

ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПРЕДСТАВНИКІВ ДУХОВЕНСТВА

Представники духовенства - об'єкт нашого дослідження – виконують життєво важливі суспільні функції. Під духовенством, за кембриджським словником, розуміють релігійних лідерів, особливим чином священників, християнських священнослужителів та осіб, які займають вищі церковні посади [9]. Священнослужителі виконують важливі ролі як вчителі, наставники, лідери, душеопікуни, консультанти. Вони турбуються про духовне, стосункове та емоційне благополуччя прихожан, мають безпосередній вплив на їхню стресостійкість [1, с.23].

Робота духовенства пов'язана з напругою, оскільки зосереджена на духовності людей в секулярному суспільстві. Священнослужителі розуміють, що попри роботу, яка ніколи не закінчується, вони не завжди отримують результати. Їхня робота публічна, вимоглива, емоційно виснажлива.

Виходячи з вище сказаного і враховуючи те, що ця особлива категорія людей знаходиться в тісному емоційному контакті з іншими, духовенство - група населення високого ризику - часто страждає від стресів і піддається емоційному вигоранню [2, с. 221].

Крім того, протестантські священнослужителі в США та багатьох інших країнах залишають служіння з вражаючою швидкістю. Навіть враховуючи вищий рівень богословської освіти в США і загалом вищий рівень життя, заробітної плати, американським служителям та їхнім сім'ям не вистачає стресостійкості для того, щоб відповідати високим вимогам служіння [3, с. 10]. Та це є проблемою не лише американського духовенства. А священнослужитель, який сам не може справитися зі своїми життєвими кризами, втратами та іншими стресам, пастор, якому бракує стресостійкості, зазвичай не в змозі бути достатньо ефективним, надаючи допомогу прихожанам в подоланні стресу.

На думку Блантона [2, с. 224], стрес священнослужителів може призвести до негативних наслідків для здоров'я і благополуччя церковних громад. Саме тому поліпшення здоров'я і благополуччя представників духовенства сприятиме поліпшенню здоров'я і благополуччя великої кількості людей, яким воно надає допомогу [9, с.45].

Згідно Оксфордського словника, стресостійкість - здатність людей швидко відновлюватися після чогось неприємного, наприклад, шоку, травми тощо [8, 120]. Стресостійкість - це процес розвитку, який виникає в результаті поєднання індивідуальних, стосункових і контекстуальних змінних, включаючи когнітивну оцінку, і призводить до позитивної адаптації до негараздів і стресу [5, с. 10; 8, с.130]. З точки зору віри, можна вважати, що стресостійкість розвивається в активній боротьбі за зростання в труднощах, а не є підкорення їм [1, с. 11]. Титус визначає «духовну стресостійкість» як здатність, стикаючись з труднощами, активно долати їх, використовуючи ресурси релігії, протистояти руйнуванню власних духовних компетенцій і будувати щось позитивне відповідно до більш широких богословських

цілей» [10, с. 28]. Подолання труднощів, опір деформації та побудова нової сили через важкі обставини - три виміри стресостійкості [8, с. 11].

В позитивній психології теорія стресостійкості дозволяє сфокусувати увагу на адаптивності та здібностях духовенства. Важливо також розуміти стресостійкість духовенства з точки зору місця роботи. Вона включає умови, які виникають протягом життя людини, що уможливають індивідуальну адаптацію до негараздів, передбачає створення робочих місць, які підтримують здорову стресостійкість [6, с. 56].

Якщо розглядати стресостійкість з точки зору психології праці або управління, спрямовану на зменшення стресу на роботі, обидва напрямки сходяться на думці, що стресостійкість - це складний процес. Він складається з індивідуальних змінних і змінних на робочому місці, включає організаційні процеси і культуру як частину формування стресостійкості [7, с. 45]. Ця точка зору наголошує на взаємодії індивідуальних біографій з їхніми минулими і теперішніми контекстами, які впливають на стресостійкість [4, с. 61].

Особливо актуальною є проблема стресостійкості в зв'язку з невротизацією українського суспільства, яке перебуває в стані війни. Не було виявлено систематичних досліджень індивідуальних, психологічних характеристик представників духовенства в українській психологічній науці, що і обумовлює додаткову актуальність нашого дослідження.

Проблемою стресостійкості представників духовенства цікавилися наступні науковці: Діана Чандлер, Джон Х. Хоскінс, Лейн, Кемерон Лі, Джозеф Гілсон Ліддік, Луміс, Майнер, Даусон і Стерланд та Девід А. Вілліс та ін. Вони особливо наголошують на комбінації взаємопов'язаних і взаємозалежних перспектив досліджень, доповнюючи один одного в розробці структур стресостійкості в житті священнослужителів.

Незважаючи на роль представників духовенства як лідерів громад, які служать людям, література про стресостійкість священнослужителів досить обмежена; наявні джерела головним чином пов'язані з дослідженням складнощів праці духовенства та їхнього вигорання внаслідок стресу. При цьому для вирішення проблем, пов'язаних із рольовим стресом і вигоранням, стресостійкість є критично важливою.

Говорячи про особливості стресостійкості представників духовенства з розглянутих джерел, можемо виділити наступні: індивідуальні, соціальні/стосункові, контекстуальні/організаційні змінні, які, на думку священнослужителів, впливають на їхню професійну стресостійкість.

Духовне життя включає: вміння надавати зміст подіям в контексті теології, наявність чіткого покликання від Бога та ідентичності, партнерство з Богом і духовні практики. Підтримка через стосунки включає: подружжя і сім'ю, друзів, колег, наставників, керівників, громади і професіоналів [3, с. 145].

Особистісні аспекти включають: баланс, турботу про здоров'я, межі, самосвідомість, навчання впродовж життя, узгодження з інституцією та особисті якості. Крім того, різні особистісні аспекти, такі як екстравертність, оптимізм і здатність до адаптації, сприяють стресостійкості духовенства [Ibid, с. 150].

Проблеми зі здоров'ям були названі як виклик для стресостійкості духовенства. Серед виявлених проблем - старіння і зниження енергії, хронічні захворювання, проблеми, пов'язані з фізичними вправами і сном, а також негативне сприйняття

психічного здоров'я. Поряд з цим, турбота про здоров'я була визначена як ресурс, що допомагає священнослужителям позитивно реагувати на негаразди. Дієта, фізичні вправи, відпочинок, рекреація та гумор як ключові аспекти турботи про здоров'я є ресурсом, який, на думку священнослужителів, сприяє їхній стресостійкості [Ibid, с. 165].

Організаційні практики включають: гнучкість ролей, ретельну підготовку до служіння, підтримку на початку служіння, навчання та підтримку конкретних навичок, а також можливості для налагодження стосунків [Ibid].

Аналіз сучасних публікацій засвідчує, що дослідники виокремлювали широкий спектр ресурсів, які підтримують стресостійкість священнослужителів. Теми цих ресурсів - духовні, стосункові, особистісні та організаційні. Підтеми для кожної з них дають більш детальне розуміння ресурсів, які, за словами священнослужителів, допомагають їм позитивно реагувати на негаразди. Однак, порівняно нечисленні дослідження стресостійкості представників духовенства не дають підстав для переконливих висновків, тому означене питання потребує подальшого вивчення, зокрема, в стресогенних умовах, які наразі склались в Україні, що й обумовлює актуальність та важливість подальшої роботи над даною темою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Allain-Chapman, J. (2012). Resilient pastors: The role of adversity in healing and growth. New York: SPCK, 23-32.
2. Blanton, P. W., Lane, M. L. (2000). Work-related predictors of physical symptomatology and emotional well-being among clergy and spouses. New York: Star, 221-240.
3. Cockling, J.W. (2013). Pastoral resilience. Review of Religious Research. Winfield: WTS, 100-150.
4. Day, C. (2014). Resilient principals in challenging schools: The courage and costs of conviction. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 20(5), 61-74. [doi: 10.1080/13540602.2014.937959](https://doi.org/10.1080/13540602.2014.937959)
5. Evers, W. (2002). Burnout among Dutch reformed Pastors. *Journal of Psychology and Theology*, Vol. 30, No. 5. New York: Dobe, 10-20.
6. Fletcher, D., Sarka, M. (2011). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts and theory. 10-57. Retrieved from http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/8063/1/221275_PubSub2839_Sarkar.pdf
7. Griffiths, A. (2014). Promoting resilience in schools: A view from occupational health psychology. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 20 (5), 45-61. [doi: 10.1080/13540602.2014.937954](https://doi.org/10.1080/13540602.2014.937954)
8. Gu, Q., Day, C. (2007). Teachers resilience: A necessary condition for effectiveness. *Teaching and Teacher Education*. 120-136. [doi: 10.1016/j.tate.2006.06.006](https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.06.006)
9. Proeschold-Bell, R. J., Le Grand, S., James, J., Wallace, A., Adams, C., Toole, D. (2015). A theoretical model of the holistic health of United Methodist clergy. London: Nathan Press, 45-48.
10. Titus, C. S. (2006). Resilience and the Virtue of Fortitude: Aquinas in Dialogue with the Psychosocial Sciences. Washington: The Catholic University of America Press, 28 - 35.