

*Андрушко Я. С., кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри теоретичної та практичної психології  
НУ «Львівська Політехніка»  
<https://orcid.org/0000-0003-1741-8625>*

## ГЕНЕЗИС ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПРОВІДНОЇ ЕМОЦІЙНОЇ КОМПОНЕНТИ

*Життя сучасної людини постійно стає джерелом її переживань та тривоги. У статті проаналізовано теоретичний контекст дослідження тривоги у психоаналітичних, неопсихоаналітичних, гуманістичних та біхевіористичних підходах. На емпіричному рівні з'ясовано особливості вияву тривоги в працівників ризиконебезпечних професій. Нами засвідчено взаємозв'язок емоційного вигорання, депресії та тривоги у контексті роботи працівників рятувальної служби.*

**Ключові слова:** тривога; особистість; ризиконебезпечні професії; емоційне вигорання; афективна сфера особистості.

**Постановка проблеми.** Дослідження тривоги як психологічного феномену має давню історію. Зокрема періоди активних емпіричних пошуків замінялись періодами неактуалізації та повного забуття. Неодноразово впродовж ХХ століття дослідники вимірювали та визначали суть тривоги в особистісному діапазоні та клінічному аспекті. Однак тривога в сучасному розумінні еквівалентна її розумінню і трактуванням минулого століття, але збільшився список чинників, які можуть її провокувати.

Невідкладність проведення соціально-психологічних досліджень феномену тривожності особистості відзначають психологи, соціологи, психіатри, медичні працівники. Особливо загрозово це звучить для працівників ризиконебезпечних професій, оскільки велика кількість стресових ситуацій провокує активізацію тривожних симптомів у індивіда. Саме тому, працівнику у загрозових умовах праці варто підвищити загальний показник гармонізації, нормалізувати показник тривоги аби не зашкодити власному психічному здоров'ю. Не менший вплив тривога чинить на професійні успіхи та показник ефективності, адже тривога як базова емоційна компонента є складовою інтраіндивідуального розвитку особистості. В сучасних реаліях суспільства фактично стало нормою відчуття тривоги, страху, перенапруження тощо. А прагнення перфекціонізму та наявність діяльній зайнятості є підставою для особистісної та професійної самореалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Відомий український вчений Л. Бурлачук у психологічному довіднику зазначає, що тривожність виступає схильністю людини до переживання та тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення тривоги [1, с. 132].

Водночас Р. Немов розглядає тривожність у контексті особистісних властивостей, для яких притаманним є підвищення рівня занепокоєння, переживання тривоги та страху у різних нестандартних умовах та ситуація [7, с. 460].

Як індивідуальну властивість, якість та особливість трактує тривожність В. Давидов. Науковець підкреслює, що тривога може виявлятися у занепокоєнні, переживанні негативних думок та почуттів, страху тощо. Таке переживання може бути характерним і для ситуацій, які не містять небезпеки, негативних емоційних наслідків [за 9].

Американський екзистенціаліст Р. Мей резюмуючи погляди вчених на проблему тривожності стверджував, що фундаментальними конструктами тривожності особистості є: психологічна властивість; індивідуальна особливість індивіда; схильність особистості до переживання тривоги; стан високої напруги та занепокоєння [5].

У цьому контексті не можливо не згадати опонента екзистенційного напрямку З. Фрейда та одного з перших науковців, котрий займався дослідженням природи тривоги людини в психології. На думку вченого, тривога є домінуючим явищем для

прояснення психічного життя особистості. З. Фройд зауважував необхідність розмежування поняття «страх» та «тривога», оскільки тривога є реакцією на невідому (можливо безпідставну) небезпеку, а страх є реакцією на реальну небезпеку [11, с. 128-129].

Тривожність як реактивне або особистісне утворення характерна для всіх представників людського роду. В. Мерлін підкреслював емотивність тривожності, яка найчастіше здатна виявлятися в різних загрозливих ситуаціях [6]. В той же час американський психолог К. Ізард трактує тривожність як сукупність негативних емоцій, безпосередньо гніву, печалі та страху [3].

Ч. Спілбергер визначає тривогу як емоційний стан або реакцію, для якої важлива інтенсивність, мінливість, усвідомлені неприємні переживання, страхи, активація вегетативної нервової системи [10].

Ми схильні підтримувати думку більшості психологів, що вияв тривожності є природним та обов'язковим компонентом. Це можна назвати корисною тривоگوю, яка в кожного індивіда знаходиться на оптимальному рівні. Однак коли тривожність виражається на високому рівні, то це є свідченням переживанням особистістю небезпеки та загрози.

Тривога вважається природним відчуттям страху перед загрозою або небезпекою. Тривога мобілізує та активізує захисні структури особистості. Виокремлюють патологічні вияви тривоги, коли тривожність є неадекватно інтенсивною реакцією на певні обставини життя чи інтерперсональні прояви.

Тривога розповсюджується в особистості на декількох рівнях:

- фізіологічному (відреагування симпатичної нервової системи: прискорене серцебиття, розширення зіниць, блідість тощо);
- пізнавальному (думки про реальну чи уявну загрозу);
- емоційному (паніка, страх, жах);
- біхевіоральному (різні поведінкові реакції – від втечі до боротьби).

Як зауважує Н. Мак-Вільямс, при аналізі структури особистості необхідно акцентувати на наступних компонентах:

- 1) темперамент, драйв, афекти;

- 2) адаптація та захисні механізми Его;

- 3) патерни об'єктних стосунків, які сприяють розвитку конкретного типу характеру та в подальшому стають інтерналізованими та такими, що повторюються як скрипти;

- 4) переживання власного Я (саприйняття, самопереживання);

- 5) вияви інтерналізованих уявлень про себе та інших в переносі та контрпереносі та їхні взаємостосунки, які повторюються.

- 6) рекомендації до лікування;

- 7) засади для диференціації діагнозу. [4, с. 191]

Аби ідентифікувати первинну тривогу, яка є домінуючим симптомом невротичних розладів необхідно проаналізувати її основні форми, зокрема:

- фобічна – це ізольована тривога, яка виявляється у відповідь на подразник, має сильну інтенсивність прояву. Водночас тривога прагне уникнути дії будь-якого подразника, що несе загрозу та небезпеку. Найчастіше виявляється при різних фобіях;

- пароксизмальна або панічна тривога проявляється як миттєва реакція, епізодичного характеру, притаманна для панічних розладів особистості;

- генералізована тривога виявляється при загальному тривожному розладі особистості, за характером вияву інтенсивна та нав'язлива;

- тривога, яка характерна для соматоформних розладів особистості. Виявляється коли людина скаржиться на соматичні порушення, однак при медичному обстеженні такі скарги не підтверджуються;

- тривога, яка виникає у відповідь на стресову ситуацію. Зазвичай, це реакція на непередбачені ситуації, посттравматичні стресові розлади, розлади, які пов'язані з дезадаптацією тощо.

Натомість виокремлюють вторинну тривогу, яка за симптоматикою містить ознаки порушень психічних, соматичних розладів, а також може бути реакцією на вживання психоактивних та психотропних речовин.

У психологічній енциклопедії за редакцією О. Степанова тривога трактується як «...переживання людиною стану емоційного дискомфорту, зумовленого очікуванням несприятливого розвитку подій або передчуттям можливої небезпеки...» [8, с. 367]. Тривога розуміється як переживання

неконкретної та невизначеної загрози, що викликає спектр негативних відчуттів.

Психологічна наука підкреслює, що тривога як стан виражається в напруженості, нервозності, страх невдачі тощо. Зменшити силу вияву тривоги можна декількома способами. Зокрема, за допомогою психологічних релаксаційних технік (медитація, аутогенне тренування тощо), активній цілеспрямованій діяльності людини або при дії неусвідомлених механізмів захисту (витіснення, заперечення тощо).

Ми схильні розуміти тривогу як емоційну реакцію особистості на не завжди невизначений подразник. Характеризується невмотивованим неспокоєм, внутрішньою напругою, страхом та відчуттям неспокою. Таким чином, тривожність виступає провідною компонентою в структурі особистості. Вона може виражатися на особистісному та ситуативному рівні.

Психологи з Пенсільванського університету Елізабет Рьомер і Томас Борковц вказують на те, що тривожні думки в мозку особистості схильні безперервно рухатися: одна тривожна думка замінюється наступною і так по колу. Вчені займалися вивченням хвилюванням, яке є основою тривоги. Ця тематика постає в контексті невротичної проблеми аж до наукової [2].

**Мета дослідження** полягає в теоретико-емпіричному дослідженні показників тривожності в працівників ризиконебезпечних професій.

**Методи дослідження.** Для реалізації мети дослідження було проведено емпіричне дослідження працівників аварійно-рятувальної служби м. Львова. Перша група досліджуваних складала 50 опитантів, це особи зі стажем роботи від 15 до 18 років. Друга група респондентів також 50 осіб зі стажем роботи в цій сфері 5-7 років. Середній вік респондентів 40 років. У процесі дослідження використовувалися такі методики: 1) шкала тривожності Ч. Спілбергера. Опитувальник складається з 40 тверджень, 20 висловів дозволяють визначити рівень ситуативної тривожності, а решта 20 – дозволяє оцінити рівень особистісної тривожності. Для інтерпретації використовуємо наступні дані: до 30 балів –

низька тривога, 31-44 помірна тривога, 45 і більше – висока тривога; 2) 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела. Р. Кеттел у 1950 році опублікував 16-факторний особистісний опитувальник (у нашому дослідженні форма С). Ми використовували форму С, яка містить 105 запитань. Дослідження триває приблизно 1 годину; 3) методика діагностики рівня емоційного вигорання В. Бойко. Стимульний матеріал у вигляді тверджень містить 84 питання. За допомогою цієї методики можна визначити на якій стадії розвитку емоційного вигорання перебуває людина, а саме: напруга, резистенція та виснаження; 4) шкала депресії А. Бека.

### Виклад основного матеріалу.

Тенденції емпіричних досліджень засвідчують вагомість якісного та кількісного підходу в аналізі результатів. Зокрема встановлено, що в працівників зі стажем роботи 5-7 років менше виявляються симптоми емоційного вигорання, ніж у рятувальників, зі стажем 15-18 років. Такий результат є закономірним, оскільки дається взнаки втоми, роки діяльності, емоційна та професійна виснаженість тощо. Зокрема емоційне вигорання працівників рятувальної служби виявляється у наступних характеристиках:

1. Усвідомлення відповідальності за свої дії, за життя людей, які потребують допомоги, потерпілих тощо. Відчуття тривоги, страху, зважаючи на ризиконебезпечні та нестабільні умови діяльності. Відчуття напруженості, розслаблення, гальмування та збудження мають високу ймовірність переключення, зміни тощо.

2. Взаємозв'язок на рівні «людина-людина». Рятувальник, постійно перебуває в комунікативному коловороті, відповідно відбувається перенасичення соціальними контактами. Прагнення звести до мінімуму емоційні витрати, що пов'язане з виконанням професійних обов'язків. Формується особистісна відстороненість, що супроводжується фактично повною втратою інтересу до людей у контексті професійної діяльності.

3. У зв'язку з професійною діяльністю в працівника може розвиватись якесь соматичне або/і психічне порушення (табл. 1).

Середні дані за показниками фаз емоційного вигорання в працівників рятувальної служби з різним стажем роботи (у балах)

Показники	Перша досліджувана група, n=50	Друга досліджувана група, n=50
<b>Фаза напруження</b>	36±2,4	17±2,3
Переживання обставин	21±2,2	5±1,2
Незадоволеність собою	0	2±0,9
«Загнаність у клітку»	0	4±1,3
Тривога і депресія	19±2,6	5±0,9
<b>Фаза резистенції</b>	57±3,2	46±2
Неадекватне реагування	2±1,7	28±2,5
Емоційна дезорієнтація	5±2,1	2±0,3
Розширення сфери економії емоцій	27±0,7	10±1,9
Редукція професійних обов'язків	25±1,2	9±1,4
<b>Фаза виснаження</b>	57±2,4	20±2,7
Емоційний дефіцит	8±1,2	7±0,8
Емоційна відстороненість	8±0,9	5±0,9
Особистісна відстороненість	18±1,9	0
Психосоматичні порушення	23±2,4	8±1,8

Отже, нами встановлено, що працівники аварійно-рятувальної служби, котрі працюють 5-7 років схильні до меншої економії емоцій, що може викликати неадекватне реагування на різні професійні та особистісні ситуації. Це є свідченням того, що респонденти з більшим професійним досвідом є емоційно стійкішими та несхильними до вияву надмірних емоцій, переживань, емпатії тощо. Для оточуючих це може виражатися в емоційній холодності, черствості або ж байдужості.

Феномен тривожної поведінки чітко простежується у структурі депресивної особистості, яке виявилось за допомогою шкали тривожності Ч. Спілбергера. Це допомогло виявити ступінь залежності особистісної тривожності та депресивних характеристик. Отож, визначено, що респонденти, які

відчувають депресивні симптоми (76 %) схильні переживати тривогу на помірному рівні, а у 7 % досліджуваних виражається високий рівень тривоги. Натомість високі показники тривоги встановлено в опитантів з депресивними тенденціями, а саме: 85 %, а у 15 % – помірний рівень тривоги. Цікавим є той факт, що респондентів з низьким рівнем тривоги не виявлено. Встановлено, що показник тривоги зростає в процесі розвитку депресії.

Щодо особистостей з депресивними тенденціями, то в них рівень високої тривожності в 84 %, в 16 % - помірна тривожність. Низький рівень тривожності не спостерігається. Встановлено, що показник тривожності має схильність збільшуватись при розвитку депресивних тенденцій. Детально представлено результати в таблиці 2

Таблиця 2.

Співвідношення результатів тривожності та депресії за шкалою Ч. Спілбергера та А. Бека (у %)

Форми депресії (за класифікацією ВООЗ)	Рівні тривожності		
	Високий	Помірний	Низький
Легка	48 %	52 %	-
Помірна	53 %	47 %	-
Важка	63 %	37 %	-

Отже, в досліджуваних, що відчувають легку депресію (48 %) виявлено високий рівень особистісної тривожності, а у 52 % – помірний. У 53 респондентів середній рівень особистісної тривожності, а у 47 % – помірний рівень. Натомість 63 % респондентів володіють високим потенціалом особистісної тривоги та перебувають у важкій стадії депресії, а у 37 % помірний вияв тривоги при депресії.

Психологічні дані про респондентів, які ми отримали під час емпіричного дослідження засвідчують їхню схильність до підвищеної тривожності, невпевненості в собі, занижену самооцінку. Це дає підстави до тлумачення тривожності у рятувальників як наслідку депресії, так і однієї з її причин.

Надалі відповідно до структури нашого емпіричного дослідження ми проаналізуємо результати за особистісним багаточинним опитувальником Р. Кеттела (табл. 3).

**Порівняльний аналіз за факторами особистісного опитувальника Р. Кеттела між працівниками з різним стажем роботи (у стенах)**

<b>Фактори</b>	<b>Працівники зі стажем 15-18 років</b>	<b>Працівники зі стажем 5-7 років</b>
A	4,6	6,5
B	3,5	4,7
C	5,2	8,6
E	6,2	7,5
F	5,8	6,1
G	5,5	7,4
H	5,3	6,4
I	3,4	3,8
L	6,9	5,6
M	5,0	4,9
N	6,0	6,2
O	6,0	5,1
Q1	3,9	4,8
Q2	5,3	4,5
Q3	6,0	7,7
Q4	3,7	5,2

Отже було виявлено, що для менше досвідчених працівників-респондентів найхарактернішими рисами є: товарицькість (фактор А), емоційна стійкість (фактор С), жорсткість (фактор І), практичність (фактор М), консерватизм (фактор Q1) та прагнення розслабитись (фактор Q4). Це дозволяє характеризувати опитантів як людей відкритих, екстравертивних, емоційних та експресивних водночас. Також в них переважає емоційна стійкість, вони схильні виражати увагу та турботу про інших, при цьому ці медики схильні слідувати колективним нормам, моралі. Жорсткість, суворість, мужність та практичність – ось ці теж незамінні у медичній практиці властивості особистості, які виявляють досліджувані. Позитивним є те, що респондентів характеризує прагнення виконувати все відповідно до прописів, стандартів, що до речі свідчить і про їхній консерватизм при виконанні роботи. Що стосується релаксації та дозвілля, то опитані зорієнтовані на розмірений спосіб життя, мають доволі низький рівень професійних домагань, що може бути пов'язане з низьким рівнем мотивації, розчаруванням, фрустрацією або ж переживанням першої кризи професійної діяльності. Це звичайно негативно позначається як на самій особистості (апатичність, депресивність тощо), так і на професійній діяльності (халатність, помилки тощо).

Середні показники виявлено за наступними шкалами: рівень інтелекту/кмітливості, підозрілість-довірливість, рівень самоконтролю,

схильність до самостійності або сугестивність, тривожність-спокій, занепокоєність-безтурботність, прямолінійність-гнучкість, нормативність поведінки, схильність бути сміливим/боязливим, схильність підкорятися або бути незалежним.

Щодо респондентів, які є працюють 15-18 років виявлено наступні результати. Домінуючими є риси: незалежність, вміння діяти швидко та рішуче при цьому тактично. Ще однією рисою є схильність до підозрілості, що засвідчує орієнтацію особистості на деталі, таємничості, знаковості та фатальності в житті, екстернальність, високим рівнем недовіри, сумніви в усьому і всім тощо.

Також ці опитані характеризуються високим рівнем кмітливості/інтелекту (фактор В), емоційної стійкості (фактор С), жорсткості (фактор І), практичності (фактор М), консерватизму ( фактор Q1). Ці результати засвідчують превалювання в рятувальників прагматичних переконань, що є показником високої самовпевненості, гіпертрофоване намагання до незалежності, скептицизм, непорушність у поведінці та переконаннях, консерватизм. Водночас особистість характеризує її надійність та практичність.

Середні показники за 16-ма факторами у респондентів виявлено такі: товарицькість-замкненість, занепокоєність-безтурботність, нормативність поведінки, сміливість-боязкість, гнучкість-прямолінійність, самостійність-сугестивність, незалежність-підпорядкованість рівень самоконтролю,

## Питання психології

розслабленість-напруженість. Це означає, що ці риси будуть виявлятися залежно від потреби та ситуації.

Отже, у працівників аварійно-рятувальної служби переважають фактори комунікативної та інтелектуальної спрямованості, що дозволяє розкрити їх прагнення до міжособистісної взаємодії. Водночас емоційні компоненти потребують розвитку та особистісної роботи. Емпірично встановлено, що загалом респондентам

притаманні такі особистісні властивості, як емоційна вразливість, соціальна тактовність, чутливість, самокритичність, емоційна лабільність, тривожність, тощо.

Водночас у контексті нашого дослідження необхідно використати параметричний критерій достовірності відмінності t-критерій Ст'юдента, що забезпечить нас порівняльним аналізом результатів представлених вибірок (табл. 4).

Таблиця 4

### Відмінності за t-критерієм Ст'юдента за особистісними показниками, тривожності та професійного вигорання в респондентів з різним стажем професійної діяльності

№/п	Шкали	t-критерій	Значущість (2-стороння)
1	Особистісна тривожність	3,520	,000
2	Реактивна тривожність	2,504	,013
3	Фактор В (кмітливність)	2,511	,012
4	Фактор О (тривожність)	3,306	,001
5	Фактор Q3 (самоконтроль)	2,201	,028
6	Фактор Q4 (напруженість)	3,132	,001
7	Емоційно-моральна дезорієнтація	2,003	,040
8	Редукція професійних обов'язків	4,562	,000

Отже, за результатами порівняльного статистично значимого аналізу виявлено відмінності у запропонованих показниках між представниками першої (стаж роботи 5-7 років) та другої (стаж роботи – 15-18 років) груп. Зокрема відмінності виявлено за шкалою особистісна тривожність ( $t=3,52$ ,  $p<0,000$ ). Досвідчені рятувальники є більше особистісно тривожні ніж їх колеги. Ми це пов'язуємо з накопиченим досвідом та переживаннями, наявністю емоційного та професійного вигорання, складних робочих ситуацій, врешті певною втомою від життя тощо.

Натомість представники молодшого покоління, навпаки, схильні більше до вираження реактивної тривожності ( $t=2,50$ ,  $p<0,01$ ). Ми вважаємо, що це пов'язане з особливостями переживання та чергування позитивних та негативних станів в особистостей, орієнтацією на життя «тут і тепер».

Ще одну відмінність виявлено за шкалою-фактором В «кмітливність» ( $t=2,51$ ,  $p<0,01$ ). Вищий показник інтелектуальної спроможності виявлено у опитантів, які працюють 15-18 років. Звичайно особистість, яка має більше досвіду у практичному та теоретичному контексті, є більше освічена, володіє більшим багажем знань, арсеналом вмінь, знань та навичок.

Відмінність за шкалою-фактором «О» «тривожність» ( $t=3,30$ ,  $p<0,001$ ) засвідчує, що показник тривожності більше притаманний

молодшим працівникам ризиконебезпечної спрямованості. Це пов'язане перш за все з страхами у професійній сфері, адже людина вже знає всі «підводні камені», має фрустраційний фон, можливо наявні певні професійні помилки тощо.

Фактор Q3 (самоконтроль) відрізняє дві групи ( $t=2,20$ ,  $p<0,05$ ). Зокрема виявлено, що до самоконтролю більше схильні представники старшого покоління, які вже навчили себе опановувати, контролювати власні дії, що символізує дисциплінованість та прагнення зберігати соціальну репутацію, яку здобували роками. Це характеризує цих опитантів як точних та виконавчих особистостей.

Ще одна відмінність виявлена за шкалою-фактором «Q4» «напруженість» ( $t=3,13$ ,  $p<0,001$ ). Для рятувальників зі стажем роботи 15-18 років притаманна більше дратівливість, збудженість, схвильованість, переважання надмірно високого рівня мотиваційних спонук. Це засвідчує їх перевагою, високій ступінь напруги у особистісній та професійній сферах. Власне недостача рекреаційних потуг підсилює загострення негативних тенденцій особистості.

Ще одна відмінність виявлена за шкалою «емоційно-моральна дезорієнтація» ( $t=2,00$ ,  $p<0,05$ ). Працівники старшого покоління схильні критично ставитись до оточуючих, загострені підозрілі погляди та думки стосовно інших, – ось такі

характеристики превалюють за цим показником. Це може бути відпечатком минулих невдалих комунікацій чи міжособистісних стосунків.

Шкала «редукція професійних обов'язків» також відрізняє молодших респондентів від старших ( $t=4,56$ ,  $p<0,000$ ). Зважаючи на те, що робота рятувальника є емоційно та фізично виснажливою ми схильні вважати, що таким чином працівників зі стажем роботи 5-7 років намагаються зменшити емоційні затрати в професійній діяльності. Попереджаючи таким чином професійне емоційне вигорання, особистість «економить» на вияві своїх почуттів та емоцій.

Узагальнюючи результати дослідження зауважуємо, що працівники з більшим стажем схильні до емоційного вигорання та вияву емоційно холодної поведінки по відношенню як до роботи, так і життєдіяльності загалом.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Психологічна наука розглядає тривогу в контексті психоаналітичної, неопсихоаналітичної, гуманістичної, біхевіористичної сторони. Тривога трактується як результат та реакція на невроз, наявність в житті людини критичних чи/та травматичних ситуацій. Однак сталим

залишається постулат про те, що без тривоги не може жити жодна людина, адже вона є тою властивістю, яка сприяє адаптації індивіда до умов життєдіяльності. На нашу думку, тривожність є амбівалентною характеристикою особистості, оскільки з однієї сторони вона мобілізує індивіда, а з іншої – підвищений рівень тривожності активізує негативні процеси та стани в організмичній структурі особистості.

Емпірично встановлено, що тривога є провідною властивістю афективної сфери особистості, яка взаємопов'язана з іншими психологічними властивостями та феноменами, зокрема депресією, емоційним вигоранням тощо. Ці явища психологічного буття дозволяють забезпечувати життєдіяльність особистості особливо коли ми говоримо про працівника рятувальної служби, де специфічні умови діяльності.

Зважаючи на те, емоційна сфера працівників рятувальної служби потребує розвитку, ми вважаємо за необхідне ввести курс емоційної компетентності особистості для них, а в перспективі і для всіх працівників ризиконебезпечних професій.

Перспективою подальших наукових розвідок вбачаємо у розробці психологічної моделі тривожності особистості в залежності від типу професії.

### Список використаних джерел

1. Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психологической диагностике. / Л. Ф. Бурлачук. – Киев: Научная мысль, 1989. – 200 с.
2. Гоулман Д. Емоційний інтелект. / Д. Гоулман. – К.: Vivat, 2019. – 512 с.
3. Изард К. Э. Психология эмоций. / К. Э. Изард. – СПб.: Питер, 2012. – 464 с.
4. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вильямс // Пер. с англ. – М.: Независимая фирма «Класс», 2007. – 480 с.
5. Мей Р. Проблема тревоги. / Р. Мей. – М.: Просвещение, 2001. – 237 с.
6. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. / В. С. Мерлин. – М.: Педагогика, 1986. – 254 с.
7. Немов Р. С. Психология: учебник для студентов высших педагогических заведений. В 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии. 4-е изд. / Р. С. Немов. – М.: ВЛАДОС, 2002. – 687 с.
8. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О.М.Степанов. – К.: «Академвидав», 2006. – 424 с.
9. Прыгин Г.С. Психология самостоятельности: монография. / Г. С. Прыгин. – Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. – 408 с.
10. Спилбергер Ч. Тревога и тревожность: хрестоматия: [учебное пособие] / сост. В.М. Астапов. – Санкт-Петербург : Пер Сэ, 2008. – 240 с.
11. Фрейд З. Истерия и страх: В 10-ти т. Т. 6. / З. Фрейд. – Архангельск: Правда Севера, 2006. 358 с.

### References

1. Burlachuk, L.F. (1989) Slovar-spravochnik po psihologicheskoy diagnostike. [Dictionary of psychological diagnostics]. Kyiv: Nauchnaya mysl. (in Russian).
2. Houlman, D. (2019). Emotsiinyi intelekt. [Emotional intelligence]. Kyiv: Vivat. (in Ukrainian).
3. Izard, K. E. (2012). Psihologiya emotsiy. [Psychology of emotions]. St. Petersburg: Piter. (in Russian).
4. Mak-Vilyams, N. (2007). Psihoanaliticheskaya diagnostika: Ponimanie strukturyi lichnosti v klinicheskom protsesse. [Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personal Structure in the Clinical Process]. Moscow: Nezavisimaya firma «Klass». (in Russian).
5. Mey, R. (2001). Problema trevogi. [The problem of anxiety.]. Moscow: Prosveschenie. (in Russian).

6. Merlin, V.S. (1986) Ocherk integralnogo issledovaniya individualnosti. [Essay on the integral study of personality]. Moscow: Pedagogika. (in Russian).
7. Nemov, R. S. (2002) Psihologiya: uchebnik dlya studentov vyisshih pedagogicheskikh zavedeniy. [Psychology: a textbook for students of higher educational institutions]. Obschie osnovyi psihologii. [General principles of psychology]. (V 3 kn. Kn. 1. 4-e izd.). Moscow : VLADOS. (in Russian).
8. Psykholohichna entsyklopediia [Psychological Encyclopedia]. Avtor-uporiadnyk Stepanov, O. (2006). Kyiv: «Akademvydav». (in Ukrainian).
9. Pryigin, G.S. (2009) Psihologiya samostoyatelnosti: monografiya. [The Psychology of Independence]. Izhevsk, Naberezhnyie Chelny: Izd-vo Instituta upravleniya. (in Russian).
10. Spielberger, Ch. (2008). Trevoza i trevozhnost: hrestomatiya: uchebnoe posobie. [Anxiety and anxiety]. St. Petersburg: Per Se. (in Russian).
11. Freyd, Z. (2006). Isteriya i strah. [Hysteria and fear]. (V 10-ti t. T. 6.) Arhangelsk: Pravda Severa. (in Russian).

**Резюме**

*Андрушко Я. С., кандидат психологических наук,  
доцент кафедры теоретической и практической психологии  
НУ «Львовская Политехника»*

**ГЕНЕЗИС ТРЕВОЖНОСТИ ЛИЧНОСТИ КАК ГЛАВНОЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ  
КОМПОНЕНТЫ**

*Жизнь современного человека постоянно становится источником его переживаний и тревоги. Тревога, как и любая другая эмоция возникает под воздействием на нервную систему внешних и / или внутренних раздражений. Нами подтверждено взаимосвязь эмоционального выгорания, депрессии и тревоги в контексте работы сотрудников спасательной службы.*

**Ключевые слова:** *тревога; личность; рискованных профессии; эмоциональное выгорание; аффективная сфера личности.*

**Summary**

*Andrushko Ya., PhD, Associate Professor,  
Department of Theoretical and Practical Psychology  
Lviv Polytechnic National University*

**GENESIS OF THE PERSONALITY ANXIETY AS A LEADING EMOTIONAL COMPONENT**

*The life of a modern human is constantly becoming a source of her emotions and anxiety. Anxiety, like any other emotion, is triggered by the action on the nervous system of external and / or internal incentive. Anxiety is a normal and often healthy emotion. However, when a person regularly feels disproportionate levels of anxiety, it might become a medical disorder. When emotion arises, nervous excitation spreads to the vegetative centers and thus causes changes in the organism's activity. The theoretical context of the study of anxiety in psychoanalytic, non-psychoanalytic, humanistic and behavioral approaches is analyzed in the article. Scientists tend to view anxiety as a significant component in a person's life.*

*The purpose of the study is to provide a theoretical and empirical study of anxiety in workers at risky professions.*

*Experimental and genetic methods can form almost any mental structure. Genetic and modeling method can detect the actual psychological mechanisms of formation of the whole personality. Empirical techniques were used in the study process. In the course of the study, the following techniques were used: 1) Spielberger's anxiety scale. 2) R. Kettel's 16-Factor Personal Questionnaire. 3) the method of diagnostics of the level of emotional burnout (V. Boyko). 4) Beck's Depression Scale.*

*In our opinion, anxiety is an ambivalent characteristic of the personality, because on the one hand it mobilizes the individual, and on the other - an increased level of anxiety activates the negative processes and states in the body's personality structure. At the empirical level, the features of anxiety in workers at risky professions have been identified. We have witnessed the relationship between emotional burnout, depression and anxiety in the context of the work of rescue workers. In the course of the research, the hypothesis was confirmed that employees with longer experience are prone to emotional burnout and to display emotionally cold behavior in relation to both work and life in general. The results of our study will help formulate recommendations for preventing emotional burnout and preventing these conditions. We think that it would help to reduce the risk of anxiety disorders at the fire fighter. Considering that the emotional sphere of the employees of the rescue service needs development, we consider it necessary to introduce a course of emotional competence of the individual.*

*We see the prospect of further scientific exploration in the development of a psychological model of personality anxiety, depending on the type of profession.*

**Keywords:** *anxiety; personality; risky professions; emotional burnout; affective sphere of personality.*