

**II Всероссийская молодежная конференция**

**«Будущее академической психологии»**

**Особенности  
стрессоустойчивости  
сотрудников банка в период  
пандемии COVID-19**

Усатов Иван Александрович, магистр,

Амурский государственный университет

89143845536@mail.ru

*Постановка  
проблемы  
исследования*

«Изоляция, страх, неопределенность, экономические потрясения и проч. – все это вызывает или может вызвать психологический дистресс более чем у 80 % населения Земли»  
(по мнению Всемирной организации здравоохранения)

**Стрессоустойчивость** определяется «совокупностью личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья» (Бодров В.А.)

*Организация  
процедуры и  
методы  
исследования*

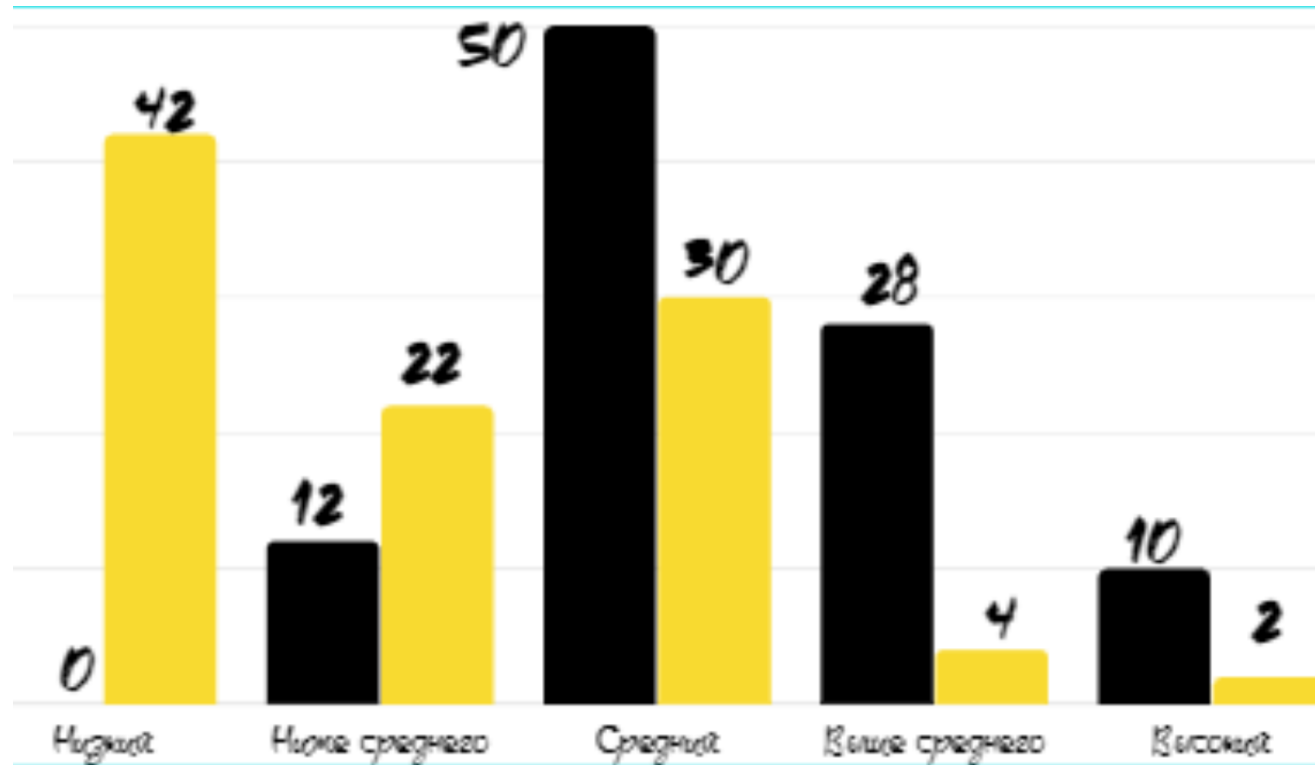
- **Цель** – изучение особенностей стрессоустойчивости сотрудников дистанционного корпоративного отдела (ДКО) крупного банка в период пандемии коронавируса.
- **Задачи исследования** – изучить теоретические послылки проблемы исследования, выявить показатели уровней стрессоустойчивости у выбранных групп, сравнить полученные данные с использованием мат.-стат. обработки и положить их в основу программы развития персонала организации.
- **Гипотеза исследования** – уровень стрессоустойчивости у сотрудников, перенёсших Covid-19, выше, чем у сотрудников, не перенёсших Covid-19.

*Организация  
процедуры и  
методы  
исследования*

- В исследовании приняли участие 100 сотрудников компании от 18 до 55 лет – по 50 сотрудников, перенёсших и не переболевших Covid-19.
- Испытуемым была предложена Авторская методика «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности», позволяющая определить уровень стрессоустойчивости личности, учитывая ресурсы (факторы), которые обеспечивают способность эффективно справляться со стрессовым воздействием.

## Процентное распределение испытуемых в зависимости от уровня стрессоустойчивости

*Результаты исследования и их обсуждение*



«ЧЕРНЫЙ» – перенесшие Covid-19

«ЖЕЛТЫЙ» – не переболевшие Covid-19

*Результаты  
исследования и  
их обсуждение*

**Статистический критерий**

**U-критерий Манна-Уитни**

$U_{\text{эмп}} = 698$  ( $U_{\text{кр}} 912$  (0,01) 1010 (0,05)  $P = 0,006$ )

Уровень стрессоустойчивости у сотрудников, перенёвших Covid-19, (средний), достоверно ( $p \leq 0.01$ ) выше, чем у сотрудников, не переболевших Covid-19, (низкая устойчивость)

## *Выводы и заключение*

- У большинства опрошенных сотрудников, не переболевших Covid-19, выявлен низкий уровень стрессоустойчивости. Такие специалисты уязвимы для стресса, очень чувствительны к нагрузкам.
- Для более половины сотрудников, перенёсших Covid-19, выявлен средний уровень стрессоустойчивости. Он соответствует в меру напряженной жизни активного человека.
- Уровень стрессоустойчивости у сотрудников, перенёсших Covid-19, достоверно ( $p \leq 0.01$ ) выше, чем у сотрудников, не переболевших Covid-19.

## *Выводы и заключение*

- *Достоверно установлены различия в уровне стрессоустойчивости сотрудников крупной компании в период пандемии Covid-19.*
- *Полученные данные предположительно связаны с особенностями профессиональной деятельности в период высокой неопределённости и нестабильности (пандемии коронавируса и кризиса), а также личностными, физиологическими характеристиками сотрудников.*
- *Результаты исследования положены в основу программы развития персонала компании по профилактике и коррекции стресс-нагрузки на указанные группы специалистов.*



## *Литература*

- Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЕР-СЭ, 2006. – 528 с.
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения / Е.А. Климов. – М., 2010. – 304 с.
- Скотникова И.Г. Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии Covid-19 / И.Г. Скотникова [и др.] // Институт психологии Российской Академии наук. Социальная и экономическая психология. – М., 2020. – Т. 5. – С. 245–268.
- Усатов И.А. Авторская методика «Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности» / И.А. Усатов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – М., 2016. – Т. 11. – С. 681–685.
- Усатов И.А. Стрессоустойчивость личности как фактор преодоления стресса / И.А. Усатов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 2. – С. 21-25.

# **Особенности стрессоустойчивости сотрудников банка в период пандемии COVID-19**

Усатов Иван Александрович

89143845536@mail.ru