

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ  
СОТРУДНИКОВ СЛУЖБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ  
ОНКОБОЛЬНЫХ**  
**PSYCHOLOGICAL COMPONENTS OF THE STRESS-RESISTANCE OF  
EMPLOYEES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF ONCOLOGY PATIENTS**

doi: 10.25629/НС.2018.03.11

**Евенко Сергей Леонидович.** Московский государственный областной университет. 105005, г. Москва, ул. Радио, д. 10А. E-mail: slevenko@yandex.ru.

**Погибенко Лидия Борисовна.** Московский государственный областной университет. 105005, г. Москва, ул. Радио, д. 10А. E-mail: leranti@yandex.ru.

**Evenko Sergei Leonidovich.** Moscow State Regional University. 105005, Moscow, Radio street, 10A. E-mail: slevenko@yandex.ru.

**Pogibenko Lidiya Borisovna.** Moscow State Regional University. 105005, Moscow, Radio street, 10A. E-mail: leranti@yandex.ru.

**Аннотация.** В статье рассматриваются психологические компоненты, обуславливающие стрессоустойчивость сотрудников, оказывающих психологическую поддержку онкобольным. Выявлена прямая положительная взаимосвязь между общим показателем стрессоустойчивости и психологическими компонентами, обуславливающими способности сотрудника противостоять стресс-факторам труда. Установлена степень значимости каждой из психологических детерминант, определяющих способность сотрудников службы психологической поддержки онкобольных стрессогенным факторам профессиональной деятельности. Определены основные направления и средства развития психологических детерминант стрессоустойчивости у сотрудников.

**Abstract.** In the article psychological components that determine the stress-resistance of employees providing psychological support to oncology patients are considered. A direct positive relationship between the general indicator of stress resistance and psychological components that determine the employee's ability to resist stress factors of labor has been identified. The degree of significance of each of the psychological determinants determining the ability of employees of the psychological support service for oncology patients to stressful factors of professional activity is established. The main directions and means of development of psychological determinants of stress-resistance in employees have been determined.

**Ключевые слова:** стрессоустойчивость, психологическая поддержка онкобольным, психологические компоненты, сотрудники службы психологической поддержки онкобольных.

**Key words:** stress-resistance, psychological support to oncology patients, psychological components, employees of the psychological support service for oncology patients.

**Введение в проблему.** В отечественной системе здравоохранения, связанной с онкозаболеваниями до сих пор отсутствуют структуры и подразделения на государственном уровне, оказывающих психологическую помощь и поддержку онкобольным.

Зарубежный опыт применения на практике таких служб показывает действенную помощь таким больным, поскольку у большинства онкологических пациентов возникают коморбидные расстройства: тревога, панические расстройства, депрессия. Такие расстройства требуют квалифицированной психологической помощи. Результаты психологических исследований показывают, что получение на ранних этапах комплексной психологической помощи по телефонам доверия позволило 62% больных восстановить здоровье в короткие сроки, психологическое мотивирование позволило 57% онкобольным преодолеть страх заболевания и на начальных стадиях обратиться за медицинской помощью [13, с. 2-6].

В нормативных документах Министерства здравоохранения РФ определен порядок организации медицинской реабилитации, где наряду с медицинской помощью должна оказываться и психологическая поддержка онкобольных, однако она в основном сводится к восстановлению психофизиологических состояний, что является явно недостаточным для комплексного лечения больных [1].

Значительная часть онкобольных зная, или подозревая о своем диагнозе, не могут найти в себе душевные силы, чтобы сразу обратиться в медицинские учреждения за помощью, и нуждаются в психологической поддержке при принятии такого решения. Отсутствие прямого государственного заказа на психологическую помощь онкобольным повлекло за собой широкое самоорганизующееся волонтерское движение, целью которого является психологическая поддержка и сопровождение больных с онкозаболеваниями. Эту миссию на себя взяли некоммерческие организации, например, Проект «Содействие», Служба «Ясное утро», «Благотворительный Фонд К. Хабенского» и др.

На сегодняшний день ряды добровольных помощников-психологов, действующих в таких организациях, и оказывающих психологическую помощь онкобольным не только по телефонам доверия, но непосредственно работающих с людьми, имеющими онкозаболевания, насчитывает более 2000 человек. Однако работа с такой специфической категорией людей, у которых ярко выражен страх смерти, безысходность, отчаяние, граничащее с суицидальными намерениями, вызывают стрессовые состояния у сотрудников службы психологической поддержки онкобольных. Высокая стрессовая нагрузка, которая возникает в ходе общения с онкобольными, часто ведет к уходу с данного вида деятельности многих сотрудников. Только по этой причине в 2015 г. уволилось 43% сотрудников службы психологической поддержки онкобольных [12, с. 78-84]. Исходя из этого, одной из основных задач подготовки заключается формирование стрессоустойчивости у сотрудников службы психологической поддержки онкобольных.

Приведенные статистические показатели, сравнение положения дел с оказанием психологической помощи онкобольным в различных странах свидетельствуют о наличии социальной проблемы, связанной с профессиональной деятельностью сотрудников службы психологической поддержки, успешность деятельности которых обусловлена стрессоустойчивостью, придают ее изучению особую значимость.

Современная система подготовки психологов различных уровней высшего профессионального образования опирается на традиционные формы обучения, которые в основном связаны формированием у студентов компетенций, востребованных практикой оказания психологической помощи гражданам. Однако анализ обязательных требований к образованию психологов по направлениям подготовки «Психологическое консультирование», «Клинико-психологическое консультирование и основы психотерапии», показал наличие «белых пятен» в подготовке специалистов такого профиля.

В федеральных государственных образовательных стандартах высшего образования по указанным направлениям подготовки существуют профессиональные компетенции, которые косвенно предполагают наличие у будущих специалистов консультационного способностей противостоять стрессогенным условиям труда: а) адаптация к новым ситуациям (ОК-7); б) умение применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (ПК-11); коррекции психологических свойств и состояний (ПК-17).

Следует отметить, что выделенные компетенции по своему содержанию предполагают уже реакции-следствие на негативные условия профессиональной деятельности, тогда как оценка раздражителя, распознавание собственных эмоций и настроений клиента остается за рамками знаний, умений и навыков, развиваемых выделенными компетенциями.

Сосредоточение внимания и усилий на приобретение необходимых профессиональных компетенций, определяющих адаптацию к условиям труда, использование различные психотехнологий, обеспечивающих регуляцию психологических состояний, не учитывает

психологический потенциал психолога, способствующего эффективно противостоять стресс-факторам профессии, т.е. потенциал стрессоустойчивости. Данный потенциал представляет собой субъектную основу качественного выполнения профессиональных обязанностей [10, с. 78-84].

В повседневной работе психолога-консультанта возникают трудные ситуации при общении с пациентами и их родственниками, которые в силу различных обстоятельств не всегда носят конструктивный характер и создают стрессовые ситуации. Их преодоление, качественное выполнение профессиональных обязанностей в таких условиях требует активизации собственных психологических ресурсов, которые в своей совокупности определяют стрессоустойчивость консультанта.

**Краткий обзор литературы.** Теоретический анализ многочисленных исследований проблемы стрессоустойчивости позволил выделить базовые психологические характеристики, определяющие способность противостоять стрессовым ситуациям труда, являются: а) способность переносить значительные интеллектуальные, эмоциональные нагрузки, обусловленные сложностью в общении с онкобольными (психофизиологический компонент) [4, 8, 9]; б) стремление к достижению значимых результатов в деятельности (мотивационный компонент) [5, 11]; в) понимание и контроль собственных эмоций, а также эмоций реципиента (эмоциональный компонент) [2, 7]; г) *умение обобщать и анализировать* информацию, когнитивная гибкость, способность к реализации профессиональных действий в рамках существующих норм, склонность к позитивным контактам и общению (практико-ориентированный компонент) [3, 6]. Выделение компонентов стрессоустойчивости позволило определить не только структуру изучаемого феномена, но и уточнить функции, которые они выполняют (таблица 1).

Таблица 1 – Структура психологических условий формирования стрессоустойчивости личности

№	Структурные компоненты	Функции структурных компонентов
1	Психофизиологический	Сохранять устойчивость психических и психомоторных процессов в условиях эмоциональных воздействий, умение выдерживать эмоциональные нагрузки, обусловленные общением с пациентами и их родственниками
2	Мотивационный	Трудовая активность, стремления к профессиональной деятельности
3	Эмоциональный	Обеспечивает понимание своих эмоций и эмоций, страдающих онкозаболеваниями
4	Практико-ориентированный	Бесконфликтного общения с пациентами и их родственниками, обеспечивают выбор стратегий поведения позволяющих эффективно противостоять стресс-факторам профессиональной деятельности

Выделенные компоненты обуславливают психологические условия формирования стрессоустойчивости сотрудников службы поддержки онкобольных и оказывает влияние на качество выполнения профессиональных обязанностей. Сложность и многофакторность исследуемого феномена востребовало необходимость определить рейтинговые места психологических компонентов определяющих способность сотрудников службы психологической поддержки онкобольных противостоять стресс-факторам труда.

Содержательный анализ научных подходов в исследовании способности противостоять стрессогенным условиям труда позволяет рассматривать *стрессоустойчивость сотрудников службы психологической поддержки* как иерархическое образование, обеспе-

чивающее активное и устойчивое сопротивление негативным условиям общения с реципиентами, обусловленное компонентами потенциала стрессоустойчивости личности (психофизиологическим, мотивационным, эмоциональным, практико-ориентированным), определяющими тенденцию эффективно выполнять профессиональную деятельность по оказанию психологической помощи людям, имеющим онкозаболевания.

**Теоретическая гипотеза.** Стрессоустойчивость сотрудников службы психологической поддержки онкобольных обусловлена психологическими и психофизиологическим компонентами, которые имеют определенную иерархию в структуре способности сопротивляться стресс-факторам профессиональной деятельности: а) практико-ориентированный компонент; б) эмоциональный компонент; в) мотивационный компонент; г) психофизиологический компонент.

**Цель исследования.** Определить наличие взаимосвязи между общим показателем стрессоустойчивости и ее структурными компонентами, обосновать значимость учета способности противостоять стресс-факторам труда при проведении профессионально-психологического отбора сотрудников для службы психологической поддержки онкобольных.

**Методики исследования.** Первичная информация была собрана при помощи психодиагностических методов: тест самооценки стрессоустойчивости (С.Коухена и Г. Виллиансона); тест диагностики личности на мотивацию достижения успеха и избегания неудач (Т.Элерс); методика «Опросник эмоционального интеллекта» (Д.В. Люсин); методика определения практико-ориентированного компонента – методика диагностики самоактуализации личности (А.В. Лазукин); оценка нервно-психологической устойчивости (Прогноз-2); опросник оценки результативности профессиональной деятельности. Опросник оценки результативности профессиональной деятельности сотрудников службы психологической поддержки онкобольных состоял из дихотомических шкал, которые были представлены противоположными утверждениями.

Шкалы имели пять градаций (1 балл означал минимальное выражение свойства, 5 – максимальное). Процедура опроса представляет собой совокупность самооценки и оценки руководителем результативности труда сотрудником с последующим расчетом среднего значения по опроснику.

Для реализации целей и задач психологического исследования была обоснована выборочная совокупность испытуемых. Выборка была построена по принципу отбора естественных групп, в ходе которой было отобрано 108 сотрудников службы психологической поддержки онкобольных. Средний возраст участников обследования составил 28,5 лет. Опыт работы в данном виде деятельности – 2,5 года. Неоднородность группы сотрудников службы психологической поддержки онкобольных по своему составу позволило провести квотную выборку респондентов. Выборочная совокупность состояла из двух групп: а) волонтеры (сотрудники-психологи работающих на горячей линии психологической помощи в call-центрах – 78 человек); б) руководители групп (психологи-специалисты, работающие с группами онкобольных – 30 человек). По половому признаку испытуемые женского пола составили 63%, мужчины – 37%.

Объективные показатели, так средний возраст, стаж работы в занимаемой должности позволяют сделать выводы о том, что в психологическом исследовании участвовали сотрудники, которые имеют определенный хороший опыт труда в данном виде деятельности. Качество выборочной совокупности дает возможность сделать вывод о ее репрезентативности.

**Результаты и их обсуждение.** Одномерное распределение уровней стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных свидетельствует о том, что у большей части психологов сформирован средний уровень стрессоустойчивости – 56% (рисунок 1).

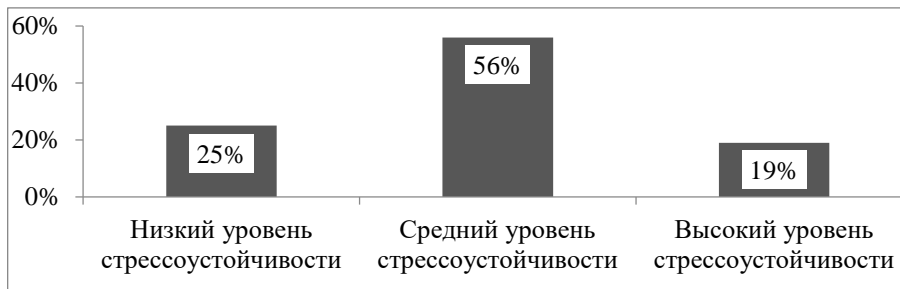


Рисунок 1 – Распределение уровней стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных (в%)

Этим сотрудникам свойственна умеренная внутренняя активность, направленная на противостояние стресс-факторам профессиональной деятельности.

Сотрудники службы психологической поддержки онкобольных, у которых выраженность стрессоустойчивости позволяет отнести их к высокому уровню, по численности составляет минимальный кластер (19%). Для данных сотрудников характерно успешно преодолевать негативные условия в труде.

Группа сотрудников службы психологической поддержки онкобольных, у которой выраженность стрессоустойчивости соответствует низкому уровню (25%) испытывает серьезные затруднения сопротивляться стрессогенным условиям труда

Количество сотрудников, у которых выраженность стрессоустойчивости соответствует низкому уровню, подтверждает актуальность изучаемой проблемы. Полученные данные свидетельствуют о том, что каждый четвертый сотрудник испытывает серьезные проблемы в противостоянии стрессогенным ситуациям в профессиональной деятельности из-за слабо развитого психологического ресурса.

Применение корреляционного анализа позволило выявить наличие взаимосвязи между результативностью деятельности сотрудников службы психологической поддержки онкобольных и уровнем сформированности у них стрессоустойчивости ( $r = 0,78$ ). Данная взаимосвязь подчеркивает важность исследования проблем стрессоустойчивости сотрудников, как базового качества результативности труда по оказанию помощи онкобольным.

Следует отметить, что между общим показателем стрессоустойчивости и его выделенными компонентами существует достаточно сильная положительная взаимосвязь. Это свидетельствует о значимой интегральной обусловленности выделенных в ходе теоретического анализа внутренних условий, определяющих способность сотрудника службы психологической поддержки онкобольных сопротивляться стресс-факторам профессиональной деятельности.

Первым по степени значимости корреляционной взаимосвязи является практико-ориентированный компонент –  $r = 0,71$  (рисунок 2).

Высокое значение взаимосвязи обусловлено тем, что профессиональные знания умения, навыки могут достаточно эффективно компенсировать неразвитость остальных детерминант стрессоустойчивости, поскольку обеспечивает, пусть даже на посредственном уровне, оказание психологической поддержки онкобольным.

Гибкость мыслительных процессов, умение сотрудником принимать самостоятельно решения в нестандартных ситуациях общения с онкобольным или его родственниками обеспечивает эффективность в решении профессиональных задач. При оказании помощи, психологи ориентированы как на собственные силы, так и на помощь коллег, предпочитают действия, выходящие за рамки принятых шаблонов и автоматизмов.

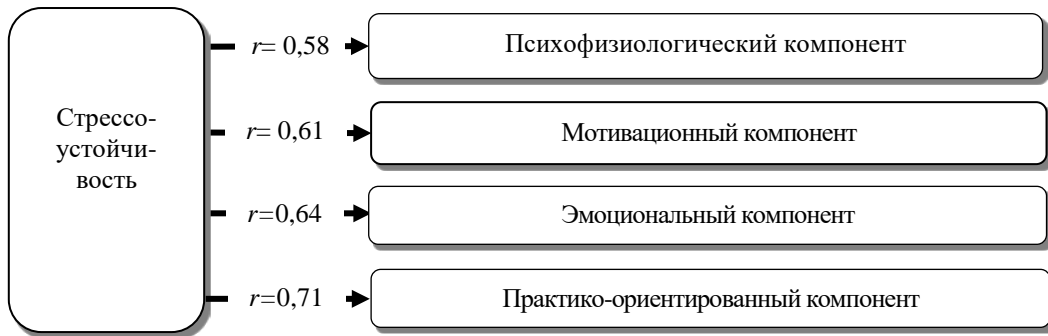


Рисунок 2 – Распределение корреляционных плеяд между психологическими, психофизиологическим компонентами и стрессоустойчивостью сотрудников службы психологической поддержки онкобольных

Опора в своих профессиональных действиях и операциях на такие формы поведения как доброжелательность и контактность позволяет снизить накал агрессивных и деструктивных форм общения с пациентами и их родственниками.

Второе место по степени значимости занимает взаимосвязь между эмоциональным компонентом и стрессоустойчивостью сотрудников службы психологической поддержки онкобольных –  $r = 0,64$ .

Значительный числовой показатель корреляционной взаимосвязи между изучаемыми признаками не случаен, поскольку умение распознавать и понимать не только свои, но и чужие эмоциональные состояния (пациентов и их родственников), способность управлять собственными эмоциями и эмоциями больных является первым процессом, позволяющим оценить ситуацию и «запустить» механизмы реакции, которые определяются практико-ориентированным компонентом.

Признаки, определяющие эмоциональный компонент позволяют сотруднику службы психологической поддержки онкобольных, общаясь с клиентом хорошо понимать чувства собеседника. Осознание другого, не прибегая к помощи рационального анализа, а посредством личностных ощущений позволяет моделировать действия пациента и выбрать адекватные стратегии поведения, успешно противостоять стрессу.

Для сотрудников, оказывающих психологическую поддержку онкобольным важно иметь способность неосознанно «отражать» эмоции другого человек, для понимания своих эмоциональных состояний и на этой основе выстраивать линию взаимодействия с ним, чтобы минимизировать ситуации, связанные с межличностными недоразумениями и конфликтами.

Данная взаимосвязь находит свое подтверждение в ранее выявленных закономерностях, которые свидетельствуют о том, что определенные стрессовые ситуации на работе повышают эмоциональное возбуждение сотрудников и оптимизируют профессиональную деятельность, а избыток или недостаток эмоций, обусловленных стресс-факторами, влечет за собой снижение производительности труда [14].

Достаточно сильная взаимосвязь (выше среднего) наблюдается между общим показателем стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных и мотивационным компонентом ( $r = 0,61$ ). Наличие у сотрудников ориентиров в профессиональной деятельности, в первую очередь альтруистических (оказание помощи нуждающимся), активизирует самоотдачу, настойчивость действий для блага других, усиливает желание стать лучшим специалистом, стремление профессиональному совершенствованию. Исходя из этого, в системе компонентов потенциала стрессоустойчивости, мотивация на достижение успеха является важным элементом в структуре способности личности противостоять стресс-факторам труда.

Однако, необходимо отметить то обстоятельство, что ярко выраженное стремление к успеху в работе, желание добиться высоких результатов в труде, часто не позволяет сотрудникам объективно оценить обстановку и принять эффективное решение, т.к. гипермотивированность на достижение успеха в профессиональной деятельности достаточно часто приводит к увеличению ошибочных действий (закон Йеркса-Додсона) и может снижать эффективность противостояния стресс-факторам труда [14].

Необходимо подчеркнуть то обстоятельство, что исследуемая категория сотрудников в 80% случаев отмечала значимость достижения успехов именно в оказании поддержки онкобольным, а не карьерное продвижение в работе. То есть, ведущим аргументом прихода сотрудников в службу психологической поддержки онкобольных является не удовлетворение собственных материальных или карьерных амбиций, а оказание помощи людям, страдающим онкозаболеваниями. В этом они видят смысл своей работы и достижение успеха.

Четвертым, по степени выраженности коэффициента корреляции выступает нервно-психологический компонент ( $r = 0,58$ ), который представлен такой характеристикой, как нервно-психологическая устойчивость и относится к группе психофизиологических детерминант, определяющих стрессоустойчивость сотрудников службы психологической поддержки онкобольных.

Выраженность данного компонента дает возможность сотруднику быть мало восприимчивым к эмоциогенным факторам работы с онкобольными, контролировать и сдерживать возникающие астенические эмоции. Нервно-психологическая устойчивость позволяет сотруднику в процессе оказания психологической поддержки онкобольным сохранять эмоциональное равновесие, минимизировать тревожность, фрустрированность, страхи и пр.

Выделенный компонент выступает в качестве первоосновы регуляции психомоторных реакций человека на раздражители профессиональной среды. Однако высокие значения взаимосвязи других компонентов свидетельствует о том, что стрессоустойчивость можно развивать в процессе профессиональной деятельности. Это подтверждает правомерность выбранных методологических подходов, определяющих возможность формирования стрессоустойчивости у сотрудников службы психологической поддержки онкобольных, посредством развития психологических компонентов, определяющих способность человека противостоять негативным факторам профессиональной деятельности.

Взаимосвязь компонентов потенциала стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных подтверждает научное предположение исследования о том, что они представляют собой субъективную основу способности человека противостоять стрессогенным условиям профессиональной деятельности и тем самым создает хорошие предпосылки для успешного выполнения профессиональных обязанностей.

Следует отметить, что полученные числовые значения взаимосвязи исследуемых признаков в абсолютных значениях определяют определенную иерархию, все они значимо определяют способность человека противостоять стрессогенным условиям труда сотрудников службы психологической поддержки онкобольных, т.к. каждый из них превышает табличные значения на уровне статистической значимости ( $p < 0,01$ ).

Результаты корреляционного анализа компонентов стрессоустойчивости, позволили выстроить их (по числовому значению сопряженности) в определенную иерархию. «Практико-ориентированный» компонент в данной системе имеет самое большое числовое значение и, следовательно, определяет собой важную функциональную роль в общей структуре стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных.

Вторым, по значению коэффициента корреляции, является «эмоциональный» компонент, третьим «мотивационный», а четвертым – «психофизиологический».

Наличие определенного порядка выраженности компонентов, который обусловлен числовыми значениями коэффициентов корреляции, не снижает важности каждого из них

в формировании у сотрудников службы психологической поддержки онкобольных способности противостоять стресс-факторам профессиональной деятельности.

Обусловленность способности противостоять стресс-факторам профессиональной деятельности психологическими и психофизиологическими компонентами дает возможность включить данные элементы в общую модель стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных. Такая агрегация детерминант стрессоустойчивости методологически аргументирована, т.к. дает возможность определять причинно-следственные связи развития способности противостоять стрессогенным факторам труда, определяет направление диагностической и формирующе-коррекционной деятельности с изучаемой категорией психологов.

**Выводы и заключение.** Проведенное психологическое исследование позволяет сделать следующие выводы: а) наличие положительной взаимосвязи между стрессоустойчивостью и ее компонентами определяет необходимость развития психологических компонентов у сотрудников службы психологической поддержки в процессе выполнения профессиональных обязанностей, переподготовки и повышения квалификации; б) в системе аттестации волонтеров, при назначении на самостоятельную работу с онкобольными, следует учесть развитость выделенных компонентов у будущих кандидатов; в) в психокоррекционной работе по развитию стрессоустойчивости сотрудников службы психологической поддержки онкобольных необходимо учитывать рейтинговые места психологических компонентов, которые определяют уровень сформированности способности сопротивляться стрессогенным условиям профессиональной деятельности.

#### Литература:

1. Приказ Министерства здравоохранения РФ «О порядке организации медицинской реабилитации в Российской Федерации» № 1705н от 29 декабря 2012 г.
2. Бергис Т.А. Эмоциональный интеллект как фактор стрессоустойчивости сотрудников организации // Организация в современных социально-экономических условиях. – Тольятти: ТГУ, 2016. – С. 88-94.
3. Визитова С.Ю. Психологические особенности стрессоустойчивости педагога и пути ее повышения. Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – Елец, 2012. – 24 с.
4. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. – М.: Академический Проект, 2009. – 943 с.
5. Котельникова И.А. Развитие мотивации достижения успеха как фактор стрессоустойчивости личности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 30. С. 16–20.
6. Орлов Ю.М. Саногенное мышление / Сост. А.В. Ребенок, О.Ю. Орлова. Серия: Управление поведением, кн.2. – М.: Слайдинг, 2006. – 96 с.;
7. Плужников И.В. Эмоциональный интеллект при аффективных расстройствах. Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. – М.: Гос. науч. центр соц. и судеб. психиатрии им. В.П. Сербского МЗ РФ, 2010. – 34 с.
8. Семизоров Е.А. Проблема стресса и психофизиологическое обеспечение стрессоустойчивости // Агротехнологическая политика России. 2014, №11, с. 69-72.
9. Смирнова Н.Н. Психофизиологическая характеристика стрессоустойчивости специалистов экстремального профиля служебной деятельности. Дисс. ... кандидата биологических наук: 19.00.02. – Архангельск, 2013. – 136 с.
10. Сыромятников И.В. Психология профессиональной субъектности офицеров Вооруженных Сил Российской Федерации: Монография. – М.: ВУ, 2007. – 215 с.
11. Церковский А.Л. Стрессоустойчивость студентов и мотивация достижения успеха // Вестник Витебского государственного медицинского университета. 2012. Т. 11. №4. С. 107-112.
12. Штерн Л. Организация профессиональной добровольческой работы в онкологическом пространстве. Сборник тезисов VII Всероссийского съезда онкопсихологов. Москва, 2015. С. 78-84.
13. Life after cancer: survivorship by the numbers. <http://www.pinterest.com/pin/30891947419313292>. AMS. Infographics. 2016.



14. Yerkes R., Dodson J. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation // *J. Comp. Neurol. Psychol.* 1908, N 18, p. 459-482.

**References:**

1. Prikaz Ministerstva zdravookhraneniya RF «O poryadke organizatsii meditsinskoi reabilitatsii v Rossiiskoi Federatsii» № 1705n ot 29 dekabrya 2012 g. [Order of the Ministry of Health of the Russian Federation "On the order of organization of medical rehabilitation in the Russian Federation" No. 1705n dated December 29, 2012].

2. Bergis T.A. Emotsional'nyi intellekt kak faktor stressoustoichivosti sotrud-nikov organizatsii [Emotional intelligence as a factor of stress resistance of employees of the organization]. *Organizatsiya v sovremennykh sotsial'no-ekonomicheskikh usloviyakh* [Organization in modern socio-economic conditions]. Tolyatti: TGU Publ., 2016, pp. 88-94.

3. Vizitova S.Yu. Psikhologicheskie osobennosti stressoustoichivosti pedagoga i puti ee povysheniya. Avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk [Psychological peculiarities of the teacher's stress resistance and ways to improve it. Ph. D. (Psychology) Thesis]. Elets, 2012, 24 p.

4. Kitaev-Smyk L.A. *Psikhologiya stressa. Psikhologicheskaya antropologiya stressa* [Psychology of stress. Psychological anthropology of stress]. Moscow, Akademicheskii Proekt Publ., 2009, 943 p.

5. Kotelnikova I.A. [Development of the motivation to achieve success as a factor of individual stress resistance]. *Kontsept*, 2014, Vol. 30, pp. 16–20. (In Russ.).

6. Orlov Yu.M. *Sanogennoe myshlenie* [Sanogenic thinking]. In A.V. Rebenok, O.Yu. Orlova (eds.). Series: Behavior Management, book 2. Moscow, Slaiding Publ., 2006, 96 p.

7. Pluzhnikov I.V. Emotsional'nyi intellekt pri affektivnykh rasstroistvakh. Avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk [Emotional intelligence in affective disorders. Ph. D. (Psychology) Thesis] Moscow, 2010, 34 p.

8. Semizorov E.A. [The problem of stress and psychophysiological support of stress resistance]. *Agroprodovol'stvennaya politika Rossii*, 2014, no. 11, pp. 69-72. (In Russ.).

9. Smirnova N.N. Psikhofiziologicheskaya kharakteristika stressoustoichivosti spe-tzialistov ekstremal'nogo profilya sluzhebnoi deyatel'nosti. Diss. ... kandidata biologicheskikh nauk [Psychophysiological characteristics of the stress-resistance of specialists in the extreme profile of official activity. Diss. cand. biological sciences]. Arkhangelsk, 2013, 136 p.

10. Syromyatnikov I.V. *Psikhologiya professional'noi sub"ektnosti ofitserov Vo-oruzhennykh Sil Rossiiskoi Federatsii* [Psychology of professional subjectivity of officers of the Armed Forces of the Russian Federation]. Moscow, VU Publ., 2007, 215 p.

11. Tserkovskii A.L. [Stress-resistance of students and motivation to achieve success]. *Vestnik Vitebskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta*, 2012, Vol. 11, no. 4, pp. 107-112.

12. Shtern L. Organizatsiya professional'noi dobrovol'cheskoi raboty v onkologicheskom prostanstve. Sbornik tezisov VII Vserossiiskogo s"ezda onkopsikhologov [Organization of professional volunteer work in oncological space. Proceedings of the VII All-Russian Congress of Oncologists]. Moscow, 2015, pp. 78-84.

13. Life after cancer: survivorship by the numbers. <http://www.pinterest.com/pin/30891947419313292>. AMS. Infographics. 2016.

14. Yerkes R., Dodson J. The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *J. Comp. Neurol. Psychol.* 1908, no. 18, p. 459-482.