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Позитивний кореляційний зв'язок між екстраверсією-інтроверсією (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,607^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Позитивний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,400^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Негативний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,676^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Негативний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,704^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Позитивний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,639^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,804^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Негативний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем позитивної переоцінки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,890^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати позитивну переоцінку.

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим більше у них буде виражений рівень стресу.

Позитивний кореляційний зв'язок між нейротизмом (Методика на визначення типу темпераменту (Г. Айзенка)) та рівнем стресостійкості (Методика діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор)) ( $r = 0,780^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше у них буде виражений високий рівень стресостійкості.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,787^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,855^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,881^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,659^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем позитивної переоцінки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,831^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати позитивну переоцінку.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту сангвініка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем стресостійкості (Методика діагностики схильності до розвитку стресу (Немчинов, Тейлор)) ( $r = -0,366^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим більше у них буде виражений високий рівень стресостійкості.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,886^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,492^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,700^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,479^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,647^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,560^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту холерика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,417^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,661^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,907^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,608^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,873^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,601^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту флегматика (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,485^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту меланхоліка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,366^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту меланхоліка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,306^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту меланхоліка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,380^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Позитивний кореляційний зв'язок між типом темпераменту меланхоліка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,813^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між типом темпераменту меланхоліка (Методика «Формула темпераменту» (А. Белова)) та рівнем позитивної переоцінки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,656^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати позитивну переоцінку.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,897^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,669^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).



Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,707^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,644^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,661^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,650^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів збудження (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,278^{*}$ ;  $p < 0,05$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,745^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,460^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,899^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Негативний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,350^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,915^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,607^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

Позитивний кореляційний зв'язок між силою процесів гальмування (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем позитивної

переоцінки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,553^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати позитивну переоцінку.

Позитивний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем конфронтації (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,908^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію.

Негативний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем дистанціювання (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,645^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання.

Негативний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем самоконтролю (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,717^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль.

Позитивний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем пошуку соціальної підтримки (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = 0,626^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки.

Негативний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем прийняття відповідальності (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,669^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати прийняття відповідальності.

Негативний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем уникнення (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,640^{**}$ ;  $p < 0,01$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати уникнення.

Негативний кореляційний зв'язок між рухливістю нервових процесів (Методика діагностики темпераменту (Я. Стреляу)) та рівнем планування рішення проблеми (Методика діагностики копінг-стратегій (Р. Лазарус)) ( $r = -0,313^{*}$ ;  $p < 0,05$ ).

Даний кореляційний зв'язок вказує на те, що чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати планування рішення проблеми.

**Висновки.** Отже, у результаті кореляційного аналізу визначено:

- Екстраверсія-інтроверсія. Чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки, планування рішення проблеми. Чим більше у студентів буде виражена екстраверсія, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, уникнення.

- Нейротизм. Чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, уникнення. Чим більше у студентів буде виражений нейротизм, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати самоконтроль, прийняття відповідальності, планування рішення проблеми, позитивну переоцінку.

- Сангвінік. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати пошук соціальної підтримки, планування рішення проблеми, позитивну переоцінку. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту сангвініка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, уникнення.

- Холерик. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту холерика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, самоконтроль, прийняття відповідальності, уникнення, планування рішення проблеми.

- Флегматик. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, самоконтроль, прийняття відповідальності, уникнення. Чим

більше у студентів буде виражений тип темпераменту флегматика, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки.

- Меланхолік. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, уникнення. Чим більше у студентів буде виражений тип темпераменту меланхоліка, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки, позитивну переоцінку.

- Сила процесів збудження. Чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки. Чим більше у студентів буде виражена сила процесів збудження, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, самоконтроль, прийняття відповідальності, уникнення, планування рішення проблеми. Також, може бути виражений високий рівень стресу та низька стресостійкість.

- Сила процесів гальмування. Чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, самоконтроль, прийняття відповідальності, планування рішення проблеми, позитивну переоцінку. Чим більше у студентів буде виражена сила процесів гальмування, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки. Також, може бути виражений низький рівень стресу та висока стресостійкість.

- Рухливість нервових процесів. Чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим більше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати конфронтацію, пошук соціальної підтримки. Чим більше у студентів буде виражена рухливість нервових процесів, тим менше при виході зі стресової ситуації вони схильні обирати дистанціювання, самоконтроль, прийняття відповідальності, уникнення, планування рішення проблеми. Також, може бути виражений високий рівень стресу та низька стресостійкість.

Перспектива подальших досліджень вбачається нами в теоретичному та практичному вивченні чинників стресостійкості, та їх впливу на розвиток особистості, зокрема самооцінки, тривожності, копінг-стратегій, локус-контролю, саморегуляції і типу нервової системи, що дозволить винайти практичні кроки при плануванні корекційної та профілактичної роботи, яка має за мету формування здатності особистості протидіяти впливу емоційного та інформаційного стресу, більш уважено підійти до обрання спеціальності та професійної адаптації.

## Література

1. Білова М.Е. Психологічні особливості осіб з різним рівнем стресостійкості (на прикладі працівників стресогенних професій): автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Одеса, 2007. 20 с.
2. Наугольник Л. Б., Наугольник Р. З. Роль професійного стресу у культурі управління. *Управління в освіті: збірник матеріалів VI Міжнародної науково-практичної конференції (18–19 квітня 2013 р.)*. Львів: Триада Плюс, 2013. С. 186-187.
3. Степова А. С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. №9 (61). С. 314-319.
4. Кравцова О. К. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2019. Випуск 7(36). С. 98-117.

## References

1. Bilova M.E. (2007) *Psykholohichni osoblyvosti osib z riznym rivnem stresostiikosti (na prykladi pratsivnykiv stresohennykh profesii)*[Psychological characteristics of individuals with different levels of stress resistance (on the example of workers in stressful professions)] Avtoref. dys. kand. psykhol. nauk : 19.00.01 «Zahalna psykholohiia, istoriia psykholohii». Odesa, 20 s. [in Ukrainian].
2. Nauholnyk L. B., Nauholnyk R. Z. (2013) *Rol profesiinoho stresu u kulturi upravlinnia* [Role of professional stress in management culture]. *Upravlinnia v osviti: zbirnyk materialiv VI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (18–19 kvitnia 2013 r.)*. Lviv: Triada Plus, S. 186-187. [in Ukrainian].
3. Stepova A. S. (2018) *Psykholohichni osoblyvosti stresostiikosti osib yunatskoho viku* [Psychological features of stress resistance of youth]. *Molodyi vchenyi*. №9 (61). S. 314-319. [in Ukrainian].
4. Kravtsova O. K. (2019) *Stresostiikist osobystosti yak psykholohichni fenomen: osnovni teoretychni pidkhody* [Stress resistance of the individual as a psychological phenomenon: basic theoretical approaches]. *Visnyk pisladyplomnoi osvity. Seriia «Sotsialni ta povedinkovi nauky»*. Vypusk 7(36). S. 98-117. [in Ukrainian].

**Mykhaylyshyn U.B., Nesterova I.A.**

### **INFLUENCE OF TEMPERAMENT ON STRESS RESISTANCE IN YOUTH**

*The article deals with the psychological features of the influence of temperament on stress resistance in youth.*

*The results of an empirical study of the temperament influence on stress resistance, followed by statistical data processing, are presented and analyzed there.*

**Methods:** the following psychodiagnostic methods have been used in the research, such as: the method for determining the type of temperament (H. Eysenk), the "Temperament Formula" method (A. Belov), the method for diagnosing temperament (Y. Strelyau), the method of diagnosis of coping strategies (R. Lazarus), method of diagnosis of susceptibility to stress (Nemchynov, Taylor).

Correlation analysis has been used to establish the relationship between indicators of temperament diagnostic methods and stress manifestations (Pearson's correlation coefficient has been used).

**Results:** as a result of the theoretical and methodological analysis of the study of the temperament influence on stress resistance in the scientific literature, it has been established that the stress resistance of an individual can be considered as the ability to overcome difficulties, perceive one's own emotions, understand the mood of society, and show endurance (Bilova, 2007).

Stress resistance will ensure high efficiency of activity and will contribute to the preservation of an individual's health, if he thinks creatively in solving his problems (Naugolnyk, 2013).

It has been found that in scientific sources on the issue of stress resistance, scientists pay attention to the study of the factors that determine it. It is temperament that largely determines the body's potential stress resistance.

As a result of empirical research and correlation analysis, it has been established that temperamental features and stress resistance can be interrelated. The more sanguine and phlegmatic temperament types are expressed in students, the higher their stress resistance will be. The more choleric temperament type is expressed in students, the lower their stress resistance will be. Thus, the phlegmatic and sanguine temperament types can indicate a person's high level of stress resistance.

It has been determined that the more neuroticism, the strength of excitation processes and the mobility of nervous processes are expressed in students, the lower their level of stress resistance will be. The stronger the inhibition processes are, the higher their stress resistance will be.

**Conclusions:** As a result of empirical research and correlational analysis, it has been established that temperament affects stress resistance in youth.

**Key words:** temperament, stress, stress resistance, youthful age, neuroticism.

**Михайлишин Уляна Богданівна** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології ДВНЗ «Ужгородський національний університет»;

**Нестерова Ірина Анатоліївна** – кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри кримінального права та процесу, магістр психології, ДВНЗ «Ужгородський національний університет».