

information competence. The use of special creativity development training programs could improve students' information competence.

*Key words:* creativity, creative potential, competence, information competence, social worker, foreign language teacher.

#### Відомості про автора

**Балахтар Катерина Сергіївна**, асистент кафедри комунікативної лінгвістики та перекладу Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, докторант кафедри психології управління Центрального інституту післядипломної педагогічної освіти ДВНЗ «Університет менеджменту освіти» НАПН України, м. Чернівці, Україна.

**Balakhtar, Kateryna Serhiivna**, assistant of the Department of Communicative Linguistics and translation of Yuriy Fedkovich Chernivtsi National University, Doctoral Student, Department of Management Psychology Central Institute of Postgraduate Teaching Education of the University of Educational Management of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Chernivtsi, Ukraine.

*ORCID ID:* <https://orcid.org/0000-0001-6343-2888>

*E-mail:* k.balakhtar@chnu.edu.ua

УДК 159.9

*Карамушка Л. М.*

### ВПЛИВ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ НА СТРУКТУРНІ КОМПОНЕНТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕРСОНАЛУ ОСВІТНІХ ОРГАНІЗАЦІЙ

**Карамушка Л. М. Вплив копінг-стратегій на структурні компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій.** У статті на основі емпіричного дослідження виявлено, що рівень розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій переважно перебуває на середньому рівні. Виявлено, що копінг-стратегії впливають на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, однак цей вплив здійснюється по-різному. Позитивний вплив здійснюють такі «активні» та «продуктивні» копінг-стратегії, як «орієнтація на вирішення завдання» та «соціальне відволікання». Негативний вплив здійснює копінг-стратегія «спрямованість на емоції», яка є «пасивною» та «непродуктивною». Копінг-стратегії «уникнення» та «відволікання», які є «пасивними», а також «непродуктивними» щодо розв'язання проблем, з якими стикається персонал освітніх організацій, все ж таки позитивно впливають на підвищення вираженості окремих компонентів психологічного здоров'я.

*Ключові слова:* копінг-стратегії; типи копінг-стратегій; психологічне здоров'я, структурні компоненти психологічного здоров'я, когнітивно-емоційний компонент, рефлексивно-особистісний, операційно-функціональний компонент, освітні організації, персонал освітніх організацій.

**Карамушка Л. Н. Влияние копинг-стратегий на структурные компоненты психологического здоровья персонала образовательных организаций.** В статье на основе эмпирического исследования установлено, что уровень развития копинг-стратегий персонала образовательных организаций преимущественно находится на среднем уровне. Выявлено, что копинг-стратегии влияют на компоненты психологического здоровья персонала образовательных организаций, однако данное влияние осуществляется по-разному. Положительное влияние осуществляют такие «активные» и «продуктивные» копинг-стратегии, как «ориентация на решение задачи» и «социальное отвлечение». Негативное влияние оказывает копинг-стратегия «направленность на эмоции», которая является «пассивной» и «непродуктивной». Копинг-стратегии «избегание» и «отвлечение», которые являются «пассивными», а также «непродуктивными» по отношению к решению проблем, с которыми сталкивается персонал образовательных организаций, все же положительно влияют на повышение выраженности отдельных компонентов психологического здоровья.

*Ключевые слова:* копинг-стратегии; типы копинг-стратегий; психологическое здоровье, структурные компоненты психологического здоровья, когнитивно-эмоциональный компонент, рефлексивно-личностный, операционно-функциональный компонент, образовательные организации, персонал образовательных организаций.

**Постановка проблеми.** Інноваційний характер діяльності персоналу освітніх організацій в умовах освітніх реформ та складні соціально-економічні умови, в яких функціонують заклади загальної середньої освіти, обумовлюють посилення проблеми забезпечення психологічного здоров'я цієї категорії фахівців. Одним із важливих аспектів цієї проблеми є пошук особистісних ресурсів, врахування яких може сприяти забезпеченню психологічного здоров'я освітнього персоналу. Одним із таких ресурсів можуть виступати копінг-стратегії, які використовує персонал освітніх організацій для подолання ситуацій життєвого та професійного напруження.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз літератури показує, що проблема копінг-стратегій знайшла відображення в роботах зарубіжних (Л. Анциферова [1], В. Бодров [2], Н. Водоп'янова [3]; Т. Крюкова [13]; С.Нартова-Бочавер [16]; R. Lazarus [27]; E. Frydenberg, R. Lewis

[25] та ін.) та вітчизняних (Н. Родіна [18]; З. Сивогракова [19]; Н. Ярош [24] та ін.) учених, в яких розкрито сутність копінг-стратегій, їхні види, окремі чинники, які впливають на вибір копінг-стратегій.

Аналізу впливу копінг-стратегій на розв'язання особистісних та професійних проблем присвячені наукові розробки, в яких розкрито роль копінг-стратегій у здійсненні адаптації (З.А. Сивогракова [19]), управління конфліктами (А.О. Цепков [21]), подолання життєвих труднощів (К.Муздибасв [15]), подолання хвороби (А.А. Чазова [22]), забезпечення психологічного благополуччя особистості (В.О. Олефір [17]), розвитку професіоналізації (А.В. Кіясь [12]), подолання ситуацій безробіття (В. Шагарова [23]) та ін.

Що стосується впливу копінг-стратегій на забезпечення психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, то ця проблема не виступала предметом спеціального дослідження. Окремі аспекти особливостей копінг-стратегій освітнього персоналу знайшли відображення в аналізі діяльності контингенту вчителів (А. Кіясь [12]; А. Цепков [21]), керівників освітніх організацій (Ю. Снігур [20]) та ін. Висвітленими також є низка аспектів психологічного здоров'я персоналу організації, які стосуються сутності «здорової організації» (Л.М. Карамушка, Т.М. Дзюба [6]), розробки методик для дослідження психологічного здоров'я персоналу організації (Л.М. Карамушка, О.В. Креденцер, К.В. Терещенко [8]), ролі креативності у забезпеченні психологічного здоров'я персоналу організації (В.І. Лагодзінська [14]), підготовки персоналу до професійної кар'єри та збереженні психологічного здоров'я персоналу (Л.М. Карамушка, Т.В. Карамушка [7]), ролі особистісних ресурсів та впливу освітнього середовища на забезпечення психологічного здоров'я менеджерів та педагогічних працівників освітніх організацій (Л.М. Карамушка, А.М. Шевченко [10; 11]). Разом із тим, вплив копінг-стратегій на структурні компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій потребує свого вивчення, оскільки дає можливість розкрити низку психологічних закономірностей забезпечення психологічного здоров'я персоналу та ефективності діяльності освітніх організацій в цілому.

Виходячи із актуальності та недостатнього вивчення проблеми, нами визначено наступну **мету дослідження**: емпірично дослідити рівні розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій та вплив копінг-стратегій на вираженість структурних компонентів його психологічного здоров'я

**Завдання дослідження:**

1. Дослідити рівень розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій.
2. Дослідити вплив копінг-стратегій на структурні компоненти психологічного здоров'я освітнього персоналу.

**Методика та організація дослідження.** Для проведення дослідження використовувалися такі методики.

Дослідження *копінг-стратегій* персоналу освітніх організацій здійснювалася за допомогою методики «Методика дослідження копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер; адаптація Т. Крюкової) [13], яка дає можливість дослідити такі копінг-стратегії: «Орієнтація на вирішення завдання»; «Соціальне відволікання (пошук соціальної підтримки)»; «Спрямованість на емоції»; «Уникнення»; «Відволікання».

Для вимірювання *когнітивно-емоційного компонента* психологічного здоров'я використовувалася «Шкала ставлення до психологічного здоров'я» (ШСПЗ) (Т.В. Галкіна, Н.Г. Артемцева) [4].

Вивчення *рефлексивно-особистісного компонента* психологічного здоров'я здійснювалося за допомогою «Шкали позитивного психічного здоров'я» (Positive Mental Health Scale (PMH-scale) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. van der Veld, E.S. Becker) [28].

Для діагностики *операційно-функціонального компонента* використовувалася «Опитувальник для вимірювання локусу контролю здоров'я» (Multidimensional Health Locus-of-Control Scales) [5]. Даний опитувальник складається з трьох шкал: шкали «внутрішнього локусу контролю» (відображає ступінь відчуття опитуваним контролю над своїм здоров'ям); шкали «контролю «могутніми» іншими» (показує ступінь впевненості опитуваного в тому, що за його здоров'я несуть відповідальність «могутні інші», наприклад, лікарі, родичі тощо); шкали «контролю випадку» (показує, наскільки опитуваний переконаний в тому, що здоров'я залежить від випадку, удачі або долі).

Обробка результатів здійснювалася методами математичної статистики (описові статистики, кореляційний, дисперсійний аналіз) за допомогою програми SPSS (22 версія).

Дослідження проведено в рамках виконання науково-дослідної теми лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України «Психолого-організаційні детермінанти забезпечення психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій в умовах соціальної напруженості» (2019–2021 рр.), науковий керівник – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор Л.М. Карамушка.

У дослідженні взяли участь 473 працівники закладів середньої освіти з різних регіонів України.

Опитувані мали такі *освітньо-стажеві характеристики*. Щодо рівня освіти, то 93,5% опитаних мали вище освіти, 6,5% – середньо-спеціальну та незакінчену вищу освіту. За типом освіти

учасники дослідження утворили такі групи: 70,1% мали гуманітарну освіту, 20,0% – природничу освіту, і 9,9% – технічну освіту. За стажем трудової діяльності опитувані характеризувалися таким чином: 17,7% опитуваних мали стаж трудової діяльності до 10 років, 14,3% – від 11 до 15 років, 29,4% – від 16 до 25 років, і 38,7% – понад 25 років. За стажем на посаді опитані розподілились наступним чином: 34,8% мали стаж до 10 років, 15,2% – від 11 до 15 років, 23,0% – від 16 до 25 років, 27,0% – понад 25 років.

Щодо *посадово-кваліфікаційних характеристик*, то вони мали такий вигляд. За посадою респонденти були розподілені наступним чином: 20,8% – педагогічні працівники початкової школи, 29,6% – середньої школи, 24,5% – старшої школи, 14,4% – керівники, 10,2% – соціальні педагоги та психологи. За кваліфікаційною категорією було виділено такі групи освітнього персоналу: 14,3% – спеціалісти, 18,5% – спеціалісти 1-ої категорії, 11,4% – спеціалісти 2-ої категорії, 55,8% – спеціалісти вищої категорії. 57,7% опитаних мали педагогічні звання «старший учитель» або «старший викладач», 42,3% – звання «вчитель-методист» або «викладач-методист» або «вихователь-методист».

*Соціально-демографічні характеристики* опитуваних мали такий вигляд. За віком опитані розподілились наступним чином: 11,4% – до 30 років, 27,7% – від 31 до 40 років, 34,3% – від 41 до 50 років, і 26,6% – понад 50 років. 12,0% – чоловіки, 88,0% – жінки; 76,0% були одруженими, 24,0% – неодруженими.

### Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.

#### 1. Рівень розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій

Відповідно до *першого завдання* дослідження, розглянемо результати, які стосуються рівня вираженості копінг-стратегій персоналу освітніх організацій.

Аналіз отриманих даних (*табл. 1*) свідчить про те, що рівень розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій переважно відповідають середньому рівню. Найбільш вираженими є такі копінг-стратегії, як «орієнтація на вирішення завдання» ( $M=3,61$ ;  $SD=0,54$ ) та копінг «соціальне відволікання (пошук соціальної підтримки)» ( $M=3,40$ ;  $SD=0,65$ ) (*табл. 1*). Значно менш вираженими є такі копінг-стратегії, як «уникнення» ( $M=2,95$ ;  $SD=0,54$ ), «спрямованість на емоції» ( $M=2,83$ ;  $SD=0,58$ ) та копінг «відволікання» ( $M=2,62$ ;  $SD=0,61$ ).

Таблиця 1

#### Рівень вираженості копінг-стратегій персоналу освітніх організацій (середні значення)

Види копінг-стратегій	Min	Max	M	SD
«Орієнтація на вирішення завдання»	1,88	5,00	3,61	0,54
«Соціальне відволікання (пошук соціальної підтримки)»	1,20	5,00	3,40	0,65
«Спрямованість на емоції»	1,19	4,50	2,83	0,58
«Уникнення»	1,31	4,31	2,95	0,54
«Відволікання»	1,25	4,13	2,62	0,61

Подальший, більш детальний кількісний аналіз вираженості копінг-стратегій, а також аналіз їх за змістом, який базувався на проведеному нами на попередніх етапах вивченні підходів до класифікації копінг-стратегій за двома критеріями («активність-пасивність», «конструктивність-неконструктивність») [9], дав можливість дійти таких висновків.

*По-перше*, ми виходили з того, що копінг-стратегії можуть бути «активними» (тобто такими, які спрямовані на цілеспрямоване усунення або послаблення впливу стресової ситуації) або «пасивними» (які спрямовані на зниження емоційної напруги, а не на зміну стресової ситуації) [9]. Згідно з літературними джерелами (Т.Л. Крюкова [13], R. Lazarus і S. Folkman [26]), до активних копінг-стратегій здебільшого відносять «орієнтацію на вирішення завдання» та «соціальне відволікання (пошук соціальної підтримки)», а до пасивних – такі копінг-стратегії, як «уникнення» та «спрямованість на емоції». Хоча Н.С. Ярош [24] вказує і на те, певні форми уникання можуть мати й активний характер.

Виходячи із зазначеного підходу, ми можемо говорити про те, що значна частина персоналу освітніх організацій, в середньому половина, використовує «активні» копінг-стратегії (*табл. 2*). Про це свідчить той факт, що високий рівень вираженості «орієнтації на вирішення завдання» виявлено у 54,6% опитаних, а високий рівень «соціального відволікання» – у 44,1%. В той же час, «пасивні» копінг-стратегії застосовує значно менша кількість опитаних, в середньому вдвічі менше, про що говорять дані, які стосуються кількості осіб, для яких характерний високий рівень вираженості таких копінг-стратегій, як «уникнення» (26,2%), «спрямованість на емоції» (21,3%) та «відволікання» (13,9%). Таку вираженість та співвідношення «активних» та «пасивних» копінг-стратегій можна

оцінити, на наш погляд, позитивно, оскільки вони свідчать про активну позицію опитаних у протидії стресовим ситуаціям, що може сприяти збереженню та підтриманню їхнього психологічного здоров'я.

Таблиця 2

**Рівень вираженості копінг-стратегій персоналу освітніх організацій**  
(у % від загальної кількості опитаних)

Копінг-стратегії	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
«Орієнтація на вирішення завдання»	54,6	34,7	10,6
«Соціальне відволікання (пошук соціальної підтримки)»	44,1	38,2	17,7
«Спрямованість на емоції»	21,3	38,6	40,1
«Уникнення»	26,2	40,7	33,2
«Відволікання»	13,9	33,6	52,5

По-друге, варто враховувати те, що згідно з проаналізованими нами підходами та наявними науковими розробками (E. Frydenberg, R. Lewis [25]), серед копінг-стратегій можна виділити три рівні: а) «продуктивні», спрямовані на подолання стресу, розв'язання проблеми, до яких віднесено, насамперед, копінг-стратегію «орієнтація на вирішення завдання»; б) «проміжні», куди відносять копінг-стратегії, орієнтовані на пошук різних форм соціальної підтримки; в) «непродуктивні», які включають різні форми негативних емоцій (неспокій, розпач, самозвинувачення, занурення в себе), ігнорування проблеми та прагнення відволіктися, відпочити.

З урахуванням отриманих у дослідженні даних (табл. 2), можна констатувати, що трохи більше ніж половина опитаних (54,6%) мають високий рівень вираженості такої продуктивної копінг-стратегії, як «орієнтація на вирішення завдання». Також певна частина учасників дослідження (44,1%) орієнтована на використання на високому рівні «проміжної» копінг-стратегії, а саме «соціального відволікання». І в середньому для однієї п'ятої частини опитаних характерний високий рівень «непродуктивних» копінг-стратегій, таких як «уникнення» (26,2%), «спрямованість на емоції» (21,3%) та «відволікання» (13,9%). Якщо взяти до уваги ще й кількість опитаних, які мають середній рівень вираженості «непродуктивних стратегій» (відповідно, «уникнення» – 40,7%, «спрямованість на емоції» – 38,6% та «відволікання» – 33,6%), то можна констатувати необхідність підвищення персоналом освітніх організацій «продуктивних» та зниження рівня вираженості «непродуктивних» копінг-стратегій.

При цьому також слід враховувати, як ми уже зазначали [3], що суттєвим є гнучке використання копінг-стратегій у різних стресових ситуаціях. Як зазначає Н. Ярош [24], у деяких випадках людина може самостійно подолати труднощі, що виникли, в інших випадках їй потрібна підтримка оточення, ще в інших – може просто уникнути зіткнення з проблемною ситуацією, наперед оцінивши негативні наслідки такого зіткнення.

Отримані дані дещо відрізняються від результатів дослідження, проведених Ю.С. Снігур [20] на контингенті менеджерів освітніх організацій, згідно яких у них спостерігається, зокрема, трохи вищий рівень вираженості «орієнтації на вирішення завдання» (високий рівень цього копінг-стратегії спостерігається у 60,2% опитаних проти 54,6% у нашому дослідженні) та нижчий рівень копінг-стратегії «соціального відволікання» (високий рівень цього копінг-стратегії спостерігається у 36,6% проти 44,1% у нашому дослідженні) та ін. Очевидно, це можна пояснити більш високим статусом опитаних в організації, їхньою більшою відповідальністю та самостійністю у здійсненні діяльності, оскільки в нашому дослідженні число менеджерів, як зазначалось при описі вибірки, складало лише 14,4%, решта опитаних були педагогічними працівниками, які працювали у різних ланках загальної середньої освіти.

Отже, результати виконання першого завдання дослідження засвідчили низку проблем у рівні вираженості копінг-стратегій персоналу освітніх організацій, зокрема необхідність підвищення кількості осіб з високим рівнем вираженості «продуктивних» копінг-стратегій.

## **2. Вплив копінг-стратегій персоналу освітніх організацій на структурні компоненти психологічного здоров'я освітнього персоналу**

Далі проаналізуємо дані, які отримані в результаті виконання другого завдання, впливу копінг-стратегій персоналу освітніх організацій на структурні компоненти психологічного здоров'я освітнього персоналу.

Що стосується **копінг-стратегії «орієнтація на вирішення завдання»**, то, як видно із табл. 3, у процесі дослідження констатовано позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією копінг-стратегією та всіма структурними компонентами психологічного здоров'я: когнітивно-емоційним ( $r=0,188$ ;  $p<0,01$ ), рефлексивно-особистісним ( $r=0,242$ ;  $p<0,01$ ) та операційно-функціональним («контроль «могутніми» іншими») ( $r=0,155$ ;  $p<0,05$ ).

## Зв'язок між копінг-стратегіями та рівнем вираженості структурних компонентів психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій (r)

Структурні компоненти психологічного здоров'я	Копінг-стратегії				
	«Орієнтація на вирішення завдання»	«Соціальне відволікання»	«Спрямо-ваність на емоції»	«Уникнення»	«Відволікання»
Когнітивно-емоційний	<b>0,183**</b>	0,125	0,023	0,027	-0,047
Рефлексивно-особистісний	<b>0,242**</b>	<b>0,317**</b>	<b>-0,298**</b>	<b>0,276**</b>	<b>0,189**</b>
Операційно-функціональний:					
а) «внутрішній контроль»	0,078	<b>0,159*</b>	0,032	<b>0,154*</b>	0,109
б) «контроль «могутніми іншими»	<b>0,155*</b>	<b>0,226**</b>	0,032	<b>0,245**</b>	<b>0,247**</b>
в) «контроль випадку»	0,011	0,022	<b>0,223**</b>	0,110	<b>0,145*</b>

\*p&lt;0,05; \*\*p&lt;0,01

Окрім того, результати дисперсійного аналізу (ANOVA) (рис .1) також показали, що рівень розвитку копінг-стратегії «орієнтація на вирішення завдання» впливає на рівень вираженості компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу: когнітивно-емоційного (F=4,399, p<0,01), особистісно-рефлексивного (F=7,494, p<0,001) та операційно-функціонального (контроль «могутніми іншими») (F= 2,335, p<0,01).

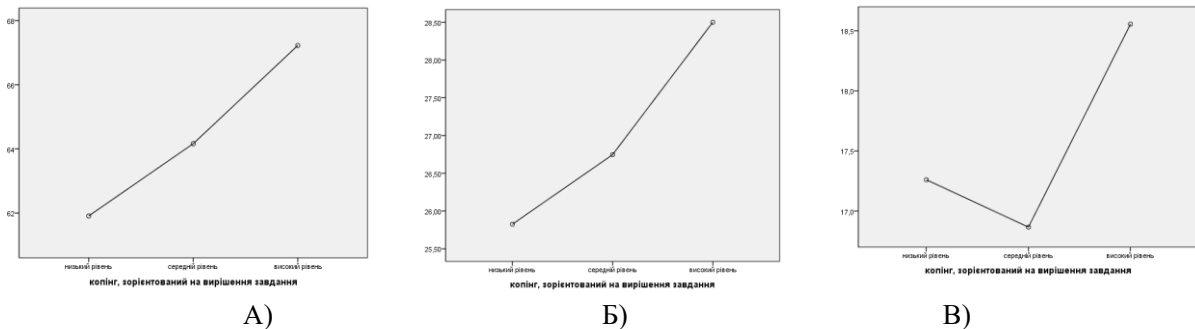


Рис. 1. Вплив копінг-стратегії «орієнтація на вирішення завдання» на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій: когнітивно-емоційний (А); рефлексивно-особистісний (Б); операційно-функціональний («контроль «могутніми іншими») (В)

Отже, отримані дані свідчать про те, що підвищення рівня розвитку копінг-стратегії «орієнтація на вирішення завдання», яку відносять, як зазначалось вище, до «активних» та «конструктивних» копінг-стратегій, впливає на підвищення рівня вираженості всіх компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу (хоча і не всіх складових операційно-функціонального компонента), тобто виступає детермінантою розвитку психологічного здоров'я.

Стосовно *копінг-стратегії «соціальне відволікання»*, то дані, представлені в *табл. 3*, свідчать про наявність позитивного статистично значущого кореляційного зв'язку між цією копінг-стратегією і такими структурними компонентами психологічного здоров'я: рефлексивно-особистісним (r=0,317; p<0,01) та двома складовими операційно-функціонального компонента («внутрішній контроль» (r=0,159; p<0,05) та «контроль «могутніми іншими») (r=0,226; p<0,01)).

Результати дисперсійного аналізу (ANOVA) (рис. 2) також показали, що рівень розвитку копінг-стратегії «соціальне відволікання» впливає на рівень вираженості компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу: особистісно-рефлексивного (F=7,882, p<0,001) та операційно-функціонального (контроль «могутніми іншими») (F= 5,247, p<0,01). Однак, впливу копінг-стратегії «соціальне відволікання» на «внутрішній локус контролю» не виявлено, що може свідчити про те, що така складова локусу контролю здоров'я, як «внутрішній контроль», може перебувати під впливом інших, можливо, більш складних за своєю природою детермінант.



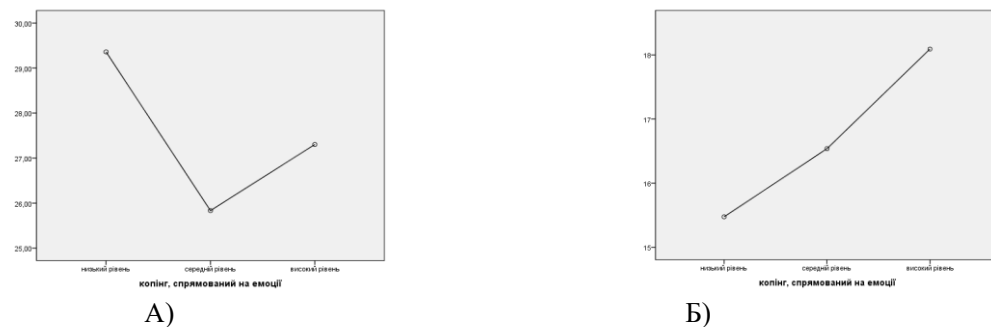
**Рис. 2. Вплив копінг-стратегії «соціальне відволікання» на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій: рефлексивно-особистісний (А); операційно-функціональний («контроль «могутніми» іншими») (Б)**

Таким чином, можна говорити про те, що підвищення рівня розвитку копінг-стратегії «соціальне відволікання», яка є «активною», але займає проміжне місце між «продуктивними» і «непродуктивними» копінг-стратегіями, впливає на підвищення вираженості зазначеним структурних компонентів психологічного здоров'я, тобто є детермінантою їх розвитку, але число таких компонентів є меншим, порівняно з кількістю компонентів, на які впливає копінг-стратегія «орієнтація на вирішення завдання», оскільки вказана копінг-стратегія є не лише «активною», але і «продуктивною».

Тепер звернемося до даних, які стосуються копінг-стратегії «спрямованість на емоції».

Як свідчать отримані дані (табл. 3), існує статистично значущий кореляційний зв'язок, який має різну спрямованість, між цим видом копінг-стратегії і двома компонентами психологічного здоров'я: негативний зв'язок – з рефлексивно-особистісним компонентом ( $r = -0,298$ ,  $p < 0,01$ ) та позитивний зв'язок – із такою складовою операційно-функціонального компонента, як «контроль випадку» ( $r = 0,223$ ;  $p < 0,01$ ).

Результати дисперсійного аналізу (ANOVA) (рис. 3) також показали, що рівень розвитку копінг-стратегії «спрямованість на емоції» негативно впливає на рефлексивно-особистісний компонент психологічного здоров'я: ( $F = 18,795$ ,  $p < 0,001$ ). Це проявляється в тому, що найвищий рівень психологічного здоров'я спостерігається при низькому рівні вираженості цієї копінг-стратегії, найнижчий рівень – при середньому рівні її вираженості, дещо вищий – при високому рівні.



**Рис. 3. Вплив «копінг-стратегії «спрямованість на емоції» на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій: рефлексивно-особистісний (А); операційно-функціональний («контроль «випадку») (Б)**

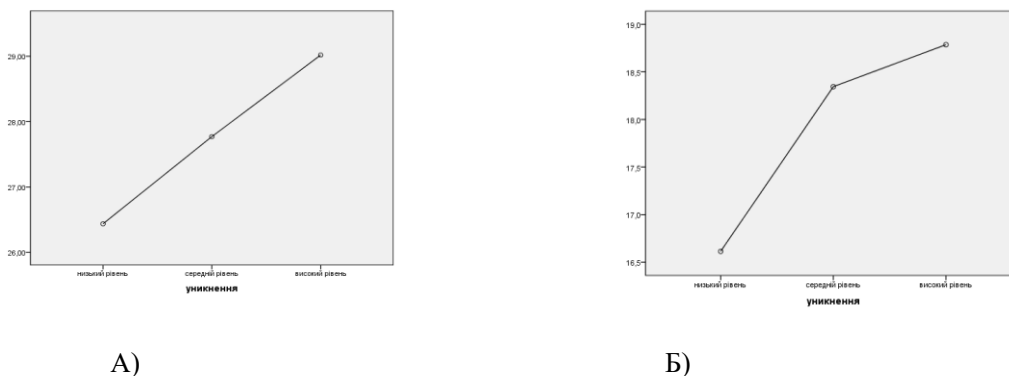
Водночас, результати дисперсійного аналізу (ANOVA) (рис. 3) показали, що рівень розвитку копінг-стратегії «спрямованість на емоції» позитивно впливає на таку складову операційно-функціонального компонента психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, як «контроль випадку» ( $F = 5,920$ ,  $p = 0,01$ ). Тобто мова йде про те, що підвищення рівня розвитку копінг-стратегії «спрямованість на емоції» впливає на підвищення рівня вираженості цієї складової операційно-функціонального компонента.

У цілому, результати засвідчили, що копінг-стратегія «спрямованість на емоції» негативно впливає на окремі компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, а також обумовлює використання такого виду локус контролю здоров'я, як «контроль випадку», який передбачає здійснення дій, спрямованих на збереження здоров'я не регулярно, а час від часу, зокрема в критичних ситуаціях. Це ще раз підтверджує «пасивність» і «непродуктивність» впливу цієї копінг-стратегії стосовно вираженості психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій.

Тепер проаналізуємо результати, які стосуються копінг-стратегії «уникнення».

На основі аналізу даних, наведених в *табл. 3*, можна говорити про те, що існує позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією копінг-стратегією і трьома компонентами психологічного здоров'я, такими самим, як і в ситуації з копінг-стратегією «соціальне відволікання»: рефлексивно-особистісним ( $r=0,276$ ;  $p<0,01$ ) та двома складовими операційно-функціонального компонента («внутрішній контроль» ( $r=0,154$ ;  $p<0,05$ ) і «контроль «могутніми» іншими» ( $r=0,245$ ;  $p<0,01$ )).

За результатами дисперсійного аналізу (ANOVA) (*рис. 4*) також встановлено, що рівень розвитку копінг-стратегії «уникнення» впливає на рівень вираженості компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу: особистісно-рефлексивного ( $F= 7,327$ ,  $p<0,001$ ) та операційно-функціонального (контроль «могутніми» іншими) ( $F= 6,838$ ,  $p<0,001$ ). Однак, впливу копінг-стратегії «уникнення» на «внутрішній» локус контролю не виявлено, що може свідчити про те, що, як і в ситуації із копінг-стратегією «соціальне відволікання», така складова локусу контролю здоров'я, як «внутрішній контроль», може перебувати під впливом інших, можливо, більш складних за своєю природою детермінант.



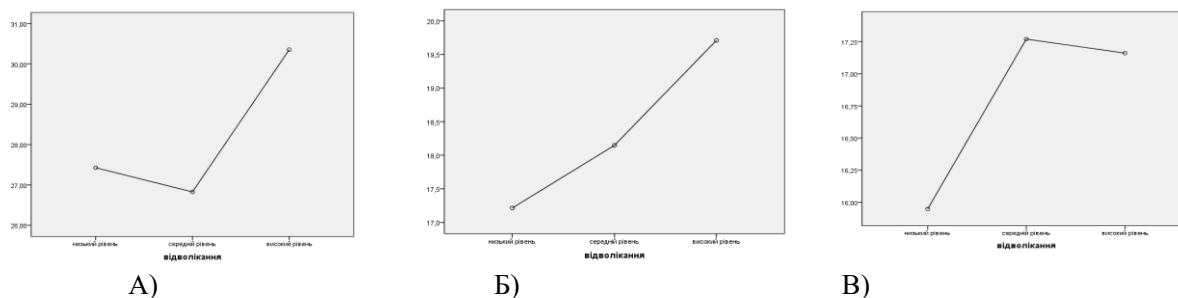
**Рис. 4. Вплив копінг-стратегії «уникнення» на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій: рефлексивно-особистісний (А); операційно-функціональний («контроль «могутніми» іншими») (Б)**

Таким чином, можна говорити про те, що підвищення рівня розвитку копінг-стратегії «уникнення», яка є «пасивною» та «непродуктивною», з погляду розв'язання існуючої проблеми, впливає позитивно на підвищення вираженості зазначених структурних компонентів психологічного здоров'я, тобто є детермінантою їх розвитку. І вплив цієї копінг-стратегії є подібним до впливу копінг-стратегії «соціальне відволікання»

І, насамкінець, звернемося до даних, які стосуються аналізу копінг-стратегії «відволікання».

На основі аналізу даних, наведених в *табл. 3*, можна говорити про те, що існує позитивний статистично значущий кореляційний зв'язок між цією копінг-стратегією і такими компонентами психологічного здоров'я: рефлексивно-особистісним ( $r=0,189$ ;  $p<0,01$ ) та операційно-функціональним компонентом («контроль «могутніми» іншими») ( $r=0,247$ ;  $p<0,01$ ) та «контроль випадку» ( $r=0,145$ ;  $p<0,05$ ).

За результатами дисперсійного аналізу (ANOVA) (*рис. 5*) також встановлено, що рівень розвитку копінг-стратегії «відволікання» впливає на рівень вираженості компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу: особистісно-рефлексивного ( $F= 10,479$ ,  $p<0,001$ ) та операційно-функціонального («контроль «могутніми» іншими») ( $F= 6,271$ ,  $p<0,01$ ) та «контроль випадку» ( $F= 2,901$ ,  $p<0,05$ ).



**Рис. 5. Вплив копінг-стратегії «відволікання» на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій: рефлексивно-особистісний (А); операційно-функціональний («контроль «могутніми» іншими») (Б); операційно-функціональний («контроль «випадку») (В)**

Отже, отримані дані свідчать про те, що копінг-стратегія «відволікання», яка є «пасивною» та «непродуктивною» щодо розв'язання проблем, з якими стикається персонал освітніх організацій, все ж таки позитивно впливає на підвищення вираженості окремих структурних компонентів психологічного здоров'я, тобто є детермінантою їх розвитку. І вплив цієї копінг-стратегії на психологічне здоров'я є подібним до впливу копінг-стратегії «соціальне відволікання» та «уникнення».

#### **Висновки:**

1. Рівень розвитку копінг-стратегій персоналу освітніх організацій перебуває переважно на середньому рівні.

2. Виявлено, що копінг-стратегії впливають на компоненти психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, однак цей вплив здійснюється по-різному:

а) копінг-стратегія «орієнтація на вирішення завдання», яка належить до «активних» та «конструктивних» копінг-стратегій, здійснює найбільш виражений позитивний вплив на психологічне здоров'я персоналу освітніх організацій, оскільки впливає на підвищення рівня вираженості всіх компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу (когнітивно-емоційного, особистісно-рефлексивного і операційно-функціонального компонентів («контроль «могутніми» іншими»);

б) копінг-стратегія «соціальне відволікання», яка є «активною», але займає проміжне місце між «продуктивними» і «непродуктивними» копінг-стратегіями, здійснює дещо менш виражений позитивний вплив на психологічне здоров'я персоналу освітніх організацій, оскільки сприяє підвищенню вираженості лише рефлексивно-особистісного та операційно-функціонального («контроль «могутніми» іншими») компонентів психологічного здоров'я освітнього персоналу;

в) копінг-стратегія «спрямованість на емоції», яка є «пасивною» та «непродуктивною», негативно впливає на рефлексивно-особистісний компонент психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій, а також обумовлює підвищення використання лише такого виду локус контролю здоров'я, як «контроль випадку», який передбачає здійснення дій, спрямованих на збереження здоров'я не регулярно, а час від часу, зокрема в критичних ситуаціях;

г) копінг-стратегії «уникнення» та «відволікання», які є «пасивними» та «непродуктивними» щодо розв'язання проблем, з якими стикається персонал освітніх організацій, все ж таки позитивно впливають на підвищення вираженості рефлексивно-особистісного та операційно-функціонального («контроль «могутніми» іншими» та «контроль випадку») компонентів психологічного здоров'я;

3. Врахування встановлених закономірностей у практиці психологічної підготовки персоналу освітніх організацій може сприяти забезпеченню психологічного здоров'я персоналу та організації.

**Перспективи подальшого дослідження** полягають у вивченні психологічних характеристик організації, які можуть впливати на його психологічне здоров'я (зміст роботи, її інтенсивність, автономність, наявність соціальної підтримки та ін.).

#### **Список використаних джерел**

1. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 1994. Т. 15. № 1. С. 3–19.
2. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. «COPING STRESS» и теоретические подходы к его изучению. *Психологический журнал*. 2006. Т. 27, № 1. С. 122–133.
3. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 336 с.
4. Галкина Т. В., Артемцева Н. Г. Взаимосвязь между отношением к психологическому здоровью и самооценкой личности. *Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности* / отв. ред. В. В. Знаков, А.Л. Журавлев. Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2018. С. 457–466.
5. Гринберг Дж. Управление стрессом. [7-е изд.]. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 496 с.
6. Карамушка Л. М., Дзюба Т. М. Феномен «здоров'я» як актуальний напрям досліджень в організаційній психології. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 1(16). С. 22–33.
7. Карамушка Л. М., Карамушка Т. В. Тренінгова програма «Професійна кар'єра та психологічне здоров'я освітнього персоналу». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 4(18). С. 36–45.
8. Карамушка Л. М., Креденцер О. В., Терещенко К. В. Методики для дослідження «mental health» персоналу організацій. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2019. Т. 1 : *Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія*. Вип. 54. С. 15–22.
9. Карамушка Л. М., Снігур Ю. С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2020. Т. I. *Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія* / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вип. 55. С. 23–30.
10. Карамушка Л. М., Шевченко А. М. Особистісні ресурси забезпечення психологічного здоров'я менеджерів та педагогічних працівників освітніх організацій : навчальний посібник. Біла Церква : КНЗ КОР «КОПОПК», 2019. 40 с.



11. Карамушка Л. М. Шевченко А. М. Вплив освітнього середовища на забезпечення психологічного здоров'я менеджерів та педагогічних працівників освітніх організацій : навч. посіб. Біла Церква : КНЗ КОР «КОІПОК», 2019. 45 с.
12. Кіась А. В. Екологічність побудови копінг-поведінки педагога як умова його професіоналізації. *Актуальні проблеми психології*. 2009. № 20. С. 187–191.
13. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения. Кострома, 2010. 296 с.
14. Лагодзинська В. І. Креативність, як важлива детермінанта забезпечення психологічного здоров'я особистості: теоретичний аналіз проблеми. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019. Т. 1 : *Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія*. Вип. 54. С. 29–35.
15. Муздыбаев К. Стратегии совладания с жизненными трудностями. *Социология и социальная антропология*. 1998. №2. С.100–111.
16. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности. *Психологический журнал*. 1997. № 5. С. 20–30.
17. Олефір В. О. Взаємозв'язок життєстійкості, копінг-стратегій та психологічного благополуччя. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2011. № 981. Вип. 47. С. 168–172.
18. Родіна Н. В. Ієрархічна модель структури копінг-поведінки. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2011. № 1. С. 120–129.
19. Сивогоракова З. А. Вивчення копіngu як особистісної адаптаційної здібності. *Педагогіка і психологія*. 2007. № 22. С.159–169.
20. Снігур Ю. С. Зв'язок копінг-стратегій керівників закладів загальної середньої освіти з чинниками мікрорівня. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 2–3(17). С. 114–121.
21. Цепков А. Ю. Копинг-поведение учителя: специфика и динамика стратегий реагирования в конфликтах в зависимости от стажа профессиональной деятельности. *Теория и практика общественного развития*. 2017. №1. С. 54–57.
22. Чазова А. А. Копинг-поведение врача и больного в процессе преодоления болезни : автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. Санкт-Петербург, 1998. 47 с.
23. Шагарова В. И. Стратегии копинг-поведения в ситуации потери работы: постановка проблемы. *Актуальные проблемы психологии* : сборник научных трудов / под общ. ред. Л. И. Дементий. Омск, 2002. С. 47–55.
24. Ярош Н. С. Аналіз досліджень внутрішніх предикторів стрес-долаючої поведінки». *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2015. № 58. С. 60–64.
25. Frydenberg, E., & Lewis, R. Teaching Coping to adolescents: when and to whom? *American Educational Research Journal*. 2000. No 37. P. 727–745.
26. Lazarus, R. S., Folkman, S. Stress, appraisal, and coping. New York, 1984. 444 p.
27. Lazarus, R. S. Toward Better Research on Stress and Coping. *American Psychologist*, 2000. No 55. P. 665–673.
28. Lukat, J, Margraf, J., Lutz, R., van der Veld, W. M., Becker E S. Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). *BMC Psychology*. 2016. No 4: 8. doi: 10.1186/s40359-016-0111-x)

#### Spysok vykorystanykh dzherel

1. Ancyferova L. I. Lichnost' v trudnyh zhiznennyh uslovijah: pereosmyslivanie, preobrazovanie situacij i psihologicheskaja zashhita. *Psihologicheskij zhurnal*. 1994. T. 15. № 1. S. 3–19.
2. Bodrov V. A. Problema preodolenija stressa. «COPING STRESS» i teoreticheskie podhody k ego izucheniju. *Psihologicheskij zhurnal*. 2006. T. 27, № 1. S. 122–133.
3. Vodop'janova N. E. Psihodiagnostika stressa. Sankt-Peterburg : Piter, 2009. 336 s.
4. Galkina T. V., Artemceva N. G. Vzaimosvjaz' mezhdju otnosheniem k psihologicheskomu zdorov'ju i samoocenkoj lichnosti. *Psihologija cheloveka kak sub#ekta poznaniya, obshhenija i dejatel'nosti* / otv. red. V. V. Znakov, A.L. Zhuravlev. Moskva : Izd-vo «Institut psihologii RAN», 2018. S. 457–466.
5. Grinberg Dzh. Upravlenie stressom. [7-e izd.]. Sankt-Peterburg : Piter, 2002. 496 s.
6. Karamushka L. M., Dziuba T. M. Fenomen «zdorovia» yak aktualnyi napriam doslidzhen v orhanizatsiinii psykholohii. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*. 2019. № 1(16). С. 22–33.
7. Karamushka L. M., Karamushka T. V. Treninhova prohrama «Profesiina kariera ta psykholohichne zdorovia osvitnoho personalu». *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*. 2019. № 4(18). С. 36–45.
8. Karamushka L. M., Kredentser O. V., Tereshchenko K. V. Metodyky dlia doslidzhennia «mental health» personalu orhanizatsii. *Aktualni problemy psykholohii* : zb. nauk. pr. Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuка NAPN Ukrainy. 2019. T. 1 : *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia*. Vyp. 54. С. 15–22.
9. Karamushka L. M., Snihur Yu. S. Kopinh-stratehii: sutnist, pidkhody do klasyfikatsii, znachennia dlia psykholohichnoho zdorovia osobystosti ta orhanizatsii. *Aktualni problemy psykholohii* : zb. nauk. prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuка NAPN Ukrainy. 2020. T. I. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia* / za red. S. D. Maksymenka, L.M. Karamushky. Kyiv : Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuка NAPN Ukrainy. Vyp. 55. С. 23–30.
10. Karamushka L. M. Shevchenko A. M. Osobys-tis-ni resursy zabezpechennia psykholohichnoho zdorovia menedzheriv ta pedahohichnykh pratsivnykiv osvitnikh orhanizatsii : navch. posib. Bila Tserkva : KNZ KOR «KOІPOPK», 2019. 40 s.

11. Karamushka L. M. Shevchenko A. M. Vplyv osvitnoho seredovyscha na zabezpechennia psykholohichnoho zdorovia menedzheriv ta pedahohichnykh pratsivnykiv osvity orhanizatsii : navch. posib. Bila Tserkva : KNZ KOR «KOIPOPК», 2019. 45 s.
12. Kiias A. V. Ekolohichnist pobudovy kopinh-povedinky pedahoha yak umova yoho profesionalizatsii. *Aktualni problemy psykholohii*. 2009. № 20. S. 187–191.
13. Krjukova T. L. Psihologija sovladajushhego povedenija. Kostroma, 2010. 296 s.
14. Lahodzynska V. I. Kreatyvnist, yak vazhlyva determinanta zabezpechennia psykholohichnoho zdorovia osobystosti: teoretychnyi analiz problemy. *Aktualni problemy psykholohii* : zb. nauk. pr. Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. 2019. T. 1 : *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia*. Vyp. 54. С. 29-35.
15. Muzdybaev K. Strategii sovladaniya s zhiznennymi trudnostjami. *Sociologija i social'naja antropologija*. 1998. №2. S.100–111.
16. Nartova-Bochaver S. K. «Coping behavior» v sisteme ponjatij psihologii lichnosti. *Psihologicheskij zhurnal*. 1997. № 5. S. 20–30.
17. Olefir V. O. Vzaiemozviazok zhyttiistiki, kopinh-strategii ta psykholohichnoho blahopoluchchia. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Serii : Psykholohiia*. 2011. № 981. Vyp. 47. S. 168–172.
18. Rodina N. V. Hierarkhichna model struktury kopinh-povedinky. *Aktualni problemy sotsiolohii, psykholohii, pedahohiky*. 2011. № 1. S. 120–129.
19. Syvohrakova Z. A. Vychennia kopinhu yak osobystisnoi adaptatsiinoi zdbnosti. *Pedahohika i psykholohiia*. 2007. № 22. S.159–169.
20. Snihur Yu. S. Zviazok kopinh-strategii kerivnykiv zakladiv zahalnoi serednoi osvity z chynnykamy mikrorivnia. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*. 2019. № 2–3(17). S. 114–121.
21. Cepkov A. Ju. Koping-povedenie uchitelja: specyfika i dinamika strategij reagirovanija v konfliktah v zavisimosti ot stazha professional'noj dejatel'nosti. *Teorija i praktika obshhestvennogo razvitija*. 2017. №1. S. 54–57.
22. Chazova A. A. Koping-povedenie vracha i bol'nogo v processe preodolenija bolezni : avtoref. diss. ... d-ra psihol. nauk. Sankt-Peterburg, 1998. 47 s.
23. Shagarova V. I. Strategii koping-povedenija v situacii poteri raboty: postanovka problemy. *Aktualnye problemy psihologii* : sbornik nauchnyh trudov / pod obshh. red. L. I. Dementij. Omsk, 2002. S. 47–55.
24. Iarosh N. S. Analiz doslidzen vnutrishnykh predyktoriv stres-dolaiuchoi povedinky». *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Serii : Psykholohiia*. 2015. № 58. S. 60–64.
25. Frydenberg, E., & Lewis, R. Teaching Coping to adolescents: when and to whom? *American Educational Research Journal*. 2000. No 37. P. 727–745.
26. Lazarus, R. S., Folkman, S. Stress, appraisal, and coping. New York, 1984. 444 p.
27. Lazarus, R. S. Toward Better Research on Stress and Coping. *American Psychologist*, 2000. No 55. P. 665–673.
28. Lukat, J, Margraf, J., Lutz, R., van der Veld, W. M., Becker E S. Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). *BMC Psychology*. 2016. No 4: 8. doi: 10.1186/s40359-016-0111-x)

**Karamushka, L. M. The impact of coping strategies on psychological health components of the staff of educational organizations.** The author analyzes the results of empirical research into the coping strategies used by educational organization staff. It has been found that the educational organization staff's coping strategies are mostly at the average level of development. Coping strategies affect educators' psychological health components. Such «active» and «productive» coping strategies as «task orientation» and «social distraction» have a positive impact, while «focus on emotions», which is a «passive» and «unproductive» coping strategy, has a negative impact on educators' psychological health components. «Avoidance» and «distraction», which are passive and unproductive coping strategies used in solving problems faced by educational organization staff, mainly have a positive effect on certain components of staff mental health.

Also, it has been found that such psychological health components as reflexive-personal and control of «powerful» others (as part of the operational-functional component) are most affected by coping strategies. The cognitive-emotional component (as part of operational and functional component) is the least affected by staff coping strategies, while the internal control component, being part of the operational and functional component, is not affected by staff coping strategies at all.

*Key words:* coping strategies, types of coping strategies, psychological health, psychological health components, cognitive-emotional component, reflexive-personal component, operational-functional component, educational organizations, staff of educational organizations.

#### Відомості про автора

**Карамушка Людмила Миколаївна**, академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувачка лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна.

**Karamushka, Liudmyla Mykolayivna**, Academician of the NAES of Ukraine, Dr., Prof., Head, laboratory of organizational and social psychology, G. S. Kostyuk Institute of psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine.

*ORCID ID:* <https://orcid.org/0000-0003-0622-3419>

*E-mail:* LKARAMA01@gmail.com