

Л. В. МУЗИЧКО¹, Л. М. ФАЛЬКОВСЬКА², К. П. ГАВРИЛОВСЬКА² (Київ, Житомир)

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩОЇ ШКОЛИ ТА ЇХНЄ ПРОФЕСІЙНЕ ЗДОРОВ'Я

¹Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана

²Житомирський державний університет ім. Івана Франка; <ludmilamuzicko1965@gmail.com>

Емоційне вигорання – це показник психосоціального стану викладача, а його психосоціальне благополуччя є індикатором стану людського капіталу університету. Для вищої якості викладацького складу визначає якість його науково-освітньої діяльності. Метою статті є вивчення прояву емоційного вигорання викладачів в сучасних умовах та пошуку прийнятних способів його подолання ресурсами організації, яка є більш гнучкою системою аніж державні інституції. Основним діагностичним інструментом був опитувальник діагностики рівня емоціонального вигорання (ОЕВ) В. В. Бойка. Методику дослідження доповнювала авторська анкета для конкретизації організаційних умов та отримання суб'єктивної оцінки системи чинників, які викликають нервово-емоційне напруження педагогів. Аналіз результатів засвідчив загострення вияву ОЕВ викладачів сучасних вишів. Традиційні чинники обтяжені факторами напруження, що пов'язані з освітньою установою. Істотну роль в розвитку негативних психоемоційних станів педагогів відіграє організаційний стрес, значну частку відповідальності за який несе адміністрація. На фоні загальносистемних негараздів викладачі вказують, що серйозними стресовими впливами є організаційні проблеми і зміни в навчальних закладах. Ресурсом профілактики та подолання професійного вигорання викладачів повинні стати системні заходи, здатні привести до формування позитивного психосоціального клімату. Формування внутрішнього соціокультурного простору пом'якшує удари зовнішнього середовища і дозволяє будувати нові плани професійного розвитку кожному викладачеві.

Ключові слова: емоційне вигорання, психічне здоров'я, професійне здоров'я, викладач, вища школа.

Вступ. Ситуація поточних реформ в Україні характеризується не лише соціально-економічними перетвореннями, а й наявним потужним запитом до трансформації людини, яка виконує свою професійну діяльність в трансформованому соціальному контексті та змінюваних соціальних умовах. Освітня реформа, що відбувається наразі, є не лише нагальною для нашої країни, а й достатньо радикальною. Зрозуміло, вона зачіпає щедалі сильніше, викладачів вищої школи, створюючи ситуацію невизначеності, яка сприймається викладацьким спільнотою негативно. Є зрозумілим, що освітня реформа має під собою цілком об'єктивне підґрунтя, водночас існує загроза відомих наслідків («хотіли як краще, а вийшло як завжди»).

У численних роботах дослідники зазначають, що педагог виконує нормативно визначену суспільну функцію, яка виявляє тенденцію до зсуву з власне педагогічної до функції трансляції загальної культури, він є носієм культури, а іноді і її зразком. Це зумовлює пред'явлення високих вимог до педагогічної діяльності. Викладацький загаль вищої школи є спільнотою творчих науковців, а, отже, достатньо вразливих щодо дії зовнішніх агресивних чинників, які викликають труднощі адаптації до нових умов, в зв'язку з чим, радикальні перетворення створюють ризики виникнення професійного (емоційного) вигорання [1].

Функціонування вищого освітнього закладу в сучасних умовах ринку і переходу до нової освітньої концепції, з одного боку, актуалізує потреби викладачів у професійному розвитку, з іншого – загострює проблеми психічного здоров'я, пов'язані в основному з емоційним вигоранням, підвищенням конфліктності у конкурентних відносинах, наростанням почуття незадоволеності своєю напруженою роботою і неадекватно низькою заробітною платою. Як наслідок виникає проблема професійних кадрів вишу, яка впродовж нетривалого часу може перетворитися на проблему держави. Йдеться про той факт, що психосоціальне благо-

получчя є індикатором стану людського капіталу університету, а професійне вигорання, відповідно, показником психосоціального стану. Безсумнівно, для університету якість професорсько-викладацького складу є визначальним чинником якості науково-освітньої діяльності, яку реалізує заклад. Саме викладач університету є ключовою ланкою трансформації теоретичного потенціалу науки та відповідної практики, яка є змістом професійної підготовки студентів і це визначає вагомість його власної професійної діяльності та відповідальність за надання кваліфікованої освітньої послуги високого рівня.

Сказане вище і зумовило необхідність дослідження проблеми збереження психічного здоров'я викладачів.

Метою дослідження є вивчення прояву професійного вигорання викладачів вищої школи в сучасних умовах та пошуку прийнятних способів його подолання ресурсами організації, яка уособлює державу і є більш гнучкою системою аніж державні інституції.

Теоретична частина. Наразі проблема професійного здоров'я виступає предметом досліджень у царині багатьох суміжних наук і вивчає цей феномен під різними кутами зору. Аналіз таких робіт показує, що професійне здоров'я першочергово вивчалось з позиції пошуку чинників та умов, які забезпечують його збереження і зміцнення; шляхів, методів та способів попередження дії факторів ризику для здоров'я; пошуку резервів та потенцій, активізація яких зможе забезпечити необхідний і достатній рівень функціонування людини як суб'єкта професійної діяльності аби гарантувати високий результат її реалізації. Йдеться про дослідження Г. Л. Апанасенко, А. Г. Маклакова, Л. М. Мітіної, Г. С. Нікіфорова, В. А. Піскунова, В. О. Пономаренко, О. М. Разумова, Л. Я. Рубіної та ін. Змістове наповнення сучасних психолого-педагогічних досліджень дає підстави зазначити той факт, що наразі не вироблений загальноприйнятний підхід до визначення поняття цього феномену, а отже, і немає універсального тлумачення і терміну «професійне здоров'я». Теоретичний аналіз показує, що під професійним здоров'ям окремими дослідниками розуміється:

- властивість організму зберігати необхідні компенсаторні та захисні механізми, які забезпечують професійну надійність і працездатність умовах перебігу професійної діяльності (Г. С. Нікіфоров [8] та ін.) та здатність організму зберігати й активізувати компенсаторні, захисні, регуляторні механізми, що забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особистості вчителя в актуальних умовах протікання професійної діяльності (Л. М. Мітіна та ін. [5]);
- певний рівень характеристик здоров'я фахівця, який відповідає поточним вимогам професійної діяльності і забезпечує її високу ефективність (А. Г. Маклаков та ін. [5]);
- процес збереження та розвитку регуляторних властивостей організму, його фізичного, психічного і соціального благополуччя, що забезпечують високу надійність професійної діяльності, професійне довголіття і максимальну тривалість життя тощо (В. А. Піскунов та співавт. [7]).

Узагальнюючи відомі точки зору [6], правомірно професійне здоров'я розглядати у якості інтегральної характеристики функціонального стану організму суб'єкта діяльності, що забезпечує ефективну працездатність з урахуванням його реальних та потенційних можливостей. Конкретизуючи різновиди прояву цього феномену, актуально звернути увагу на професійне здоров'я викладача, яке виступає основою ефективної роботи сучасної вищої школи та її стратегічним завданням, значимість і актуальність якого відзначають численні дослідники. Деякі автори [7, 8] розглядають її в контексті загальної концепції охорони здоров'я нації, оскільки саме від педагога значною мірою залежить здоров'я підростаючого покоління.

Останнім часом у контексті професійного здоров'я багато говорять і пишуть про професійне вигорання, поняття і термін якого у вітчизняній літературі з'явилося порівняно нещодавно, хоча за кордоном даний феномен виявлено і активно досліджується вже чверть століття [9, 10]. Проблема синдрому професій-

ного вигорання (зміст та структура) вивчалася та знайшла своє відображення у роботах зарубіжних та вітчизняних вчених (Х. М. Алієв, В. В. Бойко, М. Буриш, А. Видай, М. Гінзбург, С. Гремлінг, Дж. Грінберг, Г. Діон, Ф. Джонс, М. А. Дмитрієв, Л. М. Карамушка, Л. О. Китаєв-Смик, Г. В. Ложкін, М. П. Лейтер, Д. Льюїс, С. Д. Максименко, Е. Махер, Г. С. Нікіфоров, В. Є. Орел, М. Л. Смультсон, В. М. Снетков, Т. В. Форманюк, Х. Дж. Фрейденбергер, У. Б. Шуфелі та ін.).

Результати наукових пошуків дають розуміння сутності явища вигорання та його проявів як структурованої низки симптомів (синдром професійного вигорання), що є частим проявом професійної деформації для професіоналів, чия діяльність пов'язана зі спілкуванням (педагоги, лікарі, працівники торгівлі, сфери обслуговування, соціальні працівники, керівники тощо) [3–5]. Йдеться про поступове емоційне стомлення та спустошення, за яким стоять серйозні психологічні і психофізіологічні реакції, що мають свої причини, форми прояву та комунікативні наслідки, головне, що підґрунтям виникнення вигорання є потужна дія соціального фактору, який поєднується з відповідними внутрішніми чинниками.

Робота викладача пов'язана з фізичними та нервово-психічними навантаженнями і його емоційна сфера поступово втрачає здатність до адекватного реагування за ситуацію професійної взаємодії. Це призводить до формування емоційного вигорання, яке виступає виробленим особистістю механізм психологічного захисту в формі повного або часткового виключення емоцій або зниження їхньої активності у відповідь на дію психотравмуючих впливів. Людина набуває певний емоційний стереотип, який дозволяє їй дозувати та економно витрачати енергетичні ресурси. Крайній прояв емоційного вигорання характеризується виникненням дисфункціональних наслідків комунікативного та психосоматичного забарвлення.

Емоційне вигорання викладача обумовлено низкою чинників, дослідження яких є необхідним для збереження здоров'я не тільки педагогів, а й студентів, оскільки цей стан неминуче позначається на їхніх взаєминах. Це специфічний стан психіки педагога, що виникає внаслідок напруженої щоденної взаємодії зі студентами, який виявляється в обмеженні емоційного реагування на необхідні в роботі контакти, а також широким спектром порушення соціальних контактів.

Процес «вигорання» одночасно зачіпає емоційну, когнітивну і соматичну сфери особистості людини і впливає на ефективність виконуваної діяльності. Сучасна система освіти висуває все більш високі вимоги до особистості та діяльності викладача. Педагоги, прагнучи відповідати цим вимогам, змушені безперервно підвищувати рівень професійної компетентності, що потребує додаткових фізичних та інтелектуальних навантажень (наднормова активність). Напружені ситуації на роботі призводять до виснаження психофізіологічних ресурсів викладача. З огляду на тенденцію економити матеріальні ресурси «вигоранню» викладача вищої школи сприяє постійне зростання кількості студентів, що припадають на одного викладача при нормуванні його навантаження. Присутній постійний тиск на викладача з боку керівництва системою освіти, відносно низький рівень оплати праці, відсутність почуття задоволення від роботи.

У викладачів професійне вигорання може бути представлено різними рівнями за ступенем тяжкості, а також за сферою реагування: фізіологічним, емоційним, поведінковим та смисловим. Синдром розгортається в три стадії, які можуть призвести до повної професійної непридатності викладача, а саме: емоційне виснаження, деперсоналізація і редукція персональних досягнень. Остання і найсерйозніша стадія характеризується зниженням почуття компетентності, цінності власної діяльності, негативним само сприйняттям, зниженням професійної та особистої самооцінки, де мотивацією і, зрештою, байдужим ставленням до роботи [3, 5, 6].

Методологія. Для досягнення висунутої мети було застосовано комплекс методик, які спрямовані на вивчення синдрому емоційного вигорання викладача та їхнього суб'єктивного бачення особливостей поточної професійної діяльності. Основним діагностичним інструментом виступив опитувальник діагностики

рівня емоціонального вигорання В. В. Бойка [2]. Ця методика дозволяє виявити рівень сформованості кожного з дванадцяти симптомів «вигорання», встановити кількісні показники кожної з трьох фаз формування «вигорання», а також отримати інтегральний показник сформованості синдрому емоційного вигорання викладача. Вибір саме цього інструменту ґрунтувався на його вимірювальних можливостях – високій конструктній валідності, яка забезпечує різнобічний структурний аналіз феномену. При аналізі результатів реалізується можливість відповісти на такі питання: які симптоми склалися, домінують і супроводжують «виснаження»; який симптом (які симптоми) найбільше обтяжують емоційний стан особи; якими повинні бути напрямки впливу на професійне середовище для зниження нервової напруги фахівців; які ознаки визначають аспекти поведінки особистості, які мають підлягати корекції, щоб емоційне вигорання не завдавало шкоди їй мамі, її професійній діяльності та партнерам.

Другим інструментом слугувала авторська анкета, яку було створено з метою конкретизації умов реалізації професійної діяльності та отримання суб'єктивної оцінки респондентів системи чинників, які викликають нервово-емоційне напруження.

У дослідженні взяло участь 129 викладачів гуманітарних спеціальностей. 37,2 % (48 осіб) склали чоловіки і 62,6 % (81 особа) – жінки. Така відмінність за гендерною ознакою відбиває реальну ситуацію структури професорсько-викладацького складу, яка характеризується кількісною перевагою серед викладачів саме жінок. Середній вік опитуваних склав ($46,6 \pm 14,2$) року (мінімум 24 роки, максимум – 76 років). Педагогічний стаж склав ($18,4 \pm 14,8$) року. Співробітники без ступеня склали 7 % вибірки, кандидати наук – 80 %, а доктори наук – 13 %.

Результати та їх аналіз. Дослідження прояву професійного вигорання викладачів університету показало, що їхня професійна поведінка характеризується великою кількістю реакцій, які виникають у відповідь на професійний стрес – у викладачів виявляються всі компоненти емоційного виснаження. Так, емоційне виснаження відчувають 29 % опитаних, цинічне ставлення до оточуючих – 31 %, а тенденція негативного оцінювання себе та власних професійних досягнень мала місце у 46 % викладачів. Редукція професійних досягнень корелювала з деперсоналізацією ($r = 0,4$; $P < 0,001$), а остання, в свою чергу, була позитивно пов'язана з емоційним виснаженням загалом ($r = 0,44$; $P < 0,001$).

З викладачами, які брали участь у обстеженні та виявили особисту зацікавленість власним станом, проводилась консультативна бесіда, яка також мала і дослідницьку мету – виявити конкретні поведінкові ознаки, які характеризують процес становлення емоційного вигорання. Це дало підстави конкретизувати розгортання синдрому. Отже, на першій стадії у викладачів спостерігаються окремі збої на рівні виконання функцій та довольної поведінки: забування (наприклад, чи внесені потрібні записи в облікову документацію, чи здійснені задекларовані перевірки завдань, чи отримано відомість до почасту екзамену; збої у виконанні будь яких рухових дій тощо). Побойовання помилитися супроводжується підвищеним контролем та багаторазовою перевіркою і, навіть перепереви́ркою, виконання певних дій на тлі відчуття нервово-психічного напруження.

На другій стадії спостерігається зниження інтересу до роботи, потреби в спілкуванні (вдома, з друзями та колегами): «не хочеться нікого бачити», «тиждень лише почався, а враження, що вже п'ятниця», «робота триває нескінченно», наростання апатії наприкінці тижня, поява стійких соматичних симптомів (не вистачає сил, енергії, особливо до кінця тижня, головні болі вечорами; «сон без сновидінь», збільшення кількості простудних захворювань, а у крайніх випадках «перехід з однієї хвороби у іншу»); підвищена дратівливість (будь-яка дрібниця починає дратувати, збільшення кількості агресивних імпульсів, зниження толерантності до інших та до себе). Особливо велику кількість негативних емоційних сплесків серед викладачів виявляли стосовно колізії, яка виникла після підвищення мінімальної зарплатні, яка майже урівняла дохід некваліфікованого працівника та фахівця з науковим ступенем.

Третя стадія – власне емоційне вигорання – характеризується повною втратою інтересу до роботи і життя взагалі, байдужість, емоційне отупіння, небажання бачити людей і спілкуватися з ними, відчуття постійної знесиленості.

В ході дослідження ми аналізували особливості прояву психічних станів в різних підгрупах обстежуваних: порівнювались показники у жінок та чоловіків, а також у викладачів з різним стажем роботи. Аналізуючи отримані дані, можна сказати, що загалом синдром емоційного вигорання є розповсюдженим елементом психічного нездоров'я викладацького складу університетів. Рівні його вияву знаходяться у середньому діапазоні. Найбільші показники виявлено в таких симптомах: «неадекватне вибіркоче емоційне реагування», «розширення сфери економії емоцій» та «редукція професійних обов'язків». Практично у всіх обстежуваних кожна фаза емоційного вигорання кваліфікується як така, що формується.

Помічено цікавий факт: рівень сформованості фази «опір» часто-густо значно вищий за рівень сформованості фази «напруга». Це може свідчити про високий рівень готовності викладачів у будь-якій виробничій ситуації бачити негативний підтекст. Навіть у об'єктивно позитивних умовах схильні розглядати негативний підтекст. Ймовірно така поведінка зумовлена високими вимогами до викладацької діяльності, постійного зовнішнього оцінювання та усвідомлення відповідальності за результати своєї професійної діяльності.

Є викладачі з виявленим синдромом емоційного вигорання. Вони скорочують обов'язки, які вимагають емоційного включення, намагаються дозовано витратити емоції та реагують на життєві ситуації вибірково. Виконання професійної діяльності регулюється нормативно-функціональними обов'язками і позбавлене емоційної складової («машини працюють за програмою і без емоцій»). Безумовно, значним «бар'єром» під час навчання для студента є емоційно «вигорілий» викладач: байдужий, цинічний або тривожний, безпорадний, загалом дезадаптований педагог, виснажений фізично та емоційно, що втратив віру в себе, свою професію та в освітній заклад, в якому він працює. Такий викладач не може стати достойним партнером своїм студентам у їхній спільній навчальній діяльності. Тож не дивно, що величезна кількість студентів навчаються тільки «заради диплому» (читай – заради соціального статусу). Приклад викладача в процесі їхнього навчання просто нівелює інтерес до обраної професії. У свою чергу, робота з невмотивованими на навчання, байдужими студентами є одним з факторів, що провокує вигорання педагогів. Замкнене коло!

«Вигорання» є небезпечним і на початку свого розвитку, так і на будь-якому іншому етапі свого формування. Викладач, який «вигорає», зазвичай, погано усвідомлює або не усвідомлює його симптоми і зміни в цей період легше помітити з боку. Оскільки стан «вигорання» супроводжується згортанням комунікативної активності, створюються умови, за яких людина не вмотивована попросити, отримати і скористатися такою інформацією, внаслідок чого синдром набуває хронічного характеру.

Аналіз індивідуальних показників у чоловічій та жіночій підгрупах виявив таке. Жінки частіше усвідомлюють наявність психотравмуючих чинників при реалізації професійної діяльності, у них більшою мірою зростають напруга, роздратування та накопичуються відчай і обурення. Вони частіше говорять про пересиченість діловими контактами, тому прагнуть економно витратити емоції не лише в професії, а й поза нею. Серед викладачів-жінок більше скарг на фізичне здоров'я та незадовільний психічний статус, що свідчить про неможливість психологічного захисту справляється зі своїми функціями, і енергія емоцій перерозподіляється між іншими підсистемами людини.

Отже, результати засвідчили наявність гендерних відмінностей у прояві синдрому, а саме: редукція професійних досягнень виявилась більш вираженою у чоловіків, аніж у жінок ($t = 2,49$; $P = 0,014$). Критичним стажем роботи в університеті для формування редукції професійних досягнень, в рамках нашого дослідження був стаж роботи 11–15 років і більше 30 років ($F = 2,36$; $P = 0,045$). Применшення власної гідності, обмеження своїх можливостей, обов'язків по

відношенню до інших змінюється також залежно від віку, і максимально виражені в інтервалі від 31 до 40 років, а також у співробітників старше 60 років ($F = 2,62$; $P = 0,039$).

Таким чином, стать викладача і його вік мають значення для професійного вигорання співробітників навчального закладу. Беручи до уваги соціально-економічні умови в нашій країні, а також нормативно-правову базу функціонування системи освіти та їхнє застосування керівництвом навчального закладу, можна говорити про існування об'єктивних причин, які виступають джерелами стресових реакцій особистості, що створює підґрунтя для емоційного вигорання викладачів. Вже є загально відомим факт, що в результаті впливу об'єктивно існуючих трудових проблем і особистісних особливостей їх сприйняття формується різне ставлення викладачів до вимог професії. Якщо педагогом обираються стратегії поведінки, що не приводять до вирішення труднощів та не сприяють подальшому розвитку людини як особистості і як професіонала, то відбувається накопичення психоемоційного та фізичного напруження, розвиток негативних станів, зокрема, емоційного вигорання.

Аналізуючи результати анкетування, слід вказати на високу частку (близько 79 %) факторів, які викликають напруження викладачів, що певним чином пов'язане з освітнім закладом. Це підтверджує істотну роль в розвитку негативних психоемоційних станів педагогів, яку відіграє організаційний стрес, значну частку відповідальності за який несе адміністрація освітніх установ. Неблагополучна психологічна атмосфера в багатьох педагогічних колективах, особливості стилю керівництва, взаємини з колегами також виступають джерелом емоційної напруженості та безпосередньо впливають на розвиток психологічної перевтоми. На тлі загальносистемних негараздів, викладачі вказують, що серйозними стресовими впливами є організаційні проблеми і зміни в навчальних закладах. Реформи в освітньому середовищі, що недолуго і безсистемно відбуваються протягом багатьох років мають безпосереднє відношення до розвитку організаційного стресу, оскільки вимагають від педагогів постійного освоєння нових видів діяльності, що є однією з основних причин підвищеного психічного напруження. За умови потужного відтоку студентів, вкрай низького рівня державного фінансування керівництво використовує різні прийоми інтенсифікувати навантаження викладача. Внаслідок чого він позбавлений можливості у природній для нього спосіб готуватися до навчальних занять, готувати якісне методичне забезпечення, а також виконувати наукові дослідження. Також університети мають надмірний обіг документів, які забирають енергію та час викладача, які мін міг би з користю і без зайвого напруження спрямувати безпосередньо на виконання професійної діяльності. Багаторічний потік змін в сфері освіти з частими нововведеннями, що мають тимчасовий характер, не залишає педагогам можливості до них адаптуватися, критично осмислити, набути корисний досвід.

Висновки. Узагальнюючи отриману в процесі дослідження інформацію, можна констатувати, що серед факторів, які несприятливо впливають останніми роками на здоров'я педагогів, є такі. 1. Підвищені робочі навантаження, зумовлені зміщенням акценту діяльності від безпосередньої роботи зі студентами на необґрунтовано високий обсяг звітності. 2. Невідповідні актуальним можливостям викладача, зумовлені його фінансовим забезпеченням, вимоги щодо підтвердження свого професійного статусу (наукова робота не нормується і не відображена у навантаженні; публікація у журналах, що входять до наук метричних баз і, особливо, мають високий рейтинг, є занадто вартісними). 3. Відсутність адекватної системи післядипломного навчання педагогів, коли звичайна практика підвищення кваліфікації вимагає поєднання викладання та власного навчання. 4. Існуючий соціальний дискомфорт через невисокий розмір заробітної плати педагогів і падіння ролі профспілок, які перетворилися на формальних збирачів внесків з непрозорою системою їхнього використання. 5. Погіршення можливостей турботи педагогів про особисте здоров'я через фінансові труднощі, складності отримання кваліфікованої (і, перш за все, профілактичної) медичної допомоги, путівок для

лікування тощо. 6. Недостатньо представлену в педагогічних вишів підготовку в галузі здоров'я збереження всіх учасників освітнього процесу.

Стресогенним факторами для викладачів є: невизначеність перспектив у роботі, відсутність достатньої кількості вільного часу для, окремо для жінок – труднощі професійного зростання та підвищення по статусу. Ресурсом профілактики та подолання професійного вигорання викладачів повинні стати системні заходи, здатні привести до формування позитивного психосоціального клімату. Інакше якість освітніх послуг і кількість наукових досягнень будуть знижуватися. Так, одним з управлінських рішень може бути формування організаційної культури, що включає систему ідей («ідеологію» університету) і цінностей, що робить професійну діяльність більш осмисленою. Формування внутрішнього соціокультурного простору – є та межа, яка пом'якшує удари зовнішнього середовища і дозволяє будувати нові плани професійного розвитку.

Здійснене дослідження є лише спробою заявити актуальну для вивчення науковців і практиків тему, яка висвітлює нагальну потребу не лише фахівців, а й усього суспільства, оскільки певним чином торкається всіх і кожного. Усвідомлюючи обмеженість можливостей для широких узагальнень, однак наголошуємо, що результати можуть слугувати відправною точкою для низки наступних досліджень у цьому напрямку.

Список літератури

1. Багнетова Е. А., Шарифуллина Е. Р. Профессиональные риски педагогической среды // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 1–1. – С. 27–31. Режим доступа: <https://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=30864>.
2. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении; 2-е изд., доп. и перераб. – СПб: Пресса, 2004. – 474 с.
3. Борисова М. В. Психологічні детермінанти феномена емоційного вигорання у педагогів // Питання психології. – 2005. – № 2. – С. 96–104.
4. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика. – 2-е изд. – СПб: Питер, 2008. – 336 с.
5. Максименко С. Д., Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В. та ін. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти. – К.: Міленіум, 2004. – 264 с.
6. Плугина М. И. Условия укрепления профессионального здоровья преподавателей высшей школы // Живая психология. – 2015. – Т. 2, № 2. – С. 101–108.
7. Пономаренко В. А., Разумов А. Н., Пискунов В. В. Здоровье здорового человека. – М.: Медицина, 1997. – 205 с.
8. Психология здоровья / Под ред. Г. С. Никифорова. – СПб: Питер, 2006. – 607 с.
9. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout // J. of Occupational Behaviour. – 1981. – Vol. 2. – P. 99–113.
10. Maslach C., Leiter M. P. Burnout / G. Fink (Ed.). Encyclopedia of stress. – San Diego, CA: Academic Press, 2000. – Vol. 1. – P. 358–362.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ И ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Л. В. Муzychko, Л. Н. Фальковская, К. П. Гавриловская (Киев, Житомир)

Эмоциональное выгорание – это показатель психосоциального состояния преподавателя, а его психосоциальное благополучие является индикатором состояния человеческого капитала университета. Для вуза качество преподавательского состава определяет качество его научно-образовательной деятельности. Целью статьи является изучение проявления профессионального выгорания преподавателей в современных условиях и поиска приемлемых способов его преодоления ресурсами организации, которая является более гибкой системой, чем государственные учреждения. Основным диагностическим инструментом был Опросник диагностики уровня эмоционального выгорания (ОЭВ) В. В. Бойко. Методику исследования дополняла авторская анкета для конкретизации организационных условий и получения субъективной оценки системы факторов, которые вызывают нервно-эмоциональное напряжение педагогов. Анализ результатов показал обострение проявления ОЭВ преподавателей современных вузов. Традиционные факторы обременены факторами напряжения, связанные с образовательным

учреждением. Существенную роль в развитии негативных психоэмоциональных состояний педагогов играет организационный стресс, значительную долю ответственности за который несёт администрация. На фоне общесистемных проблем преподаватели указывают, что серьёзными стрессовыми воздействиями являются организационные проблемы и изменения в учебных заведениях. Ресурсом профилактики и преодоления эмоционального выгорания преподавателей должны стать системные меры, способные привести к формированию положительного психосоциального климата. Формирование внутреннего социокультурного пространства смягчает удары внешней среды и позволяет строить новые планы профессионального развития каждому преподавателю.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, психическое здоровье, профессиональное здоровье, преподаватель, высшая школа.

HIGH SCHOOL PROFESSORS' JOB BURNOUT AND THEIR PROFESSIONAL HEALTH

L. V. Muzychko¹, L. M. Falkovska², K. P. Havrylovskaya² (Zhytomyr, Kyiv; Ukraine)

¹Kyiv National Economics University named after Vadym Hetman;

²Zhytomyr state university named after Ivan Franko

Job burnout is an indicator of a psychosocial state of a teacher, and his psychosocial welfare is an indicator of University's human capital state. In case of a higher educational institution the quality of its teaching staff determines the quality of its scientific and educational activity. The aim of the article is to investigate the signs of job burnout of professors in modern conditions as well as to discover the appropriate ways of its overcoming by means of an organization which structure is more flexible compared with public institutions. The questionnaire of the emotional exhaustion level diagnostics of V. V. Boiko has been chosen as the main diagnostic instrument. The research methodology has been complemented by the authors' questionnaire to itemize organizational conditions and to obtain subjective evaluation of the system of factors which cause neuro-emotional stress of professors. The results analysis shows an escalation of the emotional exhaustion syndrome among professors of modern higher educational institutions. The traditional factors have been weighted down with stresses originated from the educational institution. The essential role in the occurrence of negative psycho-emotional states of teachers is performed by the organizational stress, which the administration is mainly responsible for. With the general systemic negative issues on the background the serious source of stress is organizational problems and changes in educational institutions. Systemic measures aiming at creation of an amiable psychosocial environment are expected to be the job burnout prevention and job burnout overcoming resource for professors. The creation of an internal social cultural space will mitigate the impacts of the external environment and allows to develop new plans of personal professional development for every teacher.

Key words: emotional burnout, mental health, professional health, teacher, high school.

УДК 616-056.2:331.108 : 616.89

Надійшла 26.09.2017

*IOANNA V. PAPATHANASIOU¹, KONSTANTINOS TSARAS¹, ELENI CHRISTODOULOU²,
ARISTIDES DAGLAS³, MICHAEL KOURAKOS⁴, CHRISTOS KLEISIARIS⁵,
EVANGELOS C. FRADELOS⁶ (Larissa, Athens, Heraklion; Greece)*

PROFESSIONAL BURNOUT IN STAFF OF MENTAL UNITS: THE ROLE OF WORKING CONDITIONS

¹Technological Educational Institute of Thessaly (Larissa); ²Public Institute of Vocational Education "Sotiria" (Athens); ³Hellenic Regulatory Body of Nurses (Athens); ⁴General Hospital "Asklepieio" Voulas (Athens); ⁵Technological Educational Institute of Crete (Heraklion);

⁶General Hospital "Sotiria" (Athens) <iopapathanasiou@yahoo.gr>

Aim of this study is to investigate the level of professional burnout of mental health employees and to investigate the possible influence of various mental health factors on professional burnout. A cross-sectional methodology was employed to this study. A cohort of 217 employees who work in mental health settings in Greece was recruited. Data were collected with a three –