

ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ ПРАЦІВНИКІВ ОСВІТИ

УДК 159.9.07

БАЙДИК В.В.

здобувач кафедри психології Восточно-українського національного університету ім.Володимира Даля, керівник дошкільного навчального закладу № 8, м.Стаханов

У статті розглянуто основні аспекти виникнення професійного стресу у працівників закладів освіти. Проаналізовано вибір діагностичних методик дослідження професійного стресу та детермінант його виникнення. Звернуто увагу на соціально-психологічні особливості виникнення стадій стресу у освітян в залежності від стажу роботи, темпераменту, наявності механізмів психологічного захисту, вибору копінг-стратегій та інш. Обґрунтовано необхідність подальшого теоретичного вивчення та емпіричного дослідження соціально-психологічних особливостей професійного стресу у працівників закладів освіти, розробки корекційної програми подолання наслідків професійного стресу з урахуванням визначених критеріїв. Джерел – 8.

Ключові слова: професійний стрес, напруга, резистенція, виснаження, темперамент, механізми психологічного захисту, емоційне вигорання, копінг-стратегії.

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ

В статье рассмотрены основные аспекты возникновения профессионального стресса у работников образования. Проанализирован выбор диагностических методик исследования профессионального стресса и детерминанты его возникновения. Обращено внимание на социально-психологические особенности возникновения стадий стресса у педагогов в зависимости от стажа работы, темперамента, наличия механизмов психологической защиты, выбора копинг-стратегий и др. Обоснована необходимость дальнейшего теоретического изучения и эмпирического исследования социально-психологических особенностей профессионального стресса у работников учреждений образования, разработки коррекционной программы преодоления последствий профессионального стресса с учётом обозначенных критериев. Источников - 8.

Ключевые слова: профессиональный стресс, напряжение, резистенция, истощение, темперамент, механизмы психологической защиты, эмоциональное выгорание, копинг-стратегии.

Постановка проблеми. Актуальність і необхідність теоретичного та емпіричного вивчення психологічних особливостей професійного стресу у працівників освіти обумовлена широким розповсюдженням цього явищу серед працівників системи «людина» - «людина», до яких відносяться працівники освіти. Не підлягає сумніву, що феномен емоційного вигорання як наслідок професійного стресу є безперечним результатом негативної дії професійного розвитку на особистість і приводить до виникнення стійких змін в емоційному стані працівника. Емоційне виснаження, як правило, виявляється у відчутті емоційного перенапруження і вичерпаності особистісних

емоційних ресурсів. У педагогічного працівника знижується настрій (навіть при одній думці про роботу), з'являється хронічна втома, також посилюється схильність хворобам, спостерігаються розлади сну, дифузні тілесні недуги.

В цілому професійне вигорання розглядається як комплекс симптомів, який охоплює всі структурні рівні особистості: особистісний - зміна особистісних якостей; мотиваційний - якісна і змістовна зміна мотивації; соціально-психологічний - зміну міжособистісних стосунків.

Головна проблема полягає в тому, що уникнути цього явища надзвичайно важко. Слід зазначити, що професійної діяльності без стресу не буває, специфічними для кожної професії будуть лише провідні стрес-чинники. Як показує аналіз наукових досліджень, виникнення і переживання стресу залежить не стільки від об'єктивних, скільки від суб'єктивних чинників, від особистостей самої людини: оцінки нею ситуації, своїх сил, вибору механізмів психологічного захисту, властивостей темпераменту (екстраверсія – інтроверсія, нейротизм) і т.інш. Взаємозв'язок особистісних характеристик з професійним стресом, на нашу думку, слід розглядати в основному з позицій їх комплексного впливу, в руслі певної концепції особистості. Не слід виключати той факт, що структура взаємозв'язків в вирішенні проблеми професійного стресу може змінюватися залежно від впливу чинників, які не належать до особистісних психологічних характеристик (наприклад, віку, статі, стажу роботи, сімейного стану і т.інш.). І саме розгляду взаємозв'язку особистісних характеристик з особливостями виникнення професійного стресу у працівників освіти присвячено наше емпіричне дослідження.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. З 90-х років ХХ століття стрес на роботі став однією з актуальних психологічних проблем, пов'язаних із фізичним та психічним здоров'ям професіоналів, їх професійним благополуччям. Це стосується пошуку засобів зменшення негативних наслідків професійного стресу, пошуку детермінантів його виникнення, знання яких дозволило б передбачати, прогнозувати та управляти ймовірністю виникнення негативного професійного стресу та його проявів. Робота в умовах професійного стресу є серйозним випробовуванням фізичного і психічного здоров'я спеціаліста, перевіркою міри його професійної надійності. В напрямку професійного здоров'я спеціаліста вивчають професійний стрес В. А. Бодров, А. І. Колчев, А. К. Маркова, Г. Б. Леонова, Б. В. Овчинников, розглядаючи його як наслідок неперервної і тривалої дії специфічних стресорів, що визивають перевтомлення, професійні захворювання. Усугубляють дію професійного стресу і короткочасні екстремальні ситуації, що виникають в професійній діяльності.

Н. В. Самоукіна визначає професійний стрес як «напружений стан працівника, який виникає під впливом емоційно негативних і екстремальних факторів при виконанні професійної діяльності», підкреслюючи його негативний прояв, як дистрес [6, с. 116]. Згідно з поглядами багатьох дослідників, професійний стрес є результатом дисбалансу між внутрішніми ресурсами працівника і вимогами зовнішнього середовища, втіленими в особливостях конкретної трудової ситуації [8, с. 340-341].

У вивченні професійного стресу наголошується на визначенні чинників, які його викликають та виокремленні видів професійного стресу, його складових, систематизації його ознак, його негативних наслідків у професійному вигоранні, засобах управління і подолання, на визначенні основних підходів до його дослідження.

Останнім часом було опубліковано багато робіт по вивченню феноменів копінг-поведінки і механізмів психологічного захисту. Фундаментальними в цій області психологічного знання є праці Л. І. Анциферової, Т. Л. Крюк, І. М. Никольської, Л. Ю. Субботіной та ін. Актуальність даних проблем безперечна, оскільки із збільшенням числа стресових ситуацій сучасного світу, виникає необхідність детального вивчення стратегій вирішення і зняття суб'єктивної загрози різних труднощів, що встають перед працівником освіти. Від уміння аналізувати події, що відбуваються, діяти з урахуванням ситуації, застосовувати особистісні механізми психологічного захисту, суб'єкт праці формує свою поведінку та відношення до об'єктивної реальності і до виробничого середовища. При цьому не мають значення ні зміст самої ситуації, ні ступінь її об'єктивної загрози. Важливим є лише суб'єктивне ставлення людини до неї. З огляду на це, певна ситуація одними людьми може сприйматися як стресова, а в інших – не викликати жодної реакції. Таким чином, можна зробити висновок, що поведінка працівника освіти у стресовій ситуації залежить від соціально зумовленої спрямованості її особистості та від специфіки її природної організації, зокрема такої індивідуально-психологічної властивості, як темперамент.

Російський фізіолог І. П. Павлов стверджував, що неврози виникають на основі переважно слабкого і частково сильного нестримного типу вищої нервової діяльності [2, с. 61-62]. Згідно позиції О. О. Баранова, «ступінь та міра стресостійкості визначається особливостями особистісної організації (темперамент, характер, мотивація, установки, цінності) і рівнем розвитку якісних характеристик як суб'єкта (стиль діяльності і поведінки, пізнавальна активність, професійні здібності і уміння» [1, с. 23]. При вивченні адаптаційних можливостей працівників освіти, як відзначає Л. Г. Дика, «необхідно виявити регулятивні засоби адаптації до стресової ситуації,

включаючи захист і копінг-поведінку, які визначають стратегії дій людини» [4, с. 30].

Метою статті є дослідження суб'єктивно значущих особистісних соціально-психологічних та індивідуально-психологічних характеристик працівників освіти, які мають значення в механізмі виникнення професійного стресу, їх комплексний вплив на умови подолання стадій професійного вигорання з метою розробки та удосконалення програм превенції професійного стресу. Також пріоритетним є завдання визначити ефективні діагностичні методики, за допомогою яких буде вивчено чинники ризику, рівень професійного вигорання та умови його подолання.

Основний зміст. Результати чисельних досліджень показують, що в першу чергу професійному стресу піддаються фахівці соціономічних професій «допомагаючого характеру». До них відносяться вчителі, лікарі, працівники правоохоронних органів і т. інш. Працівники освітянської сфери займають особливе місце, оскільки це одна із масових професій у світі праці. Дія чисельних емоціогенних факторів (об'єктивних та суб'єктивних) викликає у педагогічних працівників наростаюче почуття незадоволеності, погіршення самопочуття та настрою, накопичення втоми [3, с. 102]. Результатом цих процесів є зниження ефективності професійної діяльності: працівник закладу освіти перестає справлятися зі своїми обов'язками, втрачає творчий настрій щодо предмета та продукту своєї праці, деформує свої професійні відносини, ролі та комунікації. Вірогідність розвитку професійного стресу залежить від індивідуальності особистості, що обумовлюють міру стійкості до психічного стресу. Для відновлення ресурсів або запобігання їх витрат педагогічний працівник залучається до активного подолання стресової ситуації. В разі ефективного її подолання актуалізується позитивний зворотний зв'язок, покращується фізичне здоров'я і самопочуття, і працівник набуває нових ресурсів. У тому випадку, коли людина не справляється з ситуацією, виникає тривалий стрес, перехідний у вигорання і в «процес енергетичного виснаження і зношування особистості або комбінацію фізичних скарг, когнітивного зношування і емоційного виснаження, що поступово розвивається в часі» [3, с. 103-106].

Результати дослідження. Метою даного дослідження з'явилося виявлення переважаючих механізмів психологічного захисту і копінг-стратегій працівників освіти з метою подолання стресових ситуацій, а також аналіз взаємозв'язку особистісних якостей працівників освіти і показників стресу (симптомів та рівня стресу) в сучасних умовах в залежності від педагогічного стажу.

Серед переліку особистісних якостей працівників освіти ми брали до уваги темперамент, наявність механізмів психологічного захисту, вибір особистістю копінг-поведінки у критичних ситуаціях.

З метою з'ясування наведених вище особистісних критеріїв, було проведено опитування, в якому взяли участь 184 респонденти. Це працівники різних закладів освіти (вихователі дошкільних закладів, вчителі шкіл, викладачі навчальних закладів різних рівней акредитації, адміністративний персонал) м.Стаханова, Луганська та інших міст України. В анкетуванні взяли участь переважно жінки (96,2 %). Вік респондентів коливається від 23 років до 58 років. Стаж педагогічної діяльності – від 1 року до 33 років. Умовно респонденти були розподілені на дві групи: 1 група – працівники зі стажем 1 рік – 15 років, 2 група – працівники зі стажем 16 років - 33 роки.

Стресостійкість під час виконання професійної діяльності залежить від типу нервової системи, її сили або слабкості. Так, у своїх дослідженнях В. Д. Небиліцин висловив низку припущень про те, що здатність витримувати екстремні напруги й перенапруги, реакція на непередбачені подразники, стійкість до дії факторів зовнішнього середовища визначаються силою нервової системи, балансом нервових процесів та їх рухливістю. [5, с. 271-274]. Від темпераменту залежить вплив різних чинників, що визначають рівень нервово-психічної напруги в професійній діяльності освітян. В стресогенних ситуаціях вплив темпераменту на ефективність життєдіяльності працівників освіти суттєво підсилюється, оскільки попередньо засвоєні форми поведінки стають неефективними і необхідна додаткова мобілізація сил організму щоб впоратися з несподіваними або сильними впливами-подразниками. На першому етапі дослідження з метою з'ясування типу темпераменту у працівників освіти ми продіагностували осіб за допомогою особистісного опитувальника Г. Айзенка. На підставі отриманих даних можна зробити висновок, що працівники, які перебувають в стані професійного вигорання, належать до різних типів темпераменту, певного та чіткого взаємозв'язку між типом темпераменту і рівнем професійного стресу не виявлено. Можна припустити думку, що по-перше: темперамент в «чистому» виді не спостерігається, а по-друге: на рівень та умови виникнення професійного стресу впливають комплекс різноманітних особистісних чинників, тип темпераменту не є серед них домінуючим. Тому у нашому подальшому дослідженні ми ставили за мету виявити такі чинники.

В умовах стресу психологічна адаптація людини відбувається, головним чином, засобами копінг-стратегій і механізмів психологічного захисту. Копінг-реакція спрацьовує тоді, коли складність завдання перевищує енергетичну потужність звичних реакцій організму. Якщо вимоги ситуації оцінюються як непосильні, тоді подолання може відбуватися у формі психологічного захисту. У загальній сукупності психологічної регуляції копінг-стратегії грають компенсаторну функцію, а психологічні захисти займають останній рівень в системі

адаптації - рівень декомпенсації. Критерієм відмінності копінгів від захисних механізмів є їх усвідомленість [3, с. 67-72]. Зрозуміло, що в процесі застосування копінг-стратегій, працівник може помилятися, проте його дії управляються з метою наближення до реальності. В цьому випадку завжди присутнє визнання проблеми як проблеми, не важно, вирішуваною чи ні. При захисних механізмах людина не «перевіряє» реальність, а змінює свій стан незалежно від неї, тільки з метою зменшити негативні емоції [3, с. 86].

Образно кажучи, копінг – це вживання різних методів і засобів для того, щоб впоратися із стресом, для цього людина частенько використовує поведінкові, психологічні, пізнавальні і емоційні стратегії. Навіть не знаючи, що це таке, кожна людина використовує дане поняття на собі, наприклад, коли справляється з нещастям, зникає до думки про хворобу або розставання і так далі. Можна визначити таку поведінку як цілеспрямовану соціальну поведінку, що дозволяє впоратися зі стресом засобами, адекватними індивідуальним особливостям працівника через усвідомлені стратегії дій. Це свідома поведінка направлена на активну зміну, перетворення ситуації, що піддається контролю, або на пристосування до неї, якщо ситуація не піддається контролю. Таким чином, головне завдання копінга - забезпечення і підтримка благополуччя людини, фізичного і психічного здоров'я і задоволення нею соціальними стосунками.

З метою визначення які засоби, копінг-механізми подолання складних ситуацій в професійній сфері застосовують працівники освіти, було обрано опитувальник Р. Лазаруса і С. Фолкмана. Даний опитувальник вважається першою стандартною методикою в області виміру копінга. Він складається з восьми субшкал, які включають такі засоби, як конфронтація, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, уникнення, планування вирішення проблеми і позитивна переоцінка ситуації.

За результатами адаптованого варіанту копінг-стресової поведінки ми спостерігаємо, що у працівників освіти переважаючою поведінковою стратегією є самоконтроль (29,5%), пошук соціальної підтримки (22,8%) і копінг, орієнтований на планування вирішення проблеми (18,3%). Важливо відзначити, що стратегія «самоконтроль» у педагогів 2-ої групи займає домінуюче положення (16,9%) у порівнянні з респондентами 1-ої групи (12,6%). Вибір «самоконтролю» у педагогів 2-ої групи свідчить про найбільш високу інтенсивність використання даного механізму для вирішення емоційно-стресових і проблемних ситуацій. Цей варіант дієвий і ефективно працює при критичних ситуаціях, але ж надмірне «стримування» своїх емоцій у працівників освіти з роками приводить до виникнення перенапруження і провокує психосоматичні захворювання. Можна перед-

бачити певний зв'язок між «самоконтролем» як свідомого механізму до «інтелектуалізації» як несвідомому на етапі педагогічного стажу 16–30 років.

Стратегія «пошук соціальної підтримки» є одним з найпотужніших копінг-ресурсів особистості. Соціальна підтримка – це прагнення особистості до підтримки, допомоги сім'ї, однодумців або просто людей, що знаходяться поруч. Проте необхідно відзначити, що соціальна підтримка може надавати не лише позитивний, але і негативний ефект, останній зв'язаний, перш за все, з недоречним наданням підтримки, що може привести до втрати контролю і відчуттям безпорадності. Вищі показники використання «соціальної підтримки» спостерігаються у педагогів 2-ої групи (12,7%) в порівнянні з педагогами 1-ої групи (10,1%). Це можна пояснити наявністю більшого соціального досвіду вирішення різних стресових ситуацій. Менш високі показники «пошуку соціальної підтримки» у педагогів 1-ої групи можна пояснити тим, що молоді фахівці, не маючи досить ресурсу «соціальної підтримки», вимушені більше розраховувати на себе, на свої знання і вміння. Респонденти 1 групи в якості копінг-стратегій переважно використовують «планування вирішення проблеми» (11%).

Цікавим в дослідженні виявився той факт, що активною формою реагування на стрес у фахівців зі стажем, тобто 2-ої групи стало уявне або поведінкове усунення від виниклої ситуації, «дистанціювання» (7,6%). Часте звернення до даного копінг-механізму сприяє прогресу дезадаптації в професійному середовищі. Але «дистанціювання» допомагає особистості педагога економити свої емоційні і інтелектуальні ресурси, таким чином уникати професійного стресу.

Вибір інших стратегій залежить від конкретної стресової ситуації, віку та актуального стану ресурсної системи особистості. Менш за все педагоги використовують такі стратегії : конфронтація (2,9%) та уникнення (5%).

Аналізуючи співвідношення між наявністю у працівника освіти конкретної стадії професійного вигорання (напруга, резистенція, виснаження), можна зробити висновок, що особистості, які перебувають в стадії резистенції або стадія виснаження вже в стані формування, обирають тільки одну стратегію копінг-поведінки – наприклад, або пошук соціальної підтримки або самоконтроль в якості домінуючих, які навіть стають дезадаптивними в деяких випадках. А педагоги, які обирають в критичних ситуаціях декілька стратегій в якості домінуючих, таким чином перерозподіляють своє психічне навантаження, практично уникають професійного вигорання. Необхідно підкреслити, що копінгі є свідомими формами поведінки і їх використання однакове важливо для працівників освіти незалежно від трудового стажу.

Для повної ясності картини досліджуваних показників наступним закономірним кроком є порівняння даних особливостей стану механізмів психологічного захисту у працівників освіти 1-ої і 2-ої груп.

Захисний механізм поведінки дозволяє людині знизити тривогу і відокремити себе від тих проблем, які поки що вона може вирішити шляхом включення механізму психологічного захисту. Його мета досягається через дезінтеграцію поведінки, нерідко пов'язану з виникненням деформацій і відхилень у розвитку особистості [4, с. 29-44]. Слід також зауважити, що люди рідко використовують будь-якої єдиний механізм захисту - зазвичай вони застосовують різні захисні механізми. З метою виявити, чи пов'язані особистісні характеристики з вибором механізмів психологічного захисту, нами проводилось емпіричне дослідження, у якому використовувалася методика «Індекс життєвого стилю» авторів Р. Плутчика та Х. Келермана, яка дозволяє діагностувати всю систему механізмів психологічного захисту, виявити як провідні (основні) механізми, так і оцінити ступінь напруженості кожного з них. Цей опитувальник дозволяє визначити ступінь вираженості 8 видів захисних механізмів: витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проекція, компенсація, гіперкомпенсація, раціоналізація. Наше завдання було дослідити, які механізми психологічного захисту допомагають уникнути професійного стресу і як це використовують респонденти з різним стажем педагогічної діяльності.

Аналіз отриманих даних показав:

Опитуваними в тій чи іншій мірі використовуються різні механізми психологічного захисту, проте раціоналізація – поза конкуренцією (середня – 7,65 балів), друга позиція – проекція (6,71), третя – заперечення (3,88 балів), найрідше педагогами використовуються заміщення, регресія, компенсація;

2. Вираженість двох механізмів захисту достовірно відрізняє респондентів 1-ої групи від респондентів 2-ої групи – це «проекція» (4,78) і «гіперкомпенсація» (2,93). «Проекція» і «гіперкомпенсація» частіше і інтенсивніше використовуються респондентами 2-ої групи (6,95 та 4,5 відповідно). Проте, напружене використання «гіперкомпенсації» не надає адаптивної дії, дозволяючи лише на деякий час «змінити» форму реагування на зовнішні стимул-реакції.

3. Більшість опитаних педагогічних працівників (66%), які випробують на собі професійне вигорання, використовують переважно один домінуючий механізм психологічного захисту, решта ж опитуваних – два-три такі механізми мають в арсеналі і лише 4 % серед них знаходяться в тій чи іншій стадії вигорання.

4. Окрім аналізу окремих механізмів психологічного захисту, спеціально проаналізовано ще один вимірвальний

показник дослідження – це «ступінь напруги захисту» (СНЗ). Що стосується «ступеню напруги захисту», то у респондентів 2-ої групи цей показник вищий, і відмінності достовірні (36,83 проти 29,69). Це означає перевагу освітян 2-ої групи в цілому частіше і інтенсивніше звертатися до захисних механізмів в ситуаціях, які сприймаються ними як тривожні та напружені.

Висновки. Для працівників освіти в професійній діяльності важливо два аспекти, перший з яких є уміння підготуватися до складної стресової ситуації, а другий – уміння діяти в ній (ситуації), якщо вона вже настала. Згідно з думкою ведучих вчених, аналіз причин і наслідків професійного стресу слід проводити в контексті зіткнення особистості не лише із стрес-чинниками професійної діяльності, але також і в особистісному психологічному аспекті.

Завданням у нашому психологічному дослідженні було проаналізувати які копінг-стратегії та механізми психологічного захисту обирають працівники освіти в стресогенних умовах в залежності від віку, педагогічного стажу та типу темпераменту. Проведений нами аналіз не виявив існування певних кореляційних зв'язків між типом темпераменту та певним механізмом психологічного захисту та стратегії копінг-поведінки; між психологічним захистом та віком педагога, між типом темпераменту та рівнем професійного стресу. Але ж деякі кореляційні зв'язки між характеристиками особистості та певними механізмами психологічного захисту вказують на індивідуальний зміст психологічних захистів для кожної людини. Тому виникає практична необхідність вивчати не лише психосоціальні і особистісні чинники професійної адаптації, але і розробити та реалізовувати практикоорієнтовані програми, націлені на збереження і активізацію компенсаторних, захисних, регуляторних механізмів, що забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особистості працівника освіти у всіх умовах протікання професійної діяльності.

Виявлення чинників, сприяючих стійкості до професійного стресу і розробка на цій основі профілактичних і корекційних програм, спрямованих на зміцнення здоров'я працівників освіти представляється важливим прикладним завданням в нових соціально-економічних умовах, які вимагають дбайливого відношення до людських ресурсів. Результати нашого подальшого дослідження дозволять працівнику виробити оптимальний індивідуальний стиль професійної діяльності, який би не призводив до перевантаження і дозволив би компенсувати виникнення стресових ситуацій.

Література

1. Баранов А. А. Психология стрессоустойчивости педагога: теоретические и прикладные аспекты : автореф. дис. д-ра психол. наук / А. А. Баранов. – СПб., 2002. – 48 с.

2. Выготский Л. С. Важнейшие законы высшей нервной деятельности (поведения) человека / Л. С. Выготский. – М. : Педагогическая психология, 1999. – С. 61–81.
3. Дёмина Л. Д. Психическое здоровье и защитные механизмы личности / Л. Д. Дёмина, И. А. Ральникова. – Барнаул: Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. – 123 с.
4. Дикая Л. Г. Актуальные проблемы и перспективы исследований в психологии труда в условиях глобализации / Л. Г. Дикая // Психологический журнал. - 2007. - Том 28. № 3. - С. 29–44.
5. Небылицын В. Д. Избр. Психол. труды / под ред. Б. Ф. Ломова. – М.: Педагогика, 1990. – 403 с.
6. Самоукина Н. В. Психология профессиональной деятельности. 2-изд. / Н. В. Самоукина. – СПб.: Питер, 2003. – 224 с.
7. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы. Хрестоматия / под. ред. Леонова А. Б., Чернышева О. Н. - М.: изд-во «Радикс», 1995. - 448 с.
8. Шульц Д. Психология и работа / Д.Шульц, С.Шульц. – 8-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 560 с.

The main aspects of emergence of professional educators, stress rare discussed in the article. The choice of diagnostic techniques of professional stress exploring and determinations of its origin have been analyzed. Attention is drawn to the psychosocial features of teachers stress stages emergence according to record of service, temperament, presence of psychological defense mechanisms, choice of coping – strategies etc. The need of further theoretical study and empirical exploring psychosocial traits of educators professional stress, elaboration of correction programs overcoming the consequences of professional stress with consider of defined criteria is justified.

Key words: *professional stress, stress, resistance exhaustion, temperament, psychological defense mechanisms, emotional fading, coping-strategies.*