Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/80699>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Психология труда

Введение 3

Глава 1. Теоретический анализ особенностей переживания стресса 6

1.1. Природа стресса и его физиологические механизмы 6

1.2. Понятие профессионального стресса 20

1.3. Гендерные особенности проявления стресса 30

Глава 2. Организация исследования гендерных особенностей переживания стресса у работников ОАО «Северо-Западное пароходство» 40

2.1. Материалы исследования 40

2.2. Методы исследования 44

Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение 47

3.1 Анализ результатов исследования 47

3.2 Статистический анализ гендерных различий переживания стресса работников ОАО «Северо-Западное пароходство» 52

3.3 Разработка программы профилактики стрессовых состояний 55

Выводы и рекомендации 73

Заключение 77

Список литературы 80

Приложения. 85

Введение

Проблема исследования стресса не является новой для психологической науки, но при этом актуальность ее не меняется, даже более того, с увеличением темпа жизни, возрастающих требований к работнику, увеличения объемов работы, отчетности и прочего, современный человек все более подвержен стрессовым состояниям, что, в свою очередь, влияет на общее состояние организма, на эффективность работы, ее качество и результат. Безусловно, невозможно представить жизнь современного человека полностью без стрессов и стрессовых нагрузок, однако, снижение напряжения является необходимым для повышения эффективности труда.

Стресс – это феномен, которым страдают люди разных профессий, возрастов, сформированных ценностей и установок. В результате стрессовых состояний, а тем более, частых или длительных стрессов, у людей развиваются различные психосоматические аспекты – общее недомогание организма, проблемы сна, синдром хронической усталости, чувство одиночества, ненужности, повышенная тревожность, субъективное ощущение неблагополучия, повышенная агрессивность и конфликтность, злоупотребление психотропными средствами и т.п.

Актуальность исследования состоит в том, что модели гендерной социализации, которые являются общепринятыми в обществе и базирующихся на распространенных гендерных стереотипах, представлениях каким должен быть «настоящий мужчина», или «настоящая женщина», существенно влияют на формирование социальной идентичности молодого поколения. Гендер, или гендерная составляющая, при этом является обязательным компонентом социальной идентичности. Однако в настоящее время гендерные особенности во взрослом возрасте изучены недостаточно, несмотря на то, что процесс формирования социальных установок, и в том числе гендерных установок, описан в рамках различных теоретических подходов.

Однако открытым является вопрос гендерного аспекта переживания стресса, возникающего в ответ на так называемый профессиональный стресс. С каждым днем перечень профессий экстремального профиля деятельности, где себя в качестве специалиста может реализовать женщина, становится все больше. Растет число женщин и в «чисто мужских» профессиях, которые считаются рискоопасными и стрессогенным. Выбирая такую профессиональную деятельность, женщина должна осознавать степень ее

сложности и особенности влияния профессиональных стресс-факторов на личность. Следовательно, можно предположить, что в такой момент формируется готовность женщины к деятельности в условиях повышенной сложности, готовность к воздействию стресс-факторов, к нервно-психическим перегрузкам. В настоящее время проблема преодоления стрессовых ситуаций и различных личностных ресурсов человека, которые способствуют этому, активно освещается в научной литературе. Совладающее поведение (копинг), жизнестойкость, адаптивный потенциал, нервно-психическая устойчивость и аналогичные феномены прочно стали предметом изучения современной психологии.

Тем не менее, изучение совладающего поведения в основном касается зрелого возраста и профессиональных особенностей представителей различных профессий. Таким образом, актуальность темы исследования обусловлена необходимостью комплексного анализа проблемы преодоления личностью трудных жизненных ситуаций; недостаточной теоретической изученностью факторов, оптимизирующих этот процесс.

Проблема исследования заключается в том, что, несмотря на то, что в науке достаточно изучены особенности протекания эмоциональных процессов, сопровождающих стресс, нивелирование деструктивных эмоциональных реакций и неблагоприятных последствий с целью сохранения здоровья работников и обеспечения безопасности труда все еще остается актуальной проблемой на многих отечественных предприятиях.

Методологической основой исследования явились работы по психологии стресса (Г. Селье [33], Л.А. Китаев-Смык [20], Ю. В. Щербатых [43; 33] и др.), стрессоустойчивости (Г. Селье [34], И.А. Усатов [40]), профессиональному выгоранию (В.В. Бойко [6]).

Объект исследования – стресс и его гендерные особенности переживания.

Предмет исследования – гендерные различия в особенностях переживания стресса сотрудников ОАО «Северо-Западное пароходство».

Цель исследования – изучить гендерные особенности переживания стресса сотрудников ОАО «Северо-Западное пароходство».

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ особенностей переживания стресса.
2. Провести исследование особенностей переживания стресса сотрудников ОАО «Северо-Западное пароходство».
3. Разработать программу профилактики стрессовых состояний сотрудников ОАО «Северо-Западное пароходство».

Гипотеза исследования. В качестве гипотезы исследования выступало предположение о наличии гендерно обусловленных особенностей переживания стресса у сотрудников ОАО «Северо-Западное пароходство», в частности, в уровне профессионального и организационного стресса, а также эмоционального выгорания.

Методы исследования: теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы по проблемам эмоционального выгорания, психологическое тестирование (методика «Оценка профессионального стресса» Р.С. Вайсмана, опросник на выгорание (MBI), шкала организационного стресса Мак-Лина), методы математической статистики (U-критерий Манна-Уитни).

Практическая значимость. В практическом отношении результаты работы могут быть использованы психологами-консультантами для предупреждения развития стрессовых состояний в профессиональной среде; в программах обучения студентов ВУЗов.

Глава 1. Теоретический анализ особенностей переживания стресса

1.1. Природа стресса и его физиологические механизмы

Слово «стресс» на сегодняшний день является одним из наиболее часто используемых не только в медико-биологических науках, но и вне их, в том числе часто употребляется в бытовых разговорах. Нет такого человека, который бы не использовал сегодня это понятие: стрессом пытаются объяснить множество явлений. Стресс вошел в учебники, справочники, энциклопедии, словари и в ежедневный быт [8, с. 33]. Стресс возникает из любой ситуации или обстоятельств, требующих корректировки поведения. Любое изменение, хорошее или плохое, вызывает стресс, и независимо от того, является ли оно положительным или отрицательным изменением, психологическая реакция одинакова. Ощущение и восприятие стресса требует использования энергетических и защитных ресурсов нашего организма [7, с. 86].

Тысячелетиями приспособление человека к реальности происходило естественно, и все в его жизни было относительно понятным. Высокого положения закономерно достигал сильнейший, а более слабый даже не претендовал. Человек знал свое место среди людей и в жизни, и не хотел того, что считал в жизни невозможным. Это вносило стабильность в жизнь.

Однако с конца XIX века жизнь человека принципиально изменилось. Исчезли угрозы, к которым человек привыкал тысячелетиями; возникли угрозы, к которым он не имеет генетической программы защиты. Научно-техническая революция в короткие сроки резко изменила образ жизни человека, его бытовые условия. Согласно этому изменилась и адаптация (приспособление) к реальной жизни. Адаптация перестала зависеть от роста, физической силы и прочности костей. Приспособление человека к действительности стал в большей степени зависеть от его психологических возможностей [31, с. 22]. Демократизация современного общества, конституционные декларации открывают перед человеком неограниченные возможности, увеличивая тем самым число его желаний и стремлений. Современный человек стремится успеть, не отстать, достичь, добиться, превзойти самого себя, но нередко все усилия оказываются бесплодными.

Начиная с XIX века в психологии человека начали все больше проявляться такие негативные чувства, как чувство одиночества, общего неудовлетворенности своей жизнью, потеря смысла жизни, потеря равновесия, которая когда-то была присуща человеку. Человеческая психика оказалась не достаточно адаптированной к таким психологическим нагрузкам. Современные психологи утверждают, что две трети населения промышленно-развитых стран умирают от стрессов. Длительные физические и психологические нагрузки, превышающие нормы, приводят к нарушению функционирования отдельных органов и к серьезным болезням. Такие «болезни века», как инфаркт, гипертония, инсульт, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки; бронхиальная астма; ревматоидный артрит; нейродермит и другие являются конечным результатом послестрессовых нарушений в нервной деятельности [37, с. 69].

Впервые термин стресс появился в 1303 г. в стихах поэта Роберта Ман-Нинга: «... эта мука была манной небесной, которую Господь послал людям, пребывавшим в пустыне 40 зим и находились в большом стрессе» [26, с. 49].

Впервые понятие «стресс» определено 4 июля 1936 г., когда была опубликована статья Г. Селье «Синдром, вызванный различными разрушающими воздействиями». Исследования Селье позволили установить, что в патогенезе практически всех заболеваний различают: собственно повреждения и компенсаторно-приспособительные реакции организма на него. Именно с таких позиций он оценил комплекс изменений, вызванных стрессом, и позже назвал его «общим адаптационным синдромом» [33, с. 17]. Понятие «стресс» со временем стало более широким. Слово «стрессор» стало обозначать не только физическое, но и чисто психологическое воздействие, а слово «стресс» – реакцию не только на физически вредные воздействия, но и на любые события, вызывающие отрицательные эмоции.

Дальнейшее развитие учения о стрессе сопровождалось формулировкой новых концепций, теорий и моделей, которые отражают общие биологические, физиологические, психологические взгляды и тенденции на сущность данного состояния, причины его развития, механизмы регулирования, особенности проявления.

К числу основных теорий и моделей стресса можно отнести следующие:

1. Генетически-конституциональная теория, суть которой сводится к положению, что способность организма противостоять стрессу зависит от определенных защитных стратегий функционирования независимо от текущих обстоятельств. Исследование в данной области является попыткой установить связь между генетическим складом (генотипом) и некоторыми физическими характеристиками, которые могут снизить общую индивидуальную сопротивляемость стрессу.
2. Модель предрасположенности (diathesis) к стрессу – основана на эффектах взаимодействия наследственных и внешних факторов среды. Она допускает взаимное влияние факторов и неожиданных, сильных реакций напряжения [26, с. 33].
3. Психодинамическая модель, основанная на положениях теории З. Фрейда. В своей теории он описал два типа возникновения и проявления тревоги, беспокойства: а) сигнализирующая тревога возникает как реакция предчувствие реальной внешней опасности; б) травматическая тревога, которая развивается под воздействием бессознательного, внутреннего источника. Наиболее ярким примером причины возникновения данного типа тревоги является сдерживание сексуальных побуждений и агрессивных инстинктов [24, с. 70].

Для описания результирующих симптомов этого состояния З. Фрейд ввел термин «психопатия повседневной жизни». Психопатом в обыденной жизни называют вспыльчивую, конфликтную личность, с

которой трудно ужиться. Это действительно проявления психопатии, но всего лишь одного ее вида - так называемой эксплозивной психопатии.

4. Модель Н. G. Wolff. Согласно этой модели, автор рассматривал стресс как физиологическую реакцию на социально-психологические стимулы и установил зависимость этих реакций от природы аттитюдов (позиций, отношений), мотивов поведения индивида, определенности ситуации и отношения к ней [29, с. 40].

5. Междисциплинарная модель стресса. По мнению авторов, стресс возникает под влиянием стимулов, которые вызывают тревогу у большинства индивидов или отдельных их представителей и приводит к ряду физиологических, психологических и поведенческих реакций, в ряде случаев патологических, но возможно и приводят к более высоким уровням функционирования и новым возможностям регулирования поведения в стрессовых ситуациях.

6. Теории конфликтов. Несколько моделей стресса отражают взаимосвязь поведения субъектов в обществе и состояния напряжения в отношениях, которые сопровождают групповые процессы. Основные причины напряжения связаны с необходимостью членов общества подчиняться его социальным нормам [4, с. 27]. В теориях конфликта считается, что предупреждение стресса должно основываться на предоставлении членам общества благоприятных условий для развития и большой степени свободы в выборе жизненных установок и позиций. Теории конфликтов рассматривают также как причины стресса факторы устойчивости социальных отношений, распределения экономических благ и услуг в обществе, межличностное взаимодействие во властных структурах. Социальные аспекты лежат в основе и таких теорий стресса, как эволюционная теория социального развития общества, экологическая теория (роль социальных явлений в обществе), теория жизненных изменений (в семье, на работе и т. д.).

7. Модель D. Mechanik. Центральным элементом в этой модели, является понятие и механизмы адаптации, которая определена автором как способ, которым индивид борется с ситуацией, со своими чувствами, вызванными этой ситуацией, и которая имеет два проявления:

1) преодоление (coping) – борьба с ситуацией;

2) защита (defence) – борьба с чувствами, вызванными ситуацией. Преодоление, «овладение» ситуацией определяется целенаправленным поведением и способностями в принятии индивидами адекватных решений при встрече с жизненными задачами и требованиями.

8. Стресс как поведенческие реакции на социально-психологические стимулы. Модель физиологического стресса Г. Селье была модифицирована В. Р. Dohrenwend, который рассматривает стресс как состояние организма, в основе которого лежат как адаптивные, так и неадаптивные реакции. Автор под стрессовыми понимает прежде всего социальные по своей природе факторы – такие, например, такие, как экономические или семейные неудачи, то есть объективные события, которые разрушают или угрожают подорвать обычную жизнь индивида.

9. Системная модель стресса, которая отражает понимание процессов управление (поведения, адаптации и т. п.) на уровне системной саморегуляции и осуществляется путем сопоставления текущего состояния системы с его относительно стабильными нормативными значениями [26, с. 80].

10. Интеграционная модель стресса. Центральное место в модели занимает проблема, требующая от человека принятия решения. Понятие такой проблемы они определяют как проявление, влияние на человека стимулов или условий, требующих от нее превышения или ограничения обычного уровня деятельности. Возникновение проблемы сопровождается напряжением функций организма, – если проблема не решается, напряжение сохраняется или даже растет – развивается стресс. По мнению авторов, способности человека в решении проблем, возникающих перед ним, зависят от ряда факторов:

1) ресурсов человека – его общих возможностей по разрешению разных проблем,

2) личного энергетического потенциала, необходимого для решения конкретной проблемы,

3) происхождения проблемы, степени неожиданности ее возникновения,

4) наличия и адекватности психологической и физиологической установки на конкретную проблему,

5) типа выбранного реагирования – защитного или агрессивного.

Значение и учет этих факторов определяет выбор стратегии поведения для предотвращения стресса [11, с. 107].

11. Биологическая концепция поисковой активности В. Роттенберга представляет собой новую биологическую концепцию. Суть ее заключается в том, что поисковая активность, которая широко понимается, повышает устойчивость организма к стрессу и к различного рода вредным воздействиям, тогда как отказ от поиска является важной неспецифической предпосылкой к развитию многих заболеваний. В соответствии с этой концепции, активное поведение в условиях неопределенности (поисковое поведение) является важнейшим фактором соматического здоровья, предотвращает возникновение психосоматических

заболеваний и повышает устойчивость организма к стрессу. Напротив, отказ от поиска является неспецифической и универсальной предпосылкой к развитию самых разнообразных форм патологии. В этой концепции отмечается роль быстрого сна и сновидений в компенсации состояния отказа от поиска и восстановления поисковой активности [36, с. 70].

Таким образом, стресс (от англ. stress – давление, напряжение) – неспецифический ответ организма на любое изменение условий, которые требуют приспособления. В этом состоянии человек делает ошибки в распределении и переключении внимания; нарушается течение познавательных процессов, наблюдаются нарушения координации движений, неадекватные эмоциональные реакции, дезорганизация и торможение всей деятельности.

Стресс может быть как полезным, так и разрушительным. Он может способствовать мобилизации человека, повысить его адаптационные возможности в условиях дискомфорта и опасности (эустресс, конструктивный, полезный), а может и разрушить человека, резко снизить эффективность его работы и качество жизни (дистресс, деструктивный, разрушительный).

Существует три уровня стресса: острый стресс, эпизодический стресс и хронический стресс. Каждый уровень стресса имеет связанные эмоциональные и физиологические симптомы. Острый стресс возникает, когда на индивида возлагаются новые требования, давление и ожидания, и эти требования ставят уровень его возбуждения выше порога адаптивности. Эти требования могут быть в форме получения нереалистичных требований к работе, неожиданных встреч, которые мешают попыткам завершить работу, и других ситуаций, которые могут вызвать разочарование, но обычно длятся короткий период времени [36, с. 72].

Симптомы острого стресса включают в себя эмоциональные нарушения, такие как повышенная тревожность, беспокойство, разочарование и враждебность. При остром стрессе наблюдается четкое начало и смещение симптомов.

Эпизодический стресс включает в себя критерии острого стресса; однако стресс переживается чаще и последовательно в нескольких эпизодах. Человек, который испытывает эпизодический стресс, будет склонен проявлять агрессивность, низкую терпимость, нетерпение и чувство срочности. Наряду с симптомами, указанными в остром стрессе, люди, испытывающие эпизодический стресс, подвержены риску сердечных заболеваний, болей в груди, астмы, гипертонии и постоянных головных болей [1, с. 95].

Хронический стресс характеризуется накоплением стрессоров, которые сохраняются и являются давними. Хронический стресс связан с семейными проблемами, бедностью, длительными болезнями, а также трудовая нагрузка.

Выделяют различные виды стрессов, в обобщенном виде их можно классифицировать следующим образом:

- по продолжительности: острый и хронический;
- по влиянию на организм: деструктивный (дистресс) и конструктивный (эустресс).

Необходимо отметить, что небольшая доза стресса оказывает положительное влияние на нашу психику, возвращает человеку молодость и жизненные силы, оттачивает навыки преодолевать побочные эффекты неприятных ситуаций. Настоящая проблема заключается в разрушительных последствиях тех стрессов, которые называют дистрессами, разрушающими карьеру, отношения, здоровье, и жизнь человека. Таким образом, неспособность преодолевать повседневные стрессы являются главной причиной заболеваний.

- по объекту влияния: физиологический или психологический

1. Айвазян Т.А. Психорелаксация в лечении гипертонической болезни // Кардиология. – 2011. – № 2. – С. 95-99.
2. Александровский Ю. А. Социальные катаклизмы и психическое здоровье // Социологические исследования. – 2017. – № 4. – С. 99-104.
3. Андреев И. Л., Березанцев А. Ю. Взаимосвязь психического и соматического здоровья человека // Человек. – 2010. – № 2. – С. 135-142.
4. Березин Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация. - М.: Наука, 2018. – 67 с.
5. Березин Ф. Б., Барлас Т. В. Социально-психологическая адаптация при невротических и психосоматических расстройствах // Журн. невропатол. и психиатрии им. С. С. Корсакова. – 2014. - Т. 94. - № 6. -С. 38-43.
6. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rumagic.com>

7. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М. : ПЕР СЭ, 2016. – 528 с.
8. Васильюк Ф. Е., Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2001. - № 4. - С. 33.
9. Виткин, Дж. Мужчина и стресс : пер. с англ. / Дж. Виткин. - СПб.: Питер, 2016. - 212 с.
10. Вознесенская Т.Г. Эмоциональный стресс и профилактика его последствий / Т.Г. Вознесенская // Русский медицинский журнал. - 2016. - Т. 14. - № 9. - С. 694-697.
11. Гринберг Дж. С. Управление стрессом. – СПб. : Питер, 2002. – 496 с.
12. Гремлинг С., Ауэрбах С. Практикум по управлению стрессом. – СПб.: Питер, 2002. – 240 с.
13. Жариков Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости. - М.: Моск. кадровый центр, 2010. - 32 с.
14. Жуков Д.А. Биология поведения. – М.: Речь, 2007. – 442 с.
15. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб: Питер, 2012. – 544 с.
16. Ильин В.А. Использование психосоциального подхода для изучения социально-психологических процессов в современном обществе // Вопросы психологии. – 2007. – № 2. – С. 109-123.
17. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихологические расстройства у детей - СПб.: Речь, 2005. -400 с.
18. Каменюкин А. Г., Ковпак Д. В. Стресс-менеджмент – СПб: Питер, 2012. – 206 с.
19. Катунин А.П. Стрессоустойчивость как психологический феномен // Молодой ученый. – 2012. – № 9. – С. 243-246.
20. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. – М.: Наука, 2015. – 368 с.
21. Клецина И. С. Психология гендерных отношений: Теория и практика. – СПб.: Алетейя, 2014. – 408 с.
22. Кодекс корпоративного поведения ОАО «СЗП» - [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.nwship.com/investors/nwship/uchred-doc> – Дата обращения: 16.11.2019.
23. Котенева А.В. Личностные уровни и система жизнеобеспечения личности в стрессовых ситуациях // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2016. – Т. 22. – № 1. – С. 111-116.
24. Левченко Е.В., Кравцов И.С. Анализ понятия «тревога» в истории психологии// Специальное образование. - 2011. - № 2. - С. 69-75.
25. Леонова А. Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 11. - С. 2-16.
26. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: монография. – М.: Эксмо, 2016. – 960 с.
27. Московская М.С., Булыгина В.Г. Гендерные различия в восприятии стресса у работников следственных органов // Психология и право. – 2018. – Том 8. – № 3. – С. 97-110.
28. Панин Л. В., Соколов В. П. Психосоматические взаимоотношения при хроническом психоэмоциональном напряжении. Новосибирск: Наука, 2014. – 320 с.
29. Панин Л. В. Биохимические механизмы стресса. Новосибирск: Наука, 2017. – 140 с.
30. Каменюкин А. Г., Ковпак Д. В. Антистресс-тренинг – СПб.: Питер, 2004. – 192 с.
31. Пшенникова М.Г. Феномен стресса. Эмоциональный стресс и его роль в патологии //Патологическая физиология и экспериментальная терапия. – 2011. – №3. – С. 20-26.
32. Психология здоровья/под ред. Г. С. Никифорова. -СПб.: Питер, 2019. - 607 с.
33. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме. – М.: Медгиз, 1960. - 255 с.
34. Селье Г. Стресс без дистресса. – М: Прогресс, 1979. – 123 с.
35. Соколова Е.Д., Березин Ф.Б., Барлас Т.В. Эмоциональный стресс: психологические механизмы, клинические проявления, психотерапия// MateriaMedica. – 2014. – № 1(9). – С. 43-45.
36. Стресс. Адаптация. Репродуктивная система: монография / Н.А. Агаджанян, Д.И. Рыжаков, Т.Е. Потемина, И.В. Радыш ; Изд. организация Нижегородская государственная медицинская академия. – Н. Новгород: НижГМА, 2019. – 296 с.
37. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / РАН, Ин-т психологии ; под ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – М.: Ин-т психологии РАН, 2011. – 512 с.
38. Тодоров И. Н. Стресс, старение и их биохимическая коррекция / И. Н. Тодоров, Г. И. Тодоров; под ред. и с предисл. С. М. Алдошина. – М.: Наука, 2013. – 479 с.
39. Трошин В.Д. Стресс и стрессогенные расстройства: диагностика, лечение, профилактика - М: Медицинское информационное агентство, 2017. – 784 с.
40. Усатов И. А. Гендерные особенности стрессоустойчивости сотрудников ПАО «Ростелеком» // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 39. – С. 931-935.
41. Хохлова Т. П. Стресс-менеджмент и его роль в преодолении профессиональных деформаций персонала в

- условиях посткризисного развития // Менеджмент в России и за рубежом. – 2011. – № 2. – С. 123-129.
42. Шапарь В.Б. Словарь практического психолога. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2014. – 734 с.
43. Щербатых Ю. В. Психология стресса – М.: Эксмо, 2018. – 304 с.
44. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. – СПб.: Питер, 2017. – 256 с.
45. Эмоции человека в нормальных и стрессорных условиях / А.И.Яроцкий, Ф.П.Космолинский, А.К.Попов и др.; Под общ. ред. А.И.Яроцкого, И.А.Криволапчука. – Гродно: ГрГУ, 2015. – 494 с.
46. Яковлев Г. М. Резистентность, стресс, регуляция / Г. М. Яковлев, В.С. Новиков, В.Х. Хавинсон; отв. ред. В. И. Медведев. - СПб: Питер, 2009. – 238 с.
47. Gächter M., Savage D.A., Torgler B. Gender Variations of Physiological and Psychological Strain amongst Police Officers // Gend. Issues. – 2011. – Vol. 28. – P. 66-93.
48. Hong K., Bergquist K., Sinha R. Gender Differences in Response to Emotional Stress: An Assessment across Subjective, Behavioral and Physiological Domains and Relations to Alcohol Craving // Alcoholism: Clinical & Experimental Research. July 2008. – P. 12-16.
49. Jaramillo F., Nixon R., Sams D. The effect of law enforcement stress on organizational commitment // Policing: An International Journal of Police Strategies and Management. – 2005. – Vol. 28. – P. 321-336.
50. Kanter R.M. Men and women of the corporation. New York: Basic Books, 1977. – 368 p.
51. Nelson K.V., Smith A.P. Occupational stress, coping and mental health in Jamaican police officers // Occupational Medicine. – 2016. – Vol. 66 (6). – P. 488-491.
52. Slate R.N., Johnson W.W., Colbert S.S. Police stress: A structural model // Journal of Police and Criminal Psychology. – 2007. – Vol. 22. – P. 102-112.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/80699>