



Значення стресостійкості в підготовці та професійній діяльності експертних кадрів державних спеціалізованих установ

Юлія Сова

головний судовий експерт, Сумський науково-дослідний експертно-криміналістичний центр Міністерства внутрішніх справ України, м. Суми, Україна, e-mail: ddgulyi.co@gmail.com

Досліджено значення стресостійкості в підготовці та професійній діяльності експертних кадрів державних спеціалізованих установ. Наголошено, що здатність ефективно долати стресові ситуації — необхідна умова для забезпечення об'єктивності та надійності експертних висновків. Розглянуто особливості формування стресостійкості на етапі професійного навчання, а також її роль у подальшій практичній роботі експертів, яка характеризується високим рівнем відповідальності та психологічного навантаження.

Ключові слова: стресостійкість; підготовка кадрів; професійна діяльність; судовий експерт; спеціалізовані установи.

The Importance of Stress Resistance in the Training and Professional Activities of Expert Personnel of State Specialized Institutions

Yuliia Sova

The theses explore the importance of stress resistance in the training and professional activities of expert staff of state specialized institutions. It is emphasized that the ability to effectively overcome stressful situations is a necessary condition for ensuring the objectivity and reliability of expert conclusions. It is emphasized that the ability to effectively overcome stressful situations is a necessary condition for ensuring the objectivity and reliability of expert opinions.

Keywords: stress resistance; personnel training; professional activity; forensic expert; specialized institutions.

Стресостійкість є важливою характеристикою особистості, яка визначає її здатність ефективно функціонувати в умовах стресу, зберігаючи до того ж психічне та фізичне здоров'я. Ця якість набуває особливого значення в сучасному світі, де швидкі соціально-економічні зміни, інформаційне перевантаження та високі вимоги до адаптивності створюють постійні стресові ситуації.

У сучасній психології стрес розуміють як емоційний стан психічного на-

пруження, який виникає в людини під час її діяльності в найбільш складних і важких умовах як у повсякденному житті, так і за особливих обставин [1, с. 332]. Схожої думки дотримується колектив авторів Т. Поясок, О. Беспарточна, О. Квасник, В. Шаполова та визначає «стрес» як стан психічного напруження, що виникає в людини у процесі діяльності за найскладніших, важких умов як у повсякденному житті, так і в особливих ситуаціях [2, с. 73].



Л. Гачак-Величко вважає, що психологічна стресостійкість — це суттєва передумова цілеспрямованої діяльності, її регуляція, стійкість та ефективність [3, с. 76–77]. На думку О. Камінської, це прагнення особистості вирішувати проблемну ситуацію, засновану на її сприйнятті, як завдання, що перешкоджає застряганню в ній завдяки меншій емоційній включеності [4, с. 33].

Професійна діяльність судових експертів державних спеціалізованих установ відзначається високим рівнем відповідальності, психологічного навантаження та необхідністю прийняття рішень у стресових умовах.

Стресостійкість виступає однією з ключових професійно важливих якостей, що забезпечує точність, об'єктивність і надійність висновків експерта, а також зберігає ефективність діяльності в умовах інформаційного та емоційного тиску.

Формування стресостійкості необхідно розпочинати ще на етапі професійної підготовки експертних кадрів. Важливу роль у цьому відіграють спеціальні тренінги, розвиток навичок саморегуляції, психологічна підтримка та застосування сучасних освітніх методик.

У професійній діяльності експерти постійно стикаються з чинниками ризику: великий обсяг інформації, складність досліджень, часові обмеження, можливий тиск з боку учасників судового процесу. Уміння зберігати емоційну рівновагу та контролювати

власний стан є запорукою якісного виконання завдань.

Системна робота над розвитком стресостійкості сприяє не лише підвищенню професійної надійності та продуктивності експертів, а й забезпечує їхню психологічну безпеку, знижує ризик професійного вигорання.

Отже, стресостійкість є необхідною умовою ефективної підготовки та професійної діяльності судових експертів. Вона має формуватися комплексно: через навчальні програми, психологічний супровід та практичний досвід, що дасть змогу підвищити якість роботи державних спеціалізованих установ.

Перелік джерел посилання

1. Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ, 2008. 416 с. URL: <https://pedcollege.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/03/partiko-zag-psih.pdf> (дата звернення: 12.09.2025).
2. Загальна психологія: навч. посіб. / Т. Б. Поясок, О. І. Беспарточна, О. В. Квасник, В. В. Шаполова. Харків, 2023. 396 с. URL: <https://surl.li/bdexpra> (дата звернення: 12.09.2025).
3. Гачак-Величко Л. А. Психологічні особливості стресостійкості у курсантів під час навчання у вищому військовому навчальному закладі. *Габітус*. 2022. № 41. С. 73–77. DOI: 10.32782/2663-5208 (дата звернення: 12.09.2025).
4. Камінська О. Психологічні особливості стресостійкості майбутніх психологів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. № 13 (58). С. 26–34. DOI: 10.31392/NPU-nc.series12.2021.13(58).03 (дата звернення: 12.09.2025).