

3. Алексеева, А. В., (2006). Психологічна стаття як чинник становлення особистісної ідентичності в юнацькому віці : автореф. дис. на здобуття наук. ступінь канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» *Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Івано-Франківськ*, 20 с.[українською мовою]
4. Говорун, Т. В., (2010) Соціалізація статі та сексуальності: монографія. *Тернопіль. : Навчальна книга - Богдан*. 240 с.[українською мовою]

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ОСВІТЯН ТА ПЕДАГОГІВ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

УДК 159.944.3

Шепітко Світлана Іллівна,
*студентка спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Актуальність дослідження. Робота освітян та педагогів для дітей з вадами розумового розвитку характеризується емоційно нестабільним середовищем, значним зростанням кількості робочих стресорів, психоемоційним виснаженням, несприятливими умовами, які викликані для роботи з дітьми з вадами розумового розвитку.

Відсутність на базі інтернатних закладів психологічних тренінгових програм направлених на збереження психічного здоров'я збільшує ризик виникнення вигорання у колективі.

Професійне вигорання освітян та педагогів у сфері психічного здоров'я впливає не тільки на психічний стан працівників, а й на зниження якості навчального процесу з дітьми з вадами розумового розвитку.

Актуальність вивчення психокорекції «професійного вигорання» освітян та педагогів у сфері психічного здоров'я зумовлена відсутністю

повноцінних наукових досліджень, які б вивчали ефективність застосування методик протидії «професійного вигорання» у педагогічних працівників.

Коротки й аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.

Аналіз наукової літератури дозволив з'ясувати, що дослідження змісту та структури та функцій синдрому професійного вигорання знайшли відображення у роботах зарубіжних та вітчизняних авторів В. Бойко, М. Буріш, Н. Водоп'янова, Е. Грінласс, А. Дворкін, С. Джексон, Г. Сельє, К. Маслач, Т. А. Колтунович, А. А. Висоцький, М. О. Пересадін, Г. Дж. Фрейденбергер, В. М. Фролов.

Мета статті полягає у здійсненні аналітичного огляду та аналізу наукових досліджень про особливості перебігу професійного вигорання, його діагностики та корекції у педагогів сфери психічного здоров'я.

Виклад основного матеріалу дослідження. Активні дослідження синдрому професійного вигорання розпочалися у 1970-х роках. Американський психіатр Г. Дж. Фрейденбергер описав наукову концепцію вигорання персоналу під час роботи у місцевому госпіталі, де він спостерігав за психоемоційним станом працівників.

Вже згодом вивченням феномену «вигорання» зайнялася американська психологиня К. Маслач. Дослідниця запозичила термін «вигорання» з юридичного жаргону і надалі використовувала його у дослідженнях. К.Маслач тлумачила вигорання як сукупність ознак фізичного, розумового та емоційного виснаження людини внаслідок проблем пов'язаних із професією. (Амінов, І.А., Шпитальний, Д.В. , 2002).

Починаючи з середини 1980-х років теоретичні концепції вигорання почали підкріплюватися науковими методами. Зокрема, почали з'являтися перші стандартизовані методики для діагностики вигорання (МВІ, ВМ). Напротивагу клінічному методу дослідницький підхід дозволив розширити уявлення про механізми вигорання. Завдяки дослідженням Г. Черніза та Р. Голембієвські було розширено зону вивчення феномена вигорання.

Відтепер об'єктами феномену стали не лише професії соціального характеру, а й управлінського (менеджери, керівники, політики.) Науковці все більше акцентували увагу на важливість впливу факторів професійного середовища на виникнення цього явища (Амінов, І.А., Шпитальний, Д.В. (2002)

Перші згадки феномену у публікаціях радянських вчених можна знайти у працях Б. Г. Ананьєва, який використав термін «емоційне вигорання» для позначення негативного явища, яке виникає в міжособистісних відносинах професій соціальної сфери.

Українська дослідниця Т.А. Колтунович зазначила, що синдром «професійного вигорання» вивчається вченими вже близько сорока років. Понад шести тисяч книг та наукових досліджень вже було опубліковано на цю тему. Однак досі у науковому середовищі не можуть прийти до одностайності щодо визначення терміну «професійного вигорання» Серед дескрипторів вигорання у наукових дослідженнях на пострадянському просторі використовують різноманітні конструкції від «психічного вигорання», «синдрому емоційного вигорання» до «вигорання особистості» та «вигорання душі».

У дослідженнях українськи науковців, які займалися темою вигорання (Т. Зайчикова, Л. Карамушка, Т. Колтунович) для визначення стану переважно використовують термін «синдром професійного вигорання»

Т. В. Грубі зазначила, що використання терміну «емоційне вигорання» - не зовсім коректне, та наголошувала лише на одному із компонентів вигорання, що в результаті призводить до звуження змісту. Тобто вигорання розглядається як виключно дефіцит емоційних ресурсів особистості. (Постилякова, Ю.В., 2005).

На нашу думку, терміни «вигорання» та «професійне вигорання» є семантично близьким по змісту найбільш точно відображає проблему та середовище, де воно виникло.

Найбільш точним на нашу думку є визначення К. Маслач та С. Джексона, яке стало основою для більшості сучасних досліджень та медичних рекомендацій боротьби з вигоранням. На думку дослідниць, професійне вигорання – це синдром, який виникає внаслідок хронічного стресу і призводить до виснаження емоційних та енергетичних ресурсів людини. Він складається з 3 компонентів: емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції персональних досягнень (Сиваш, С.В. (2018).

Серед основних факторів вигорання виділяють наступні підходи: інтерперсональний; індивідуальний; організаційний. Прибічники інтерперсонального підходу В. Шауфелі, К. Маслач вважають, що основною причиною вигорання може бути персональна взаємодія на рівні «професіонал - суб'єкт діяльності». Причина вигорання на їхню думку пов'язана дефектом у відносинах між працівником та клієнтами. Інтерперсональний підхід розглядає вигорання як наслідок сильної емоційної напруги, яка виникає в результаті міжособистісної взаємодії.

Індивідуальний підхід полягає у тому, що саме якості емоційної та мотиваційної сфери особистості є детермінантами вигорання. Серед дослідників, які притримуються цього підходу можна назвати Л. Халлсена, С. Гобфул, Дж. Фріді. У дослідженнях індивідуального підходу звертають особливу увагу на симптоми об'єктів вигорання. Головною причиною виникнення стану – невідповідність між очікуваннями та поставленим цілями.

Загалом більшість досліджень основною причиною виникнення вигорання називають організаційні фактори, які негативно впливають як і на організацію, так і на особистість.

Висновки. Підсумовуючи, можна прийти до висновку, що наразі відсутній єдиний підхід до соціально-психологічних факторів виникнення вигорання. Більшість дослідників притримуються тези, що вигорання виникає за наступних умов: коли цінності та уявлення робітника не відповідають реальності професійного середовища, виникнення

хронічного стресу внаслідок невдач на роботі, застосування неадекватних стратегій подолання стресу, відсутності соціальної підтримки колег та сім'ї працівника.

Перспективи подальших досліджень буде вивчення та аналіз вітчизняних та зарубіжних підходів у психокорекційній роботі з професійним вигоранням освітян та педагогів та покращення сфери їх психічного здоров'я.

Список використаної літератури:

1. Амінов, І.А., Шпитальний, Д.В. (2002). Синдром «емоційного вигорання» як вид професійної дезадаптації. *Професійний потенціал*. №1. С. 37-43 [українською мовою]
2. Сиваш, С.В. (2018). Синдром «професійного вигорання» у вчителів: зміст, структура, особливості. Вип. 38 (91). 294 с. [українською мовою]
3. Постилякова, Ю.В. (2005). Ресурси подолання стресу в різних видах професійної діяльності. *Психологічний журнал* Т. 26. №6. С. 35-43. [українською мовою]

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО–ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДІ У ПЕРІОД ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ В УКРАЇНІ

УДК: 159.923

Шпортун Оксана Миколаївна,
*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. Дана стаття розкриває особливості поняття соціально-психологічної адаптації молоді у період військових дій в Україні.