

5. Magdy'syuk L. I. Yakist' zhy'ttya osoby'stosti v period vy'xodu na pensiyu / L. I. Magdy'syuk // Psy'xologiya: real'nist' i perspekty'vy' : zb. nauk. pr. RDGU. – Rivne : RDGU, 2016. – Vy'p. 6. – S. 131–136.
6. Orban-Lembry'k L. E. Social'na psy'xologiya : posibny'k. – Kyiv : Akademvy'dav, 2003. – 448 s.
7. Psy'xologichny'j slovny'k / za red. V. I. Vojtka. – Ky'yiv : Vy'shha shk., 1982. – 216 s.
8. Ty'tarenko T. M. Psy'xologichni prakty'ky' konstruyuvannya zhy'ttya v umovax postmodernoyi social'nosti : monografiya / T. M. Ty'tarenko, O. M. Kochubejny'k, K. O. Cheremny'x. – Kyiv : Milenium, 2014. – 206 s.
9. Cy'mbalyuk I. M. Psy'xologiya spilkuvannya : navch. posib. – Kyiv : Profesional, 2004. – 264 s.

**L. I. Mahdysiuk, B. V. Pavlova, V. V. Pasichko INTERPERSONAL COMMUNICATION AND ITS INFLUENCE ON THE FUNCTIONING OF INDIVIDUALS OF EARLY OLD AGE**

*The article is dedicated to the theoretical analysis of the concept of interpersonal communication, its main characteristics and peculiar features. The article reviews the peculiar features of the influence of communication on the functioning of individuals of early old age, and the peculiar features of interpersonal communication of this age category. The results of the empirical research are indicative of the level and orientation of the need for communication, a sense of loneliness and adaptability that affect the functioning of individuals of early old age. The obtained empirical data are calculated by the method of mathematical statistics and the analysis of the results: percentage and quantitative analysis (Pearson's correlation coefficient), which shows the correlation of the obtained characteristics. The obtained results can be used when working with individuals of early old age in the framework of increasing their productivity through correction of those components that determine interpersonal communication; in the prospect of using self-education and educational activities in order to provide practical help to individuals of early old age by practicing psychologists, and to be used in the activities of psychological service workers.*

*The problem of interpersonal communication of the individual is one of the fundamental ones in psychological science, and therefore the demand for it remains in place throughout the history of psychology. The urgency of this problem is determined by its high importance in solving the most important issues of constructive development and functioning of the individual, on the one hand, and the lack of theoretical and empirical research in this scientific field on the other hand.*

*Communication forms the process of interaction between individuals and social groups, in which social experience is transmitted and assimilated, a change in the structure and essence of interacting entities occurs, a variety of human identities are formed, and a person's socialization takes shape.*

**Key words:** *psychological peculiar features, loneliness, early old age, interpersonal communication, personality orientation, social and psychological peculiar features, Pearson's correlation coefficient, adaptability, functioning.*

УДК 159.923-057.19:616.891.6

Л. І. МАГДИСЮК, І. О. РУБЦОВА

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ  
У БЕЗРОБІТНИХ**

*Стаття присвячена теоретичному аналізу причин виникнення феномену тривожності, особливостей її протікання у осіб, котрі втратили роботу чи є безробітними. Наведені результати емпіричного дослідження, що підтверджують ситуативну та особистісну тривожність у безробітних. Відповідно до виду тривожності, також досліджено рівень тривожності. На основі отриманих результатів, визначено причини виникнення тривожності, види та рівні тривожності, котрі характеризуються впливом на психологічні особливості безробітних, на їх поведінку, активність, на їх комунікативну та емоційну сферу. Запропоновано використовувати можливості запобігання та подолання негативних наслідків впливу даного феномену, відповідно, до отриманих конкретних результатів дослідження при роботі практичного психолога з категорією безробітних.*

**Ключові слова:** *тривожність, емоційна сфера, безробітні, переживання, система чинників, особистість, тривога, поведінкові ознаки, суб'єктивні та об'єктивні причини, біологічний компонент, психологічні особливості.*

*Стаття посвячена теоретическому анализу причин возникновения феномена тревожности, особенностей ее протекания у лиц, которые потеряли работу или являются безработными.*

*Приведенные результаты эмпирического исследования, подтверждающие ситуативную и личностную тревожность у безработных. В соответствии с видом тревожности, также исследован уровень тревожности. На основе полученных результатов, определены причины возникновения тревожности, виды и уровни тревожности, которые характеризуются влиянием на психологические особенности безработных, на их поведение, активность, на их коммуникативную и эмоциональную сферу. Предложено использовать возможности предотвращения и преодоления негативных последствий влияния данного феномена, соответственно, полученным конкретным результатам исследования при работе практического психолога с категорией безработных.*

**Ключевые слова:** *тревожность, эмоциональная сфера, безработные, переживания, система факторов, личность, тревога, поведенческие признаки, субъективные и объективные причины, биологический компонент, психологические особенности.*

**Постановка проблеми.** Питання тривожності займає особливе місце серед негативних переживань людини. Часто висока тривожність призводить до зниження працездатності, продуктивності будь-якої діяльності, навіть до труднощів в спілкуванні. Відповідно, людина з підвищеною тривожністю згодом може зіткнутися з різними соматичними захворюваннями. Тому феномен тривоги та причини її виникнення це дуже складні питання, оскільки, у стані тривоги ми переживаємо не одну емоцію, а деяку комбінацію різних емоцій, кожна з яких має вплив на мислення, поведінку, соматичний стан, сприймання навколишнього світу та соціальні взаємовідносини. Також варто враховувати те, що у кожного зовсім різний рівень тривожності, тому говорячи про людей, котрі є безробітними, їх емоційний стан є нестабільним і вони постійно заціклені на актуальній проблемі їхнього безробіття. А це впливає на усі сфери їх життєдіяльності, самооцінку, можливість самореалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз вітчизняних і зарубіжних робіт, в яких досліджується феномен «безробіття», підтверджує множину його соціальних, економічних та психологічних наслідків для особистості. Сучасна наука і практика розглядає безробіття як втрату зв'язку людини з інститутом трудової зайнятості, як одну з найважливіших проблем у системі відносин типу «людина – суспільство».

Коли пошук роботи затягується, а сьогодні, на жаль, це типове явище, то на безробітного чекає багато неприємностей, зокрема і психологічного плану.

Психічні стани людини в період переживання відсутності роботи вивчали Ж. Вірна, С. Грабовська, М. Мінігалієва, Н. Михайлова [3]. Проблеми динаміки самовідношення і самооцінки безробітних розглядалися в роботах Т. Ільїної та А. Колобкової [1]. А проблему особистості періоду виходу на пенсію вивчали Л. Засекіна та Л. Магдисяк [3; 4, 144-149; 5, 131-136].

Соціально-психологічні особливості мотивів і стимулювання активності безробітного населення, поліпшення його позитивної мотивації до пошуку роботи досліджував Ю. Маршавін. Такі науковці як С. Дановський, А. Дьомін та Е. Мандрикова у своїх публікаціях проводили емпіричні дослідження соціального самопочуття різних категорій безробітних [2, 82-8; 10].

**Формулювання цілей статті.** Головними цілями статті, на основі теоретичного та емпіричного дослідження, є:

- з'ясування сутності феномену тривожності, його види та причини виникнення;
- характерні особливості стану тривожності в осіб, котрі є безробітними.

Відповідно, до отриманих теоретичних та емпіричних результатів, зробити висновки, які дозволять психологам більш детально розуміти проблему тривожності, зокрема у безробітних, причини та наслідки її виникнення. Та у подальших дослідженнях займатися створенням комплексу психологічних методів для боротьби із даною проблемою.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** В сучасній психологічній науці тривожність вивчається як багатоаспектний феномен. Зокрема, розрізняють терміни «тривога» (як психічний стан) та «тривожність» (як властивість особистості). Поняття «тривога» розглядається як емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки та проявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій. У свою чергу, «тривожність» визначається як особистісна риса, яка проявляється у легкому та частому виникненні тривоги [6]. Тривога – це реакція на небезпеку, яка загрожує особистості, реальну або уявну, емоційний стан незрозумілого страху, що характеризується невизначеним відчуттям загрози (на відміну від страху, який є реакцією на цілком певну небезпеку). Тривога впливає на багато аспектів розвитку: розвиток емоційної сфери і спілкування, фізичного та психічного здоров'я, трудову діяльність.

Слід розрізняти тривогу, як стан і тривожність, як властивість особистості [7; 9]. Тривожність – психічний стан емоційної напруги, настороженості, хвилювання, душевного дискомфорту,

підвищеної вразливості при ускладненнях, загостреного почуття провини і недооцінювання себе у ситуаціях очікування, невизначеності або передчуття неясної загрози значущій рівновазі особистості [4, 144-149]. Якщо розглядати тривожність на психологічному рівні, то вона відчувається як стурбованість, напруження, нервозність. Тривожність переживається у вигляді почуття невизначеності, безпомічності, безсилля, незахищеності, самотності та неможливості прийняти рішення. А на фізіологічному рівні тривожність виявляється у посиленні серцебиття, зростанні частоти дихання, збільшенні хвилинного об'єму циркуляції крові, підвищенні артеріального тиску, зростанні загальної збудливості, зниження порогів чутливості, коли раніше нейтральні стимули набувають негативне емоційне зафарбування [6]. У психології прийнято розрізняти тривожність ситуативну та тривожність особистісну. Остання має хронічний характер, не пов'язана із особливостями ситуації [5, 131-136].

Виникнення тривожності – результат недостатньої адаптивності психофізіологічних механізмів, що виявляється в посиленні рівня активації нервової системи і, як наслідок цього, неадекватних поведінкових реакцій. Саме тривожність займає особливе місце серед негативних переживань людини. Дуже часто вона приводить до зниження працездатності, продуктивності діяльності, до труднощів в спілкуванні. Людина з підвищеною тривожністю згодом може зіткнутися з різними соматичними захворюваннями [9].

Розділяють *суб'єктивні* та *об'єктивні* причини, які викликають тривогу та впливають на зміну її рівня. Відповідно, суб'єктивні пов'язані з невірним уявленням про результат майбутньої події, і до суб'єктивних причин тривоги відносяться причини психологічного характеру, що призводять до завищення суб'єктивної значущості результату майбутньої події. Об'єктивними причинами, які викликають тривогу є експериментальні умови, що пред'являють підвищені вимоги до психіки людини і пов'язані з невизначеністю результату ситуації (стомлення, неспокій з приводу здоров'я, порушення психіки, вплив фармакологічних засобів) та інших препаратів, які можуть впливати на психічний стан [7].

Виокремлюють такі *види тривожності*:

- 1) стійка тривожність у будь-якій сфері (специфічна) – шкільна, міжособистісна, екологічна, тестова, комп'ютерна тощо;
- 2) загальна тривожність – тривожність, яка вільно змінює об'єкти в залежності від зміни їх значущості для людини. Специфічна тривожність в таких випадках є лише формою вираження загальної [8, 201-211].

На основі теоретичного дослідження, нам вдалося зробити висновки, що більша частина безробітних людей відчувають такі негативні переживання як: песимізм, тривога, відчай, агресія, непотрібність, постійну стурбованість за своє майбутнє, втрата життєвих завдань, конфлікти в сім'ї. Ці люди можуть переживати одночасно професійну та вікову кризу, що викликає негативні наслідки для психологічного здоров'я, зокрема такі як: зниження рівня відчуття безпеки, задоволення життям, впевненості, відмова від будь-яких дій та активності, поява соціальних страхів тощо.

Високий рівень тривожності створює загрозу психічному здоров'ю особи і сприяє розвитку невротичних станів. Крім негативного впливу на здоров'я, поведінку і продуктивність діяльності, високий рівень тривожності несприятливо позначається і на якості соціального функціонування безробітних. Тривожність веде до відсутності у безробітних упевненості в своїх можливостях в спілкуванні, що пов'язано із негативним соціальним статусом, формує конфліктні відносини.

За отриманими результатами емпіричного дослідження, вибірка якого склала 30 досліджуваних, з використанням методик для виявлення переважаючого типу тривожності «Опитувальник Ч. Спілбергера – Ханіна» було виявлено показники реактивної тривожності у опитуваних: низький рівень тривожності – 7%; середній рівень – 90%; високий рівень – 3%.

Реактивна тривожність є показником емоційного стану респондента, тобто відображає ступінь відчуття безпеки на момент дослідження. Коли людина почуває себе комфортно та не прогнозує одної загрози в даний конкретний момент, вона показує низькі результати за даною шкалою. Якщо ж у людини на момент дослідження відбуваються певні негативні події в житті або вона почуває себе некомфортно в даний конкретний момент, то вона показує високі результати за цією шкалою. Більшість респондентів (90%) мають середній рівень реактивної тривожності. Це означає, що вони відчували на момент дослідження стан відносної безпеки та комфорту. Низький рівень (7%) реактивної тривожності означає, що вони відчувають спокій у своєму житті. Лише у 3% опитуваних виявлено високий рівень реактивної тривоги, що свідчить про відчуття загрози психологічному комфорту.

Особистісна тривожність – це стійка риса особистості, що деякою мірою зумовлює тривожність як емоційний стан. Більш тривожна та менш тривожна людина буде почувати себе по-

різному в однаковій ситуації. За показниками особистісної тривожності у опитуваних було виявлено наступне: низький рівень – 0 %; середній рівень – 57%; високий рівень – 43%. Середній рівень особистісної тривожності, який становить 90% забезпечує найкращу адаптацію людини до різноманітних умов. Це пояснюється тим, що за такого рівня тривожності людина не відчувається тривожно у більш-менш знайомих та безпечних ситуаціях, але при цьому вона здатна тверезо оцінити ризикові ситуації та уникати їх за потреби. Такі люди здатні адекватно ставитися до своїх обов'язків та виконувати їх, не утискаючи інші сфери свого життя. У 3% осіб з числа безробітних виявлено високий рівень тривожності. Людині, яка має високий рівень особистісної тривожності не просто наважитися на певні зміни. На таку людину впливає досить широкий спектр загрозливих ситуацій, що звужує для неї в даному випадку пошук роботи.

Тривога і тривожність тісно пов'язані з стресом. Емоції тривожного ряду є симптомами стресу, а початковий рівень тривожності визначає індивідуальну чутливість до стресу. Людина може часто перебувати в стресових та конфліктних ситуаціях, що призводить до збільшення психічних навантажень, порушення рівноваги нервових процесів та супроводжується зниженням стресостійкості. Для виокремлення основних компонентів стресостійкості потрібно розглянути структуру конфліктостійкості, яка складається з наступних компонентів:

- *емоційний* – полягає в умінні людини контролювати свій емоційний стан у перед конфліктних і конфліктних ситуаціях, у здатності відкрито виявляти свої емоції без приниження особистості опонента, не переходити в депресивні стани в разі затяжного конфлікту чи програшу в ньому (відображає рівень і характер збудливості психіки та її вплив на успішність спілкування в складних ситуаціях);

- *вольовий* – це здатність до свідомого контролю й оволодіння собою, терпимості до інших, самовладання й самоконтролю, несприйнятливості щодо провокаційних дій опонента;

- *пізнавальний* – це стійкість функціонування пізнавальних процесів особистості; цей компонент включає вміння визначати початок перед конфліктної ситуації, здійснювати об'єктивний аналіз причин її виникнення, прогнозувати розвиток конфлікту й можливі наслідки, швидко приймати правильні рішення;

- *мотиваційний* – забезпечує адекватність прагнень у конфлікті, їх спрямованість на пошук шляхів розв'язання суперечностей, здатність коригувати інтереси залежно від зміни обставин і конкретної ситуації [3].

Зайнятість формує соціальний статус людини, оскільки пов'язана з виконанням певних соціальних ролей та відповідною соціальною позицією в соціальній структурі суспільства. Все це впливає на формування персональної ідентичності та самооцінки, та позначається на соціальному статусі сім'ї. При втраті роботи виникають психологічні проблеми як у безробітного, так і в його сім'ї. Трудова зайнятість структурує повсякденне життя людини, робить його впорядкованим, вписує її в ритм більш широких соціальних спільнот. Безробітні відчувають труднощі в організації своєї поведінки, що позначається на їхній мотивації та самопочутті. Варто також відмітити, що зайняті люди регулярно взаємодіють з іншими людьми, що допомагає їм встановити професійні та дружні контакти, розширити їх соціальне середовище. Взаємодія з колегами розширює досвід спілкування та виступає амортизатором багатьох проблем, що виникають у професійній діяльності та за її межами. Безробітні ж обмежені в спілкуванні та міжособистісних контактах. Праця є механізмом залучення індивіда до колективних цілей, що робить його працю осмисленою, підтримує в нього почуття загальної компетентності. Безробітні ж часто відчувають безцільність існування й непотрібність.

Більша частина безробітних людей відчувають такі негативні переживання як: песимізм, тривога, відчай, агресія, непотрібність, постійну стурбованість за своє майбутнє, втрата життєвих завдань, конфлікти в сім'ї. Ці люди можуть переживати одночасно професійну та вікову кризу, що викликає негативні наслідки для психологічного здоров'я, зокрема такі як: зниження рівня відчуття безпеки, задоволення життям, впевненості, відмова від будь-яких дій та активності, поява соціальних страхів тощо.

Також було виявлено різне ставлення безробітних до свого звільнення. Так, в одних безробітних спостерігалось болше переживання свого нового соціального статусу. У них переважав рівень емоційної нестійкості, невисокий рівень самоконтролю та високі показники фрустрації. Інша частина безробітних, навпаки, демонструвала байдужість до того, що з ними відбувається. Високий рівень тривожності створює загрозу психічному здоров'ю особи і сприяє розвитку передневротичних станів. Крім негативного впливу на здоров'я, поведінку і продуктивність діяльності, високий рівень тривожності несприятливо позначається і на якості соціального функціонування безробітних. Дослідження ряду авторів показали, що тривожність веде до відсутності у безробітних впевненості в

своїх можливостях в спілкуванні, що пов'язано із негативним соціальним статусом, формує конфліктні відносини.

Отже, за результатами емпіричного дослідження нам вдалося виявити переважаючий рівень та вид тривожності у безробітних і те, як ці результати впливають на їх психологічні особливості, поведінку та адаптацію у різноманітних умовах. Варто відмітити, що тривожність людини може бути серйозною перешкодою на шляху до професійних досягнень і реалізації себе як особистості, але з іншого боку певна міра тривожності може бути мотивацією до досягнення успіху.

**Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок.** У статті розкриті особливості тривожності, як сталої риси особистості, розглянуті причини тривоги, що впливають на зміну її рівня і можуть бути присутні у всіх сферах життєдіяльності людини. Прояви тривожності в різних ситуаціях не однакові. В одних випадках людина схильна поводити себе тривожно завжди і скрізь, в інших – виявляє свою тривожність лише час від часу, залежно від обставин, які склалися. Однак певний рівень тривожності є нормою і обов'язковою особливістю активної діяльності особистості. У кожної людини існує свій оптимальний рівень тривожності, проте у деяких випадках потрібна допомога, коли він надто високий і людині не комфортно. Тому, перспективи подальших розвідок у даному напрямку будуть спрямовані на створення комплексу психологічних методів для боротьби і запобігання негативних наслідків для осіб із даною проблемою.

#### Список використаних джерел

1. Глуханюк Н. С. Психология безработицы: введение в проблему : монография / Н. С. Глуханюк. – 2-е изд., доп. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т, 2003. – 84 с.
2. Дановский С. Л. Социальная и психологическая характеристика безработных / С. Л. Дановский // Социологические исследования. – 2007. – № 5. – С. 82–89.
3. Засекина Л. В. Психологічна готовність особистості до виходу на пенсію : монографія / Л. В. Засекина, Л. І. Магдисяк. – Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2018. – 290 с.
4. Магдисяк Л. І. Діагностика психологічної готовності до виходу на пенсію осіб пізньої зрілості / Л. І. Магдисяк // Наука та освіта. – 2016. – № 2–3. – С. 144–149.
5. Магдисяк Л. І. Якість життя особистості в період виходу на пенсію / Л. І. Магдисяк // Психологія: реальність і перспективи : зб. наук. пр. Рівнен. держ. гуманіт. ун-ту. – Рівне : РДГУ, 2016. – Вип. 8. – С. 131–136.
6. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. / С. Д. Максименко. – Київ : Центр учб. літ., 2008. – 272 с.
7. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. – Київ : Вища шк., 1982. – 216 с.
8. Рудюк О. В. Перспективні напрями вивчення безробіття в зарубіжній науково-психологічній традиції / О. В. Рудюк // Психологічні перспективи. – 2012. – № 20. – С. 201–211.
9. Хеллем Р. Консультирование по проблемам тревожности / Р. Хеллем. – М. : ПЕР СЭ, 2009. – 191 с.
10. Ясточкіна І. А. Психологічні чинники виникнення та корекція особистісної тривожності у ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук / І. А. Ясточкіна. – Київ, 2011. – 198 с.

#### References

1. Gluhanjuk N. S. Psihologija bezroboticy: vvedenie v problemu : monografija / N. S. Gluhanjuk. – 2-e izd., dop. – M. : Mosk. psihol.-soc. in-t, 2003. – 84 s.
2. Danovskij C. L. Social'naja i psihologicheskaja harakteristika bezrobotnyh / C. L. Danovskij // Sociologicheskie issledovanija. – 2007. – № 5. – S. 82–89.
3. Zasyekina L. V. Psy`xologichna gotovnist` osoby`stosti do vy`xodu na pensiyu : monografiya / L. V. Zasyekina, L. I. Magdy`syuk. – Lucz`k : PP Ivanyuk V. P., 2018. – 290 s.
4. Magdy`syuk L. I. Diagnosty`ka psy`xologichnoyi gotovnosti do vy`xodu na pensiyu osib pizn`oyi zrilosti / L. I. Magdy`syuk // Nauka ta osvita. – 2016. – № 2–3. – S. 144–149. (Web of Science Core Collection)
5. Magdy`syuk L. I. Yakist` zhy`ttya osoby`stosti v period vy`xodu na pensiyu / L. I. Magdy`syuk // Psy`xologiya: real`nist` i perspekty`vy` : zb. nauk. pr. Rivnen. derzh. humanit. un-tu. – Rivne : RDGU, 2016. – Vy`p. 8. – S. 131–136.
6. Maksy`menko S. D. Zagal`na psy`xologiya : navch. posib. / S. D. Maksy`menko. – Kyiv : Centr uchb. lit., 2008. – 272 s.
7. Psy`xologichny`j slovny`k / za red. V. I. Vojtka. – Ky`yiv : Vy`shha shk., 1982. – 216 s.
8. Rudyuk O. V. Perspekty`vni napryamy` vy`vchennya bezrobittya v zarubizhnij naukovoppsy`xologichnij trady`ciyi / O. V. Rudyuk // Psy`xologichni perspekty`vy`. – 2012. – № 20. – S. 201–211.

9. Hellem R. Konsultirovanie po problemam trevozhnosti / R. Hellem. – M. : PER SJe, 2009. – 191 s.
10. Yastochkina I. A. Psy`xologichni chy`nny`ky` vy`ny`knennya ta korekciya osoby`stisnoyi try`vozhnosti u rann`omu yunacz`komu vici : avtoref. dy`s. ... kand. psy`xol. nauk / I. A. Yastochkina. – Kyiv, 2011 – 198 s.

**L. I. Mahdysiuk, I. O. Rubtsova THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE GENESIS OF ANXIETY AMONG THE UNEMPLOYED**

*The article is dedicated to the theoretical analysis of the appearance of the anxiety phenomenon and how the persons who are lost their job or the persons who are the unemployed passing it. The results of the empirical research show us that there are the situational anxiety and the personal anxiety of the unemployed. There are also different levels of the anxiety according to the type of the agitation. On the basis of this research is identified that there are reasons, types and levels of the anxiety unemployed.*

*Reactive anxiety – it is usually a temporary state, but it can be stable for specific situations, or rarely occur in other situations. Personal anxiety is a personality trait, characterized by its negative attitude to any life situations, constantly perceiving them in danger. Anxiety and anxiety are closely related to stress.*

*On the one hand, emotions of anxiety series are symptoms of stress, and on the other hand - the initial level of anxiety determines individual sensitivity to stress.*

*It can also be argued that personality factors of anxiety of a person can be a serious obstacle on the way to professional achievements and realization of oneself as an individual. They are characterized with some influence on the psychological features of the unemployed, on their behavior, activity, on their communicative and emotional domain. In this research is suggested to use some options which will help to prevent and overcome the negative implications of the influence of the anxiety phenomenon.*

**Key words:** *anxiety, emotional domain, unemployed, emotional experience, factor system, personality, agitation, behavioral features, subjective and objective reasons, biological component, psychological features.*

УДК 159.9:371.322

В. А. МАСЛОВА

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ МЕНЕДЖЕРІВ ОСВІТИ**

*Стаття присвячена аналізу специфіки саморегуляції менеджерів освіти. Досліджуються соціально-психологічні чинники впливу на емоційну сферу особистості менеджерів освіти у контексті саморегуляції. Окреслено, що професійна діяльність менеджерів освіти має свої особливості, що вимагають не тільки професійної компетентності працівника, а й певних особистісних якостей, що визначають ефективність його фахової діяльності. Обґрунтовано особливості психічної саморегуляції як умови особистісного зростання в процесі реалізації навчально-професійних завдань. Зазначено, що саморегуляція та самоконтроль фахівця забезпечують характер його професійної взаємодії, поведінки в повсякденній та екстремальній ситуаціях, особливості реагування на обставини.*

**Ключові слова:** *саморегуляція, психічна саморегуляція, саморегуляція емоційних станів, менеджер освіти, особливості професійної діяльності менеджера освіти.*

*Статья посвящена специфике саморегуляции менеджеров образования. Исследуются социально-психологические факторы воздействия на эмоциональную сферу личности менеджеров образования в контексте саморегуляции. Определено, что профессиональная деятельность менеджеров образования имеет свои особенности, требующие не только профессиональной компетентности работника, но и определенных личностных качеств, определяющих эффективность его профессиональной деятельности. Обоснованы особенности психической саморегуляции как условия личностного роста в процессе реализации учебно-профессиональных задач. Отмечено, что саморегуляция и самоконтроль специалиста обеспечивают характер его профессионального взаимодействия, поведения в повседневной и экстремальной ситуациях, особенности реагирования на обстоятельства.*

**Ключевые слова:** *саморегуляция, психическая саморегуляция, саморегуляция эмоциональных состояний, менеджер образования, особенности профессиональной деятельности менеджера образования.*