

DOI (Article): <https://doi.org/10.31108/2.2019.1.16.8>  
УДК 159.9.019/.07:373.5

Снігур Ю.С.

## РІВЕНЬ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ В КЕРІВНИКІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ: ЗВ'ЯЗОК З ЧИННИКАМИ МЕЗОРІВНЯ

*Снігур Ю.С. Рівень професійного стресу в керівників загальної середньої освіти: зв'язок з чинниками мезорівня. У даній статті на основі емпіричного дослідження визначено рівень професійного стресу керівників загальної середньої освіти за його основними складовими. Досліджено зв'язок між рівнем професійного стресу і такими чинниками мезорівня, як організаційно-функціональні характеристиками освітніх організацій (кількість людей в організації, термін існування організації, місце розташування організації). Показано, що найбільший вплив на вираженість професійного стресу в керівників закладів загальної середньої освіти здійснюють такі чинники мезорівня (організаційно-функціональні характеристики освітніх організацій - «кількість людей в організації» та «місце розташування організації»).*

**Ключові слова:** заклади загальної середньої освіти; керівники закладів загальної середньої освіти; професійний стрес; рівень вираженості професійного стресу; чинники мезорівня.

*Снегур Ю.С. Уровень профессионального стресса у руководителей среднего образования: связь с факторами мезоуровня. В данной статье на основе эмпирического исследования определен уровень профессионального стресса руководителей общего среднего образования по его основным составляющим. Исследована связь между уровнем профессионального стресса и такими факторами мезоуровня, как организационно-функциональные характеристиками образовательных организаций (количество людей в организации, срок существования организации, местонахождение организации). Показано, что наибольшее влияние на выраженность профессионального стресса у руководителей учреждений общего среднего образования осуществляют такие факторы мезоуровня (организационно-функциональные характеристики организации - «количество людей в организации» и «местонахождение организации»).*

**Ключевые слова:** учреждения общего среднего образования; руководители учреждений общего среднего образования; профессиональный стресс; уровень выраженности профессионального стресса; факторы мезоуровня.

**Постановка проблеми.** Актуальність проблеми професійного стресу керівників закладів середньої освіти на даний момент часу стоїть дуже гостро, оскільки реалізація концепції «Нової Української школи» вимагає від керівників гнучкості професійної діяльності, висуває перед ними потребу набуття нових компетентностей, прийняття правильних управлінських рішень стосовно усіх учасників навчально-виховного процесу.

Висока емоційна напруженість менеджерів зумовлена наявністю великої кількості факторів ризику, стрес-факторів, які постійно присутні в роботі керівників закладів загальної середньої освіти і впливають на їхнє самопочуття, працездатність, якість професійної діяльності та прийняття управлінських рішень.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз наукових досліджень, присвячених дослідженню стресу, свідчить, що ця проблема є актуальною у світовій психологічній науці. Проблемою стресу займалися такі науковці, як Г. Сельє [36] та ін., ще на початку ХХ ст. Згодом подальшого розвитку воно набуло у працях Дж. Грінберга [9], Р. Лазарус [22], Т. Кокса [18], Л. Леві [18] та ін. Науковцями активно розробляються моделі професійного стресу (Л.А. Китаєв-Смик [17], Р. Лазарус [22]), його види (Л.В. Куликов, О.А. Михайлова [20], А.Б. Леонова [23]), методи діагностики (В.В. Бойко [4], Н.Є. Водоп'янова [6], Г.В. Ложкін [24], С.Д. Максименко, О.М. Кокун, Є.В. Тополов [28]), способи психічної регуляції й адаптації людини до стресогенних чинників (Ф.Л. Березін [2], В.А. Бодров [3]), саморегуляції психічних станів (Є.П. Ільїн [11], Г.С. Нікфоров [34]).

Можна також констатувати, що проблема професійного стресу та професійного вигорання (як наслідку хронічного професійного стресу) тією чи іншою мірою вивчалась на

матеріалі різних професійних груп: у держслужбовців (О.Л. Габрилевич, Л.Я. Малімон [7], Л.М. Карамушка [21], Д.І. Куриця [12; 21]), працівників державної податкової служби України (Т.В. Грубі [8]), медичних працівників (Л.М. Карамушка, О.О. Раковчена [16]), військовослужбовців (В.А. Бодров [3]); працівників МНС (О.Є. Самара [35]), працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України (О.І. Склень [38]), працівників правоохоронних органів (В.О. Лефтеров, О.В. Тимченко [26]), керівників у сфері бізнесу (Я.А. Плужник [33]) та ін.

Що стосується *освітніх організацій*, то окремі аспекти вивчення професійного стресу та синдрому професійного вигорання знайшли відображення в працях таких науковців, як: Т.В. Зайчикова [37], Л.М. Карамушка [37], С.Д. Максименко [37], А.К. Маркова [30], В.Л. Паньковець [32]. Складнощі професійної діяльності працівників освітніх організацій, зокрема, управлінської діяльності керівників закладів середньої освіти, які можуть обумовлювати виникнення професійного стресу, відображені в розробках Г.С. Балла [1], О.І. Бондарчук [5; 39]; Л.М. Карамушки [13; 14; 15], Н.Л. Коломінського [19], С.Д. Максименка, Т.Д. Щербак [27], В.І. Маслова [29], І.М. Олійника [31], Є.О. Чернишової [40] та ін.

Однак, не вивченою залишається проблема впливу чинників мезорівня, зокрема, організаційно-функціональних характеристик освітньої організації, на вираженість професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти.

**Метою даної статті** є дослідження рівня професійного стресу в керівників закладів загальної середньої освіти та визначення чинників мезорівня, що впливають на його виникнення.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити рівень професійного стресу в керівників закладів загальної середньої освіти та його складові.
2. Дослідити зв'язок між рівнем професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти та чинниками мезорівня (організаційно-функціональними характеристиками організації).

**Виклад основного матеріалу та результати дослідження.** Дослідження виконувалось у *два етапи*.

На *першому етапі* вивчався рівень професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти.

Для його виконання використовувались такі методики: «*Інвентаризація симптомів стресу*». Ця методика дає можливість діагностувати рівень вираженості стресових ознак, та здійснювати їх самооцінку.

Друга методика «*Експрес-діагностика стресогенних факторів в діяльності керівника*» яка була використана для виявлення робочих стрес-факторів і для аутодіагностики ступеня ризику розвитку психологічного стресу в керівників закладів загальної середньої освіти. За її допомогою можна швидко визначити, в яких видах управлінської діяльності є найбільша проблема, і в якому напрямі розвиваються керівні уміння.

Третьою методикою виступила «*Шкала організаційного стресу*», яка вимірює сприйнятливості до організаційного стресу. Вона, зокрема, сприяє вивченню різноманітних показників організаційного стресу.

На *другому етапі* вивчався зв'язок між рівнем професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти та чинниками мезорівня (організаційно-функціональними характеристиками організації).

До чинників мезорівня, на основі аналізу літератури [14; 15], були віднесені такі характеристики організації: кількість осіб, які працюють в організації; термін існування організації; місце розташування організації.

Дослідження проводилось у 2018 році у Київській області та в місті Києві. В опитуванні взяв участь 191 працівник освітніх організацій, з них 23,0% директори навчальних закладів, 30,9% заступників директорів навчального закладу, 31,9% керівники робочої (творчої) групи, 14,1% керівники кафедри (методоб'єднання).

Організація дослідження базувалась на основі загальних підходів до здійснення психологічного дослідження. Математична обробка даних здійснювалася за допомогою комп'ютерного пакета статистичних програм SPSS (версія 22). Для статистичної обробки та аналізу даних використовувались такі методи: описова статистика та кореляційний аналіз.

Проаналізуємо спочатку результати виконання **першого завдання дослідження**.

Що стосується **вираженості симптомів професійного стресу** (використовувалась методика «Інвентаризація симптомів стресу» [6]), то, як видно із *рис. 1*, для значної кількості керівників закладів загальної середньої освіти (65,4%) характерним є високий рівень вираженості симптомів професійного стресу. Це стосується майже дві третини опитаних. Також для однієї третини опитаних (34,0%) характерний середній рівень вираженості симптомів стресу. І в зовсім незначній кількості учасників дослідження (0,5%) виявлено високий рівень вираженості симптомів стресу. Звертає увагу на себе той факт, що серед керівників закладів середньої освіти відсутні керівники з низьким рівнем вираженості симптомів професійного стресу.



*Рис. 1. Рівень вираженості симптомів професійного стресу в керівників закладів загальної середньої освіти (у % від загальної кількості опитаних)*

Отже, результати дослідження свідчать про те, що більшості керівників закладів загальної середньої освіти притаманний високий або середній рівень вираженості симптомів професійного стресу.

За допомогою методики «Експрес-діагностика стресогенних факторів в діяльності керівника» [6] нами було визначено **рівень вираженості стрес-чинників** у діяльності керівників закладів загальної середньої освіти.

Як видно з *табл. 1*, найбільш вираженим є такий стрес-чинник, як «*робочі перевантаження*» (великий обсяг роботи, недостатність часу для її якісного виконання, робота заважає особистому життю). На високий рівень вираженості цього стрес-чинника вказало 54,5% опитаних, тобто більше половини.

Далі на приблизному такому ж рівні знаходиться такий стрес-чинник, як «*стреси вертикальних комунікацій*» (протилежність поглядів з керівником, неможливість передбачити реакцію та оцінку керівника). Високий рівень вираженості цього показника виявлено у 42,9%. Звертає увагу на себе той факт, що досить значна кількість опитаних (46,1%) вказали також на середній рівень вираженості цього стрес-чинника.

Значно менше вираженим є такий стрес-чинник, як «*інформаційний стрес*» (перевантаження інформацією та нездатність справлятися з нею). На високий рівень вираженості цього стрес-чинника вказало лише 19,4% опитаних.

І приблизно на такому ж рівні вираженості знаходиться такий чинник, як «конфліктність комунікацій» (невміння встановити контакт з підлеглими та взаємодіяти з ними). Високий рівень вираженості цього стрес-чинника було виявлено у 14,1%.

Таблиця 1

**Рівень вираженості стрес-чинників у діяльності керівників закладів загальної середньої освіти (у % від загальної кількості опитаних)**

Стрес-чинники	Високий	Середній	Низький
стреси робочих перевантажень	54,5	24,1	21,5
стреси вертикальних комунікацій	42,9	46,1	11,0
інформаційний стрес	19,4	57,6	23,0
конфліктність комунікацій	14,1	68,6	17,3

Отже, можна зробити висновок, що *робоче перевантаження та проблеми у вертикальних комунікаціях* є провідними стрес-чинниками в діяльності керівників закладів загальної середньої освіти.

Методика «Шкала організаційного стресу», яка вимірює сприйнятливість до організаційного стресу, представлена в табл. 2. Такий показник, як «стрес, пов'язаний з широтою інтересів», має найвищий рівень вираженості, про що свідчить той факт, що 61,8% опитаних мають високий рівень вираженості цього показника.

Практично на тому самому рівні знаходиться такий показник, як «стрес, пов'язаний з активністю та продуктивністю» (61,6% опитаних мають високий рівень його вираженості).

Значно менш представленим є такий показник організаційного стресу, як «стрес, пов'язаний з гнучкістю поведінки». У лише 39,3% учасників дослідження виявлено високий рівень вираженості цього показника.

Високий рівень вираженості такого показника, як «стрес, пов'язаний з прийняттям цінностей інших», зафіксовано лише 25,7% опитаних.

Найменш вираженим є «стрес, пов'язаний зі здатністю самопізнання» – 9,9%, оскільки менеджери освіти мають доступ до інформаційних ресурсів, які дозволяють всебічно розвиватись і як професіоналу, і як особистості.

Таблиця 2

**Рівень вираженості організаційного стресу та його складових у керівників закладів загальної середньої освіти (у % від загальної кількості опитаних)**

Показники організаційного стресу керівників закладів загальної середньої освіти	Високий	Середній	Низький
стрес, пов'язаний з широтою інтересів	61,8	29,3	8,9
стрес, пов'язаний з активністю та продуктивністю	61,6	32,6	5,8
стрес, пов'язаний з гнучкістю поведінки	39,3	52,9	7,9
стрес, пов'язаний з прийняттям цінностей інших	25,7	44,5	29,8
стрес, пов'язаний зі здатністю самопізнання	9,9	64,9	25,1
<b>Загальний показник організаційного стресу</b>	62,6	36,8	0,5

У цілому, високий рівень «загального показника організаційного стресу» виявлено у 62,6% опитаних, тобто майже у двох третин учасників дослідження.

На *другому етапі* вивчався зв'язок між рівнем професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти та чинниками мезорівня (організаційно-функціональними характеристиками організації).

**Зв'язок між рівнем професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти та чинниками мезорівня (організаційно-функціональними характеристиками організації)**

Показники професійного організаційного стресу	Кількість осіб, які працюють в організації	Термін існування організації	Місце розташування організації
самооцінка симптомів стресу	<b>0,288**</b>	<b>0,180*</b>	-0,102
конфліктність комунікацій	<b>0,181*</b>	0,084	<b>-0,240**</b>
стреси робочих перевантажень	-0,046	-0,036	<b>-0,363**</b>
інформаційний стрес	<b>0,202**</b>	0,095	0,006
стреси «вертикальних» комунікацій	-0,140	-0,024	<b>0,390**</b>
стрес, пов'язаний зі здатністю самопізнання	<b>0,159*</b>	0,142	<b>0,194**</b>
стрес, пов'язаний з широтою інтересів	<b>0,190**</b>	0,118	<b>-0,154*</b>
стрес, пов'язаний з прийняттям цінностей інших	<b>-0,153*</b>	0,007	-0,141
стрес, пов'язаний з гнучкістю поведінки	<b>0,247**</b>	0,085	0,093
стрес, пов'язаний з активністю та продуктивністю	<b>0,178*</b>	0,120	<b>-0,217**</b>
організаційний стрес	<b>0,204**</b>	0,156*	-0,133

\*\* p<0,01; \* p<0,05

Як видно із табл. 3, у процесі дослідження було встановлено статистично значущий зв'язок ( $p<0,01$ ,  $p<0,05$ ) з таким чинником, як «*кількість осіб, які працюють в організації*», і більшістю показників професійного стресу (з 9 показниками із 11 можливих).

Так, *позитивний* статистично значущий зв'язок ( $p<0,01$ ,  $p<0,05$ ) було виявлено між кількістю людей, які працюють в організації, і такими показниками професійного стресу, як: самооцінка симптомів стресу ( $r_s=0,288$ ,  $p<0,01$ ); конфліктність комунікацій ( $r_s=0,181$ ,  $p<0,01$ ); інформаційний стрес ( $r_s=0,202$ ,  $p<0,01$ ); стрес, пов'язаний зі здатністю самопізнання ( $r_s=0,159$ ,  $p<0,01$ ); стрес, пов'язаний з широтою інтересів ( $r_s=0,247$ ,  $p<0,01$ ); стрес, пов'язаний з гнучкістю поведінки ( $r_s=0,247$ ,  $p<0,01$ ); стрес, пов'язаний з активністю та продуктивністю ( $r_s=0,178$ ,  $p<0,01$ ); організаційний стрес ( $r_s=0,204$ ,  $p<0,01$ ). Суть цього зв'язку полягає в тому, що в міру збільшення кількості людей в освітній організації вказані показники професійного стресу підвищуються.

Разом із тим, виявлено *негативний* статистично значущий зв'язок із кількістю людей, які працюють в організації, і таким показником професійного стресу, як прийняття цінностей інших ( $r_s=-0,153$ ,  $p<0,01$ ). Суть встановленої закономірності проявляється в тому, що в міру збільшення кількості людей в організації знижується такий показник професійного стресу, як прийняття цінності інших людей.

Також у процесі дослідження (див. табл. 3) було встановлено статистично значущий зв'язок ( $p<0,01$ ,  $p<0,05$ ) між таким чинником, як «*місце розташування організації*», і значною кількістю показників професійного стресу (з 6 показниками із 11 можливих).

Так, встановлено *негативний* статистично значущий зв'язок із місцем розташування організації і такими показниками професійного стресу: конфліктність комунікацій ( $r_s=-0,240$ ,  $p<0,01$ ); стреси робочих перевантажень ( $r_s=-0,363$ ,  $p<0,01$ ); стреси вертикальних комунікацій ( $r_s=-0,390$ ,  $p<0,01$ ); стреси, пов'язані з широтою інтересів ( $r_s=-0,154$ ,  $p<0,01$ ); стреси, пов'язані з активністю та продуктивністю ( $r_s=-0,217$ ,  $p<0,01$ ). Тобто мова йде про те, що в освітніх організаціях, які розташовані в адміністративних центрах більш високого рівня (обласний центр, столиця), рівень вираженості названих показників професійного стресу є нижчим,

порівняно з організаціями, які розташовані в адміністративних центрах більш низького статусу (села, селища міського типу, районні центри).

Однак, констатовано *негативний* статистично значущий зв'язок із зазначеною характеристикою організації і таким показником професійного стресу, як стрес, пов'язаний зі здатністю самопізнання ( $r_s=0,194$ ,  $p<0,01$ ). Суть встановленої закономірності проявляється в тому, що в освітніх організаціях, які розташовані в адміністративних центрах більш низького статусу (села, селища міського типу, районні центри), рівень вираженості професійного стресу за вказаним показником є вищим, ніж в освітніх організаціях, які розташовані в адміністративних центрах більш високого рівня.

Стосовно такого чинника, як *«термін існування організації»*, то тут виявлено статистично значущі зв'язки ( $p<0,05$ ) між цим чинником і значно меншою кількістю показників професійного стресу (з 2 показниками із 11 можливих) (див. табл. 3).

Так, встановлено *позитивний* статистично значущий зв'язок із терміном існування організації і такими показниками професійного стресу: самооцінка симптомів стресу ( $r_s=0,180$ ,  $p<0,01$ ) та організаційний стрес ( $r_s=0,156$ ,  $p<0,05$ ). Тобто мова йде про те, що в міру збільшення терміну існування освітньої організації вираженість професійного стресу за даними показниками підвищується.

### Висновки:

1. Дослідження виявило, що рівень професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти є *дуже високий*. Це дає нам можливість стверджувати, що менеджери освіти під час виконання своїх посадових обов'язків підлягають високому рівневі професійного стресу, який впливає на всі сфери їхнього життя.

2. За допомогою кореляційного аналізу було досліджено зв'язок між рівнем професійного стресу керівників закладів загальної середньої освіти та чинниками мезорівня (організаційно-функціональні характеристики організації), який показав нам, що найбільш виражені статистично значущі зв'язки, як позитивні, так і негативні, існують з такими характеристиками організації, як *«кількість осіб, які працюють в організації»* та *«місце розташування організації»*. Такий чинник, як *«час існування організації»*, впливає на вираженість професійного стресу значно менше.

**До перспектив подальших досліджень.** Перспективи дослідження ми вбачаємо у виявленні зв'язку між професійним стресом та копінг-стратегіями в стресових ситуаціях керівників закладів загальної середньої освіти.

### Список використаних джерел

1. Балл Г.О. Психология в рациогуманистической перспективе : избр. труды / Г.О. Балл. – К. : Основа, 2006. – 408 с.
2. Березина Т.Н. Стресс и резервные способности человека (может ли человек «мысленно» послать сигнал об опасности) / Т.Н. Березина, С.А. Рыбцов, Е.И. Хитрякова // Мир психологии. – 2008. - № 4 (окт.-дек.). – С. 148–160.
3. Бодров В.А. Информационный стресс / В.А. Бодров. – М. : ПЭР СЭ, 200. – 352 с.
4. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко. – СПб., 1999. – С. 39–58.
5. Бондарчук О.І. Соціально-психологічні основи особистісного розвитку керівників загальноосвітніх навчальних закладів у професійній діяльності : монографія / О.І. Бондарчук. – К. : Наук. світ, 2008. – 318 с.
6. Водопьянова Н.И. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.И. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2005. – 336 с.
7. Габрилевич О.Л. Стрессофакторы професійної діяльності у сфері державного управління / О.Л. Габрилевич, Л.Я. Малімон // Психологічні основи управління та організаційного розвитку в системі державної служби : тези VII Міжнар. наук.-практ. конф. з організаційної та економічної психології (23–25 вересня 2010 р., м. Луцьк) / за наук ред. Л.М. Карамушки, Л.Я. Малімон, О.А. Філь, Т.М. Литвиненко. – Луцьк, 2010. – С. 28–30.
8. Грубі Т.В. Особливості вияву синдрому «професійного вигорання» у працівників державної податкової служби України / Т.В. Грубі // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. – К., 2009. – Т. 1. – Ч. 24. – С. 213–217.
9. Гринберг Дж. Управление стрессом / Дж. Гринберг. – СПб., 2002. – 496 с.
10. Зайчикова Т.В. Профілактика та подолання стресів як умова підтримки психологічного здоров'я працівників організацій / Т.В. Зайчикова // Вісник Нац. техн. ун-ту України : Філософія. Педагогіка. Психологія / [редкол. : Б.В. Новіков та ін.]. – К., 2008. – №3. – С. 135–137.
11. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2004. – 701 с.

12. Карамушка Л.М. Психологічні чинники професійного стресу у держслужбовців / Л.М. Карамушка, Д.І. Куриця // Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія. – 2013. – №1. – С. 112–125.
13. Карамушка Л.М. Психологія управління : навч. посіб. / Л.М. Карамушка. – К. : Міленіум, 2003. – 344 с.
14. Карамушка Л.М. Психологія управління закладами середньої освіти : [монографія] / Л.М. Карамушка. – К. : Ніка-центр, 2000. – 331 с.
15. Карамушка Л.М. Концептуальні засади дослідження підготовки практичних психологів до надання психологічної допомоги управлінському персоналу організацій / Л.М. Карамушка // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. ; за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки / Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2001. – Вип. 2 : Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. – С. 260–268.
16. Карамушка Л.М. Психологічні особливості професійного стресу у працівників медичних установ / Л.М. Карамушка, О.О. Раковчена // Главный врач. – № 12. – К. : Блиц-Информ, 2009. – С. 88–93.
17. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса : [монография] / Л.А. Китаев-Смык ; Акад. наук СССР, Ин-т психологии ; [отв. ред. В.А. Попов]. – М. : Наука, 1983. – 368 с.
18. Кокс Т. Стресс / Т. Кокс. – М., 1981. – 216 с.
19. Коломінський Н.Л. Психологія менеджменту в освіті (соціально-психологічний аспект) : монографія / Н.Л. Коломінський. – К. : МАУП, 2000. – 286 с.
20. Куликов Л.В. Види трудового стресса // Психология психических состояний. – Вып. 3 / Л.В. Куликов, О.А. Михайлова ; под ред. А.О. Прохорова. – Казань, 2001. – С. 39–43.
21. Купер К.Л. Источники стресса «белых воротничков» / К.Л. Купер, Д. Маршал, А.Б. Леонова // Психология труда и организационная психология. – М., 1995. – 204 с.
21. Куриця Д.І. Психологічні чинники професійного стресу у держслужбовців / Д.І. Куриця // Теорія і практика управління соціальними системами. – 2013. – № 1. – С. 112–125.
22. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус, С. Фолкман // Эмоциональный стресс / [под ред. Л. Леви]. – М., 1999. – 152 с.
23. Леонова А.Б. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы : хрестоматия / А.Б. Леонова, О.Н. Чернышева. – М. : Родикс, 1995. – 448 с.
24. Ложкин Г.В. Психическое «выгорание» лидера / Г.В. Ложкин, А.М. Выдай // Персонал. – 1999. – № 6. – С. 36–43.
25. Леви Л. Эмоциональный стресс / Л. Леви. – Л. : Медицина, 1970. – 329 с.
26. Лефтеров В.О. Психологічні детермінанти загибелі та поранень працівників органів внутрішніх справ : монографія / В.О. Лефтеров, О.В. Тимченко. – Донецьк : ДІВС МВС України, 2002. – 324 с.
27. Максименко С.Д. Професійне становлення молодого вчителя : навч. посіб. для студ. пед. вузів / С.Д. Максименко, Т.Д. Щербан. – Ужгород : Закарпаття, 1998. – 105 с.
28. Максименко С.Д. Адаптація психодіагностичних методик. Шкала професійної стресованості та Шкала професійної завантаженості / С.Д. Максименко, О.М. Кокун, Є.В. Тополов // Практична психологія та соціальна робота. – 2012. – № 5. – С. 34–37.
29. Маслов В.І. Наукові основи та функції процесу управління загальноосвітніми навчальними закладами : навч. посібник / В.І. Маслов. – Тернопіль : Астон, 2007. – 150 с.
30. Маркова А.К. Психология труда учителя / А.К. Маркова. – М. : Просвещение, 1993. – 300 с.
31. Олійник І.М. Особливості впровадження компетентісно орієнтованого підходу в післядипломній освіті / І.М. Олійник // Компетентно орієнтована освіта: досвід, проблеми, перспективи : міжнародна наук.-практ. конф. (Донецьк, 5–6 листопад). – Донецьк, 2008. – С. 162–167.
32. Паньковець В.Л. Психологічні чинники професійного стресу менеджерів освітніх організацій : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 / В.Л. Паньковець ; Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2006. – 21 с.
33. Плужник Я.А. Соціально-психологічні детермінанти організаційного управлінського стресу : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Я.А. Плужник ; Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля МОН України. – Л., 2011. – 21 с.
34. Психология здоровья : [учебник для вузов] / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006. – 609 с.
35. Самара О.Є. Психологічні особливості стратегій стрес-долаючої поведінки у співробітників МНС : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / О.Є Самара ; Одеський національний університет імені І.І. Мечникова. – Одеса, 2010. – 18 с.
36. Селье Г. Стрес без болезней / Г. Селье // Стресс жизни. – СПб. : Лейла, 2000. – 129 с.
37. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. – К. : Міленіум, 2004. – 264 с.
38. Склень О.І. Психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09 / О.І. Склень ; Університет цивільного захисту України. – Харків, 2008. – 25 с.
39. Формування психологічної компетентності керівників освітніх організацій в умовах післядипломної педагогічної освіти : наук.-метод. посіб. ; за наук. ред. О.І. Бондарчук. – К. : Наук. світ, 2012. – 192 с.

40. Чернишова С.Р. Освітні кластери як шлях підвищення конкурентоздатності навчальних закладів системи післядипломної педагогічної освіти / С.Р. Чернишова // Науково-методичне забезпечення діяльності освітніх округів в умовах реформування освітньої галузі : темат. зб. пр. Всеукр. наук-практ. семінару / [упоряд. : Н.В. Любченко [та ін.] ; за заг. ред. В.В. Олійника] ; Нац. акад. пед. наук України. – Рівне : ПП Лапсук, 2012. – С. 14–23.

### Spysok vykorystanykh dzherel

1. Ball G.O. Psihologija v raciono-gumanisticheskoj perspektive : izbr. trudy / G.O. Ball. – K. : Osнова, 2006. – 408 s.
2. Berezina T.N. Stress i rezervnye sposobnosti cheloveka (mozhet li chelovek «myslenno» poslat' signal ob opasnosti) / T.N. Berezina, S.A. Rybcov, E.I. Hitriakova // Mir psihologii. – 2008.- № 4 (okt.-dek.). – S. 148–160.
3. Bodrov V.A. Informacionnyj stress / V.A. Bodrov. – M. : PJeR SJe, 200. – 352 s.
4. Bojko V.V. Sindrom «jemocional'nogo vygoranija» v professional'nom obshhenii / V.V. Bojko. – SPb., 1999. – S. 39–58.
5. Bondarchuk O.I. Sotsialno-psykholohichni osnovy osobystisnoho rozvytku kerivnykiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv u profesiinii diialnosti : monohrafiia / O.I. Bondarchuk. – K. : Nauk. svit, 2008. – 318 s.
6. Vodop'janova N.I. Sindrom vygoranija: diagnostika i profilaktika / N.I. Vodop'janova, E.S. Starchenkova. – SPb. : Piter, 2005. – 336 s.
7. Habrylevych O.L. Stresofactory profesiinoi diialnosti u sferi derzhavnoho upravlinnia / O.L. Habrylevych, L.Ia. Malimon // Psykholohichni osnovy upravlinnia ta orhanizatsiinoho rozvytku v systemi derzhavnoi sluzhby : tezy VII Mizhnar. nauk.-prakt. konf. z orhanizatsiinoi ta ekonomichnoi psykholohii (23–25 veresnia 2010 r., m. Luts'k) / za nauk. red. L.M. Karamushky, L.Ia. Malimon, O.A. Fil, T.M. Lytvynenko. – Luts'k, 2010. – S. 28–30.
8. Hruby T.V. Osoblyvosti vyjavu syndromu «profesiinoho vyhorannia» u pratsivnykiv derzhavnoi podatkovoi sluzhby Ukrainy / T.V. Hruby // Aktualni problemy psykholohii : zb. nauk. prats Instytutu psykholohii im. H.S. Kostiuksa / za nauk. red. S.D. Maksymenka, L.M. Karamushky. – K., 2009. – T. 1. – Ch. 24. – S. 213–217.
9. Grinberg Dzh. Upravlenie stressom / Dzh. Grinberg. – SPb., 2002. – 496 s.
10. Zaichykova T.V. Profilaktyka ta podolannia stresiv yak umova pidtrymky psykholohichnoho zdorovia pratsivnykiv orhanizatsii / T.V. Zaichykova // Visnyk Nats. tekhn. un-tu Ukrainy : Filosofiia. Pedagogika. Psykholohiia / [redkol. : B.V. Novikov ta in.]. – K., 2008. – №3. – S. 135–137.
11. Il'in E.P. Psihologija individual'nyh razlichij / E.P. Il'in. – SPb. : Piter, 2004. – 701 s.
12. Karamushka L.M. Psykholohichni chynnyky profesiinoho stresu u derzhsluzhbovtiv / L.M. Karamushka, D.I. Kurytsia // Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnyimi systemami: filosofiia, psykholohiia, pedagogika, sotsiologiia. – 2013. – №1. – S. 112–125.
13. Karamushka L.M. Psykholohiia upravlinnia : navch. posib. / L.M. Karamushka. – K. : Milenium, 2003. – 344 s.
14. Karamushka L.M. Psykholohiia upravlinnia zakladamy serednoi osvity : [monohrafiia] / L.M. Karamushka. – K. : Nika-tsentr, 2000. – 331 s.
15. Karamushka L.M. Kontseptualni zasady doslidzhennia pidhotovky praktychnykh psykholohiv do nadannia psykholohichnoi dopomohy upravlinskomu personalu orhanizatsii / L.M. Karamushka // Aktualni problemy psykholohii : zb. nauk. pr. ; za red. S.D. Maksymenka, L.M. Karamushky / In-t psykholohii im. H.S. Kostiuksa APN Ukrainy. – K., 2001. – Vyp. 2 : Sotsialna psykholohiia. Psykholohiia upravlinnia. Orhanizatsiina psykholohiia. – S. 260–268.
16. Karamushka L.M. Psykholohichni osoblyvosti profesiinoho stresu u pratsivnykiv medychnykh ustanov / L.M. Karamushka, O.O. Rakovchena // Glavnyj vrach. – № 12. – K. : Blic-Infom, 2009. – S. 88–93.
17. Kitaev-Smyk L.A. Psihologija stressa : [monografija] / L.A. Kitaev-Smyk ; Akad. nauk SSSR, In-t psihologii ; [otv. red. V.A. Popov]. – M. : Nauka, 1983. – 368 s.
18. Koks T. Stress / T. Koks. – M., 1981. – 216 s.
19. Kolomynskiy N.L. Psykholohiia menezhmentu v osviti (sotsialno-psykholohichni aspekt) : monohrafiia / N.L. Kolomynskiy. – K. : MAUP, 2000. – 286 s.
20. Kulikov L.V. Vidy trudovogo stressa // Psihologija psihicheskikh sostojanij. – Vyp. 3 / L.V. Kulikov, O.A. Mihajlova ; pod red. A.O. Prohorova. – Kazan', 2001. – S. 39–43.
21. Kuper K.L. Istochniki stressa «belyh vorotnichkov» / K.L. Kuper, D. Marshal, A.B. Leonova // Psihologija truda i organizacionnaja psihologija. – M., 1995. – 204 s.
21. Kurytsia D.I. Psykholohichni chynnyky profesiinoho stresu u derzhsluzhbovtiv / D.I. Kurytsia // Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnyimi systemami. – 2013. – № 1. – S. 112–125.
22. Lazarus R. Teoriia stressa i psihofiziologicheskie issledovanija / R. Lazarus, S. Folkman // Jemocional'nyj stress / [pod red. L. Levi]. – M., 1999. – 152 s.
23. Leonova A.B. Psihologija truda i organizacionnaja psihologija: sovremennoe sostojanie i perspektivy : hrestomatija / A.B. Leonova, O.N. Chernysheva. – M. : Rodiks, 1995. – 448 s.
24. Lozhkin G.V. Psihicheskoe «vygoranie» lidera / G.V. Lozhkin, A.M. Vydaj // Personal. – 1999. – № 6. – S. 36–43.
25. Levi L. Jemocional'nyj stress / L. Levi. – L. : Medicina, 1970. – 329 s.
26. Lefterov V.O. Psykholohichni determinanty zahybeli ta poranen pratsivnykiv orhaniv vnutrishnykh sprav : monohrafiia / V.O. Lefterov, O.V. Tymchenko. – Donetsk : DIVS MVS Ukrainy, 2002. – 324 s.
27. Maksymenko S.D. Profesiine stanovlennia molodoho vchytelia : navch. posib. dlja stud. ped. vuziv / S.D. Maksymenko, T.D. Shcherban. – Uzhhorod : Zakarpattia, 1998. – 105 s.



28. Maksymenko S.D. Adaptatsiia psykhodiahnostychnykh metodyk. Shkala profesiinoi stresovanosti ta Shkala profesiinoi zavantazhenosti / S.D. Maksymenko, O.M. Kokun, Ye.V. Topolov // Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota. – 2012. – № 5. – S. 34–37.
29. Maslov V.I. Naukovi osnovy ta funktsii protsesu upravlinnia zahalnoosvitnimy navchalnymy zakladamy : navch. posibnyk / V.I. Maslov. – Ternopil : Aston, 2007. – 150 s.
30. Markova A.K. Psihologija truda uchitelja / A.K. Markova. – M. : Prosveshhenie, 1993. – 300 s.
31. Oliinyk I.M. Osoblyvosti vprovadzhennia kompetentnisno oriientovanoho pidkhotu v pislidiplomnii osviti / I.M. Oliinyk // Kompetentno oriientovana osvita: dosvid, problemy, perspektyvy : mizhnarodna nauk.-prakt. konf. (Donetsk, 5–6 lystop.). – Donetsk, 2008. – S. 162–167.
32. Pankovets V.L. Psykholohichni chynnyky profesiinoho stresu menezheriv osvitytnikh orhanizatsii : avtoref. dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.10 / V.L. Pankovets ; Instytut psykholohii im. H.S. Kostiuka APN Ukrainy. – K., 2006. – 21 s.
33. Pluzhnyk Ya.A. Sotsialno-psykholohichni determinanty orhanizatsiinoho upravlinskoho stresu : avtoref. dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.05 / Ya.A. Pluzhnyk ; Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia MON Ukrainy. – L., 2011. – 21 s.
34. Psihologija zdorov'ja : [uchebnik dlja vuzov] / pod red. G. S. Nikiforova. – SPb. : Piter, 2006. – 609 s.
35. Samara O.Ie. Psykholohichni osoblyvosti stratehii stres-dolaiuchoi povedinky u spivrobotnykyv MNS : avtoref. dys. ... kand. psykol. nauk : 19.00.01 / O.Ie Samara ; Odeskyi natsionalnyi universytet imeni I.I. Mechnykova. – Odesa, 2010. – 18 s.
36. Sel'e G. Stres bez boleznej / G. Sel'e // Stress zhizni. – SPb. : Lejla, 2000. – 129 s.
37. Syndrom «profesiinoho vyhorannia» ta profesiina kariera pratsivnykyv osvitytnikh orhanizatsii: henderni aspekty : [navch. posib. dlja stud. vyshch. navch. zakl. ta slukhachiv in-tiv pislidiplom. osvity] / za nauk. red. S.D. Maksymenka, L.M. Karamushky, T.V. Zaichykovoii. – K. : Milenium, 2004. – 264 s.
38. Sklen O.I. Psykholohichni osoblyvosti povedinkovykh stratehii podolannia stresu v profesiinii diialnosti pratsivnykyv pozhezhno-riatuvalnykh pidrozdiliv MNS Ukrainy : avtoref. dys. ...kand. psykol. nauk : 19.00.09 / O.I. Sklen ; Universytet tsyvilnoho zakhystu Ukrainy. – Kharkiv, 2008. – 25 s.
39. Formuvannia psykholohichnoi kompetentnosti kerivnykyv osvitytnikh orhanizatsii v umovakh pislidiplomnoi pedahohichnoi osvity : nauk.-metod. posib. ; za nauk. red. O.I. Bondarchuk. – K. : Nauk. svit, 2012. – 192 s.
40. Chernyshova Ye.R. Osvitni klasteri yak shliakh pidvyshchennia konkurentozdatnosti navchalnykh zakladiv systemy pislidiplomnoi pedahohichnoi osvity / Ye.R. Chernyshova // Naukovo-metodychne zabezpechennia diialnosti osvitytnikh okruhiv v umovakh reformuvannia osvitynoi haluzi : temat. zb. pr. Vseukr. nauk.-prakt. seminaru / [uporiad. : N.V. Liubchenko [ta in.] ; za zah. red. V.V. Oliinyka] ; Nats. akad. ped. nauk Ukrainy. – Rivne : PP Lapsiuk, 2012. – S. 14–23.

**Snigur, Yulia S. The level of occupational stress among heads of secondary educational institutions: relationship with meso-level factors.** *The article presents the results of empirical research related to the level of occupational stress among heads of secondary educational institutions by its main components. It has been found that the majority of heads of secondary educational institutions have occupational stress symptoms at high and medium levels. It has been shown that work overload and vertical communication problems are the key stressors in the work of heads of secondary educational institutions. The author discusses the relationship between the level of occupational stress and such meso-level factors as organizational and functional characteristics of the educational institution (number of staff in the institution, the age of the institution, and the location of the institution). It has been shown that the level of occupational stress among heads of secondary educational institutions has strong positive correlations with such characteristics of the institution as the number of staff in the institution and the location of the institution, and a weak positive correlation with the age of the institution.*

**Key words:** secondary educational institutions; heads of secondary educational institutions; occupational stress; level of occupational stress; meso-level factors.

### Відомості про автора

**Снігур Юлія Сергіївна**, аспірантка лабораторії організаційної психології та соціальної психології, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна.

**Snigur, Yulia S.**, PhD student, Laboratory of Organizational and Social Psychology, G.S.Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine

E-mail: Snigur2007@ukr.net

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3150-7870>

Отримано 11 лютого 2019 р.  
Рецензовано 12 березня 2019 р.  
Прийнято 20 березня 2019 р.