



ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВЧИТЕЛІВ ЗЗСО: ІНТЕРПРЕТАЦІЯ СКРИНІНГОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ В КОНТЕКСТІ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ

Наталія Щерба

доктор педагогічних наук, доцент, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка, <https://orcid.org/0000-0002-5467-4292>, e-mail: scherbanatasha@gmail.com

Реферат:

Актуальність: Підготовка вчителів ЗЗСО до навчання учнів з інвалідністю передбачає формування в них інклюзивної компетентності, яка включає серед інших умінь і стратегій володіння здоров'язбережувальними технологіями. Водночас, високі вимоги до вчителя інклюзивного класу (зростання різноманітності особливих освітніх потреб учнів, необхідність регулярно приділяти додатковий час і зусилля, емоційно залучатись у складні життєві ситуації) призводять до їх перенавантаження, зниження ефективності, хронічного стресу та професійного вигорання. Розуміння та інтерпретація наявного психоемоційного стану педагогів є передумовою перегляду структури їх професійної підготовки та подальшої психологічної підтримки на рівні громад.

Мета: обрати та апробувати скринінгову шкалу професійного вигорання вчителів інклюзивних класів, визначити та інтерпретувати найбільш виражені симптоми вигорання.

Методи: опитування 65 вчителів ЗЗСО м. Житомира та Житомирської області, які працюють в умовах інклюзії, за допомогою онлайн-форми (Google Forms), що містила скринінгову шкалу діагностики професійного вигорання. Результати оброблялися шляхом підрахунку суми відповідей, що вказували на наявність специфічних симптомів вигорання. Аналіз даних здійснювався з урахуванням трьох основних шкал: емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція особистих досягнень.

Результати: Виявлено, що значна частина вчителів, залучених до інклюзивного навчання, відчуває симптоми професійного вигорання. Найбільш вираженими є симптоми емоційного виснаження (відчуття втоми, виснаження наприкінці робочого дня) та деперсоналізації (бажання усамітнитись). Також значна частина респондентів відчуває себе «на межі можливостей», що може бути пов'язано з додатковим навантаженням, пов'язаним з роботою з учнями з особливими освітніми потребами (ООП). Водночас, вчителі демонструють відносно високі показники за шкалами, що відображають їхні комунікативні вміння та віру у власні сили.

Висновки: Результати дослідження підтверджують наявність проблеми професійного вигорання у вчителів ЗЗСО, які працюють в умовах інклюзивної освіти. Тому до змісту їх професійної підготовки доцільно включити компонент психоемоційної саморегуляції. Також на рівні громад необхідна організація заходів профілактики та корекції емоційного вигорання вчителів, спрямованих на зниження рівня стресу, пов'язаного з роботою з учнями з ООП.

Ключові слова: професійне вигорання вчителів, інклюзивна освіта, учні з особливими освітніми потребами, скринінгова шкала, саморегуляція.

Вступ. Актуальність дослідження психоемоційного стану вчителів ЗЗСО в Україні обумовлена низкою важливих факторів, які

безпосередньо впливають на якість освітнього процесу, здоров'я педагогів та майбутнє суспільства. Українські освітяни працюють в

умовах реформ, збільшення обсягу роботи та часто недостатньої соціальної підтримки. Додатковим стресором є війна, яка впливає на психологічний стан як учнів, так і педагогів, вимагаючи від останніх додаткової емоційної підтримки та адаптації навчального процесу до складних обставин. У свою чергу, емоційний стан вчителя безпосередньо впливає на атмосферу в класі, мотивацію учнів до навчання, їх психологічний комфорт та академічну успішність. Вчителі, які переживають депресію, тривожність, вигорання або інші порушення психічного здоров'я, можуть бути менш ефективними у навчальному процесі, більш схильними до конфліктів з учнями та колегами, що негативно впливає на загальний психологічний мікроклімат в школі. Крім того, тривалий психоемоційний дистрес сприяє професійному вигоранню, що зумовлює зниження продуктивності, мотивації та задоволення від роботи.

Впровадження інклюзивної освіти вимагає від учителів емоційної стійкості, емпатії та вміння адаптувати навчальний процес до особливих освітніх потреб кожної дитини з інвалідністю. Недостатня підготовка та неефективна подальша підтримка педагогів у цій сфері може призвести до їх психоемоційного перевантаження, вигорання і потенційного звільнення з роботи.

Враховуючи вищезазначене, видається актуальним дослідити стан психічного здоров'я працюючих педагогів у контексті інклюзивної освіти, посилити їх психоедукацію в контексті емоційної саморегуляції, організувати системну підтримку їх психічного здоров'я на рівні громад, а також забезпечити перегляд і доповнення змісту підготовки майбутніх учителів до інклюзивної освіти.

Джерела дослідження. В основу даної роботи було покладено дослідження структури інклюзивної компетентності педагогів, як: І. І. Демченко (2016); О. І. Безлюдний, І. І. Демченко (2019); О. М. Кас'яненко (2018); О. В. Мартинук (2019); М. Чайковський (2012); Н. С. Щерба (2021) та ін.. Авторами вивчено та класифіковано методологічні засади підготовки працюючих і майбутніх освітян до роботи з дітьми та молоддю з ООП, проте питання підтримки їх психічного здоров'я та саморегуляції психоемоційного стану як невід'ємного компоненту виконання професійних обов'язків не розглядаються. Для дослідження та реалізації психологічної складової даної роботи було використано скринінгові шкали

вигорання В. В. Бойка; К. Маслах і С. Джексона в адаптації Н. Е. Водоп'янової; М. Олійник; В. Б. Шауфелі, Х. де Вітте, С. Десарта, 2019; О. Рукавішнікова, а також матеріали А. В. Коняхіної, І. Л. Гаврика, Н. В. Гриценко, Д. М. Гутенко, Н. М. Коропченко, О. М. Обравит, В. С. Полякової, Л. Г. Сухомлин, Ю. С. Усик та О. І. Чорного (2016). Аналіз наукової літератури не виявив досліджень, автори яких рекомендували б використання тих чи інших шкал у контексті вивчення психоемоційного стану вчителів, які працюють в інклюзивній освіті.

Мета статті полягає у виборі та апробації скринінгової шкали для встановлення професійного вигорання вчителів інклюзивних класів, визначенні та інтерпретації результатів опитування у контексті їх професійної підготовки та педагогічної діяльності.

Методи дослідження. Зважаючи на те, що емоційне вигорання не виділяється в класифікаторі хвороб DSM-5 як окреме порушення, нами було досліджено низку скринінгових шкал у їх кореляції з Міжнародною класифікацією хвороб-11 (МКХ-11).

1. Методика діагностики емоційного вигорання В.В. Бойко (1994) – це шкала, що складається з 84 запитань і методики обрахунку результатів. Вона дозволяє проаналізувати вираженість 3 компонентів вигорання (напруженість, резистенція, виснаження) в межах 12 симптомів синдрому, серед яких: переживання психотравмуючих обставин; незадоволеність собою; «загнаність у кут»; тривога і депресія; неадекватне вибіркове емоційне реагування; емоційно-моральна дезорієнтація; розширення сфери економії емоцій; редукція професійних обов'язків; емоційний дефіцит; емоційне відчуження; особистісне відчуження (деперсоналізація); психосоматичні та психовегетативні порушення (Стрелець, 2023).

2. Діагностика професійного вигорання педагогів (К. Маслах і С. Джексон в адаптації Н. Е. Водоп'янової, 1977) – це скринінгова шкала, призначена для виявлення таких ознак емоційного вигорання як: емоційне виснаження (втрата енергійності, відчуття виснаження), деперсоналізація (підвищення психологічного дистанціювання від роботи, негативні і песимістичні думки про роботу) та редукція особистих досягнень (зниження професійної ефективності). Концепція вигорання за баченням К. Маслах була внесена до 11-ї редакції

Міжнародної класифікації хворіб (МКХ-11), де воно належить до професійних явищ (Олійник, 2021). Шкала була створена для скринінгу професіоналів, які працюють з людьми (вчителів, медиків), а пізніше було розроблено її варіанти для представників інших професій. Шкала в адаптації Н.Е. Водоп'янової призначена для дослідження вчителів і складається з 22 запитань.

3. Опитувальник для вимірювання вигорання (Burnout Assessment Tool, BAT, 2019) розроблений В. Б. Шауфелі, Х. де Вітте та С. Дезарт, складається з 2 частин: запитань для виявлення базових (виснаження, відчуження, когнітивних порушень, емоційних порушень – 23 запитання) та вторинних симптомів (психологічних скарг і психосоматичних скарг – 10).

4. Методика визначення психічного вигорання О. Рукавішнікова (2003) дозволяє досліджувати професійне вигорання за такими показниками, як: психоемоційне виснаження, особистісне віддалення та професійна мотивація на трьох основних рівнях: міжособистісному, особистісному та мотиваційному. Методика

містить 72 запитання і вважається відносно простою в обробці результатів (Коняхіна., Гаврик, Гриценко та ін., 2016, с. 16).

5. Методика оцінки власного потенціалу «вигорання» (Дж. Гібсон) використовується для виміру компонентів вигорання і складається з 18 запитань, які відповідають одному з компонентів вигорання: деперсоналізація, особиста задоволеність, емоційне виснаження. Досліджуванам дозволяє визначити рівень вигорання як низький, середній чи високий (Коняхіна., Гаврик, Гриценко та ін., 2016, с. 16).

6. Методика дослідження синдрому вигорання (Дж. Грінберг) містить 20 запитань, на які потрібно відповісти ствердно чи заперечно, і дозволяє встановити рівень вигорання: низький (0-7 балів), середній (8-14 балів), високий (15-20 балів) (Коняхіна., Гаврик, Гриценко та ін., 2016, с. 16).

Інформацію за даними скринінговими шкалами систематизовано в табл. 1 Як можна помітити, у ній аналізується узгодженість з МКХ-11, зважаючи на те, що вигорання не внесено в DSM-5.

Таблиця 1

Характеристика скринінгових шкал з виявлення емоційного вигорання

№	Назва шкали	Узгодженість з МКХ-11	К-сть запитань	Особливості використання
1	Методика діагностики емоційного вигорання В.В. Бойко	Інформацію не виявлено	84	Дозволяє дослідити ступінь прояву 12 симптомів синдрому вигорання.
2	Діагностика професійного вигорання (К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н.Е. Водоп'янової)	Узгоджена з МКХ-11	22	Використовується для виявлення у вчителів таких ознак емоційного вигорання як: емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція особистих досягнень.
3	Опитувальник для вимірювання вигорання BAT	Узгоджена з МКХ-11	23 базових і 10 додаткових запитань	Використовується для виявлення базових і додаткових симптомів вигорання.
4	Методика визначення психічного вигорання О. Рукавішнікова	Узгоджена з МКХ-11	72	Дозволяє встановити показники психоемоційного виснаження, особистісного віддалення та професійної мотивації
5	Методика оцінки власного потенціалу вигорання Дж. Гібсона	Узгоджена з МКХ-11	18	Використовується для виявлення таких ознак емоційного вигорання як: емоційне виснаження, деперсоналізація та особиста задоволеність.
6	Методика дослідження синдрому вигорання Дж. Грінберг	Інформацію не виявлено	20	Використовується, щоб встановити рівень вигорання (низький, середній і високий).

Аналізуючи матеріали табл. 1, можна помітити, що шкала 5 є найкоротшою, а шкала 1 – найдовшою. Шкала 2 адаптована до виявлення ознак професійного вигорання *вчителів*. Крім того, автором даної шкали, К. Маслач, було розроблено концепцію структури вигорання, що лягла в основу МКХ-11. Зважаючи на це, в нашому дослідженні було використано шкалу діагностики професійного вигорання (К. Маслач і С. Джексон в адаптації Н.Е. Водоп'янової).

Результати й обговорення. Для виявлення наявності та особливостей професійного вигорання було проведено скринінгове дослідження 65 респондентів у межах курсів підвищення професійної кваліфікації вчителів ЗЗСО м. Житомира та Житомирської області на базі Житомирського державного університету імені Івана Франка (2024), які працюють в інклюзивних класах. Для цього було створено Гугл-форму, в якій до кожного твердження було запропоновано 6 варіантів відповідей (ніколи, дуже рідко, рідко, інколи, часто, дуже часто). Для розрахунку результатів скринінгу враховувалась лише сума двох останніх відповідей, що свідчили про наявність у респондентів специфічного

симптому. Як можна помітити з Рис. 1, найбільш вираженими у вчителів є симптоми професійного вигорання за відповідями на запитання 2, 3, 5, 16, 20, а саме: 2) До кінця робочого дня я відчуваю себе як вичавлений лимон (84,4%); 16) Мені хочеться усамітнитись і відпочити від усього і від усіх (72,3%); 3) Відчуваю себе втомленим, коли встаю вранці і повинен йти на роботу (69,3%); 20) Я відчуваю себе на межі можливостей (63,1%); 5) Я спілкуюся зі своїми учнями / колегами без зайвих емоцій (63%). З цього можна зробити висновки про наявність у більшості вчителів симптомів емоційного виснаження (запитання 2 та 3), деперсоналізації (16 і 5) та редукції особистих досягнень (20). Водночас, найнижчі показники вигорання було виявлено за відповідями на запитання 7, 12, 17, 18, 19, а саме: 7) Я вмію знаходити правильне рішення в конфліктних ситуаціях (3,1%); 12) Я легко спілкуюсь з людьми, незалежно від їх соціального статусу і характеру (6,1%); 17) Я легко можу створити атмосферу доброзичливості й оптимізму при спілкуванні (11,3%); 18) Я багато встигаю зробити за день (12,6%); 19) У мене багато планів і я вірю в їх здійснення (15%).

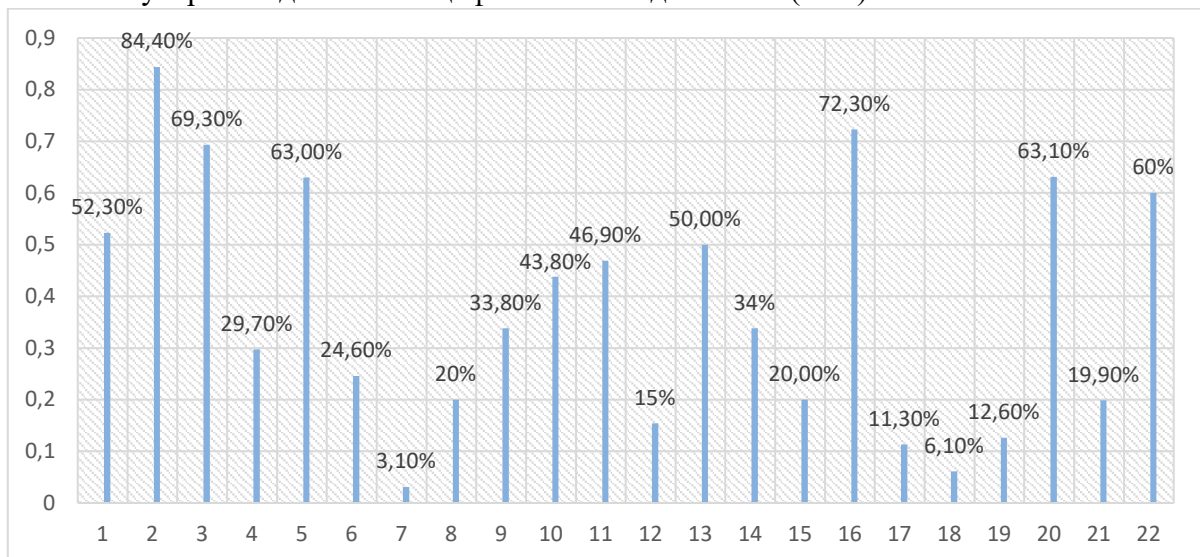


Рис. 1. Результати опитування вчителів ЗЗСО за шкалою діагностики професійного вигорання (К. Маслач і С. Джексон в адаптації Н.Е. Водоп'янової)

Проведене дослідження свідчить про наявність у вчителів інклюзивних класів професійного вигорання різного ступеня тяжкості.

На думку Ю. Д. Бойчук, О. С. Бородіної, К. І. Васильєвої та Н. П. Хребтової (2013), *інклюзивна компетентність* майбутнього вчителя

– це його інтегративноособистісне утворення, що зумовлює здатність здійснювати професійні функції в процесі інклюзивної освіти, враховуючи різні освітні потреби учнів з обмеженими можливостями здоров'я, забезпечуючи їх включення в загальноосвітнє навчальне середовище, створюючи умови для їх розвитку і саморозвитку, повноцінної соціалізації за рахунок безпосереднього *оволодіння здоров'язберігаючими технологіями*. Водночас, результати скринінгу свідчать про те, що вчителі не використовують дані знання для емоційної саморегуляції або таких знань недостатньо.

Висновки. Вчитель ЗЗСО традиційно розглядається як надавач освітніх послуг і вихователь. При цьому розвиток навичок емоційної саморегуляції не вважається необхідним компонентом їх професійної підготовки (І. І. Демченко (2016); О. І. Безлюдний, І. І. Демченко (2019); О. М. Кас'яненко (2018); О. В. Мартинук (2019); М. Чайковський (2012); Н. С. Щерба (2021)). Проведене психологічне дослідження підтверджує, що вчителі (і особливо ті з них, які безпосередньо пов'язані з інклюзивною

освітою) потребують підсиленої психоедукації щодо дієвих способів керування емоціями та надання конкретної допомоги на рівні громад (як-от: проведення арт-терапевтичних занять, систематичних психологічних семінарів / вебінарів, організації груп психологічної підтримки чи взаємодопомоги, забезпечення взаємодії з відповідними програмами та службами), що дозволило б їм відновлювати свою працездатність і стабілізувати психоемоційний стан. Дані заходи мають стати таким же обов'язковим компонентом професійно-педагогічної діяльності як і підвищення професійної кваліфікації, оскільки це відповідає вимогам чинного Профстандарту щодо розвитку здоров'язбережувальної компетентності вчителів.

Зважаючи на вищезазначене, доцільним напрямом подальшого дослідження видається розробка відповідних компонентів програм підготовки майбутніх педагогів і підтримки працюючих учителів інклюзивних класів, спрямованих на оптимізацію їх емоційної саморегуляції та підвищення психологічної стійкості.

Список посилань:

Безлюдний, О. І., Демченко, І. І. (2019). Мотиваційно-ціннісний вимір стану готовності студентів педагогічних спеціальностей університетів до роботи в умовах інклюзивного освітнього середовища. *Хуманитарні балканські дослідження*, 1(3), 12-16.

Бойчук, Ю. Д., Бородіна, О. С., Васильєва, К. І., Хребтова, Н.П. (2013). *Робоча програма навчальної дисципліни «Основи інклюзивної освіти» для студентів вищих педагогічних навчальних закладів*. Харків.

Демченко, І. І. (2016). *Теоретичні і методичні засади підготовки майбутнього вчителя початкових класів до професійної діяльності в умовах інклюзивної освіти* (Автореф. дис. доктора пед. наук). Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Умань.

Маслах, К., Джексон, С. (2021). *Діагностика професійного вигорання педагогів*. <https://vseosvita.ua/library/diagnostika-profesijnogo-vigoranna-k-maslac-s-dzekson-v-adaptacii-n-e-vodopanovoi-460627.html>

Кас'яненко, О. М. (2018). *Формування готовності майбутніх вихователів до роботи з дітьми дошкільного віку в умовах інклюзії*. (Автореф. дис. кандидата пед. наук). Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Тернопіль.

Коняхіна, А.В., Гаврик, І.Л., Гриценко, Н.В., Гутенко, Д.М., Коропченко, Н.М., Обравит, О.М., ... Чорний О.І. (2016). *Емоційне вигорання педагогів. Методичні рекомендації*. Суми, методичний кабінет відділу освіти Сумської районної державної адміністрації. <https://psychologdcp.in.ua/wp-content/uploads/>

Мартинчук, О. В. (2019). *Теорія та практика підготовки фахівців зі спеціальної освіти до професійної діяльності в інклюзивному освітньому середовищі*. (Дис. доктора наук). Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка, Київ.

Методика визначення психічного вигорання О. Рукавішнікова (2023). <https://vseosvita.ua/library/vyznachennia-psykhichnoho-vyhorannia-oleksiia-rukavishnikova-712897.html>

Методика діагностики емоційного вигорання В.В. Бойко. https://vzia.khmnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/5/bojko_opytuvalnyk.pdf

Олійник, М. (2021). *Дослідження синдрому вигорання. КІПТ-орієнтована модель допомоги при емоційному вигоранні*. Львів. <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2021/08/Oliynyk-M.-KPT-oriyentovana-model-dopomogy-pry-emotsiynomu-vygoranni.pdf>

Опитувальник для вимірювання вигорання (БАТ); версія, пов'язана з роботою. <https://burnoutassessmenttool.be/wp-content/uploads/2020/08/BAT-Ukrainian.pdf>

Стрелець, В.О. (2023). Матеріал: «Діагностика рівня емоційного вигорання» Віктора Бойко. <https://vseosvita.ua/library/diagnostyka-rivnia-emotsiynoho-vyhorannia-viktora-boiko-712894.html>

Чайковський, М. (2012). Інклюзивна компетентність як складова професійної компетентності суб'єктів навчально-виховного процесу. *Педагогіка і психологія професійної освіти*, 2, 16-18.

Щерба, Н. С. (2021). *Теоретичні та методичні засади підготовки майбутнього вчителя іноземної мови до реалізації практикоорієнтованого навчання старшокласників з особливими потребами*. (Дис. доктора наук). Житомирський державний університет імені Івана Франка, Житомир.

Schaufeli, W.B., De Witte, H. & Desart, S. (2019). *Burnout Assessment Tool (BAT) – Test Manual*. KU Leuven, Belgium: Internal report.

Переклад і транслітерація

Bezliudnyi, O. I., Demchenko, I. I. (2019). Motyvatsiino-tsinnisnyi vymir stanu hotonosti studentiv pedahohichnykh spetsialnostei universytetiv do roboty v umovakh inkliuzyvnoho osvitiynoho seredovyscha [Motivational-value dimension of the readiness of pedagogical students of universities to work in an inclusive educational environment]. *Humanitarny balkansky izsledovaniia*, 3, 1(3). p. 12-16 [In Ukrainian].

Boichuk, Yu. D., Borodina, O. S., Vasylieva, K. I., Khrebtova, N.P. (2013). *Robocha prohrama navchalnoi dystsypliny «Osnovy inkliuzyvnoi osvity» dlia studentiv vyshchych pedahohichnykh navchalnykh zakladiv*. [Syllabus of the academic discipline "Fundamentals of Inclusive Education" for students of higher pedagogical educational institutions]. Kharkiv. [In Ukrainian].

Demchenko, I. I. (2016). *Teoretychni i metodychni zasady pidhotovky maibutnoho vchytelia pochatkovykh klasiv do profesiinoi diialnosti v umovakh inkliuzyvnoi osvity* [Theoretical and methodological foundations of preparing future primary school teachers for professional activity in the context of inclusive education. Abstract of a doctoral dissertation in pedagogical sciences]. *Umanskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Pavla Tychyny, Uman* [In Ukrainian].

Diagnostyka profesiynoho vyhorannia pedahohiv (K. Maslach, S. Dzhekson v adaptatsii N. E. Vodopianovoi) (2021). [Diagnostics of professional burnout in educators (C. Maslach, S. Jackson, adapted by N. E. Vodopyanova)]. <https://vseosvita.ua/library/diagnostika-profesiynogo-vigoranna-k-maslach-s-dzekson-v-adaptatsii-n-e-vodopianovoi-460627.html>. [In Ukrainian].

Kasianenko, O. M. (2018). *Formuvannia hotovnosti maibutnykh vykhovateliv do roboty z ditmy doshkilnoho viku v umovakh inkliuzii: avtoref. dys. kandydata ped. nauk*. [Developing the readiness of future kindergarten teachers to work with preschool children in inclusive settings. Abstract of a candidate of pedagogical sciences dissertation]. *Ternopilskyi natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni Volodymyra Hnatiuka, Ternopil*. [In Ukrainian].

Koniakhina A.V., Havryk I.L., Hrytsenko N.V., Hutenko D.M., Koropchenko N.M., Obravyt O.M., ... Chornyi O.I. (2016). *Emotsiine vyhorannia pedahohiv. Metodychni rekomendatsii*. [Emotional burnout in educators. Methodological recommendations]. Sumy: metodychnyi kabinet viddilu osvity Sumskoi raionnoi derzhavnoi administratsii. <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/>. [In Ukrainian].

Martynchuk, O. V. (2019). *Teoriia ta praktyka pidhotovky fakhivtsiv zi spetsialnoi osvity do profesiinoi diialnosti v inkliuzyvnomu osvitiynomu seredovyschi*. [Theory and practice of preparing specialists in special education for professional activity in an inclusive educational environment. Abstract of a doctoral dissertation in pedagogical sciences]. *Instytut spetsialnoi pedahohiky i psykholohii imeni Mykoly Yarmachenka, Kyiv*. [In Ukrainian].

Metodyka vyznachennia psykhiichnoho vyhorannia O. Rukavishnikova. [O. Rukavishnikova's method for determining mental burnout]. <https://vseosvita.ua/library/vyznachennia-psykhiichnoho-vyhorannia-oleksiia-rukavishnikova-712897.html>. [In Ukrainian].

Metodyka diagnostyky emotsiinoho yhorannia V.V. Boiko. [V.V. Boyko's method for diagnosing emotional burnout]. https://vzia.khmn.edu.ua/wp-content/uploads/sites/5/bojko_opytuvalnyk.pdf. [In Ukrainian].

Oliinyk, M. (2021). Doslidzhennia syndromu vyhorannia. KPT-oriientovana model dopomohy pry emotsiinomu vyhoranni. [Research on burnout syndrome. CBT-oriented model of assistance for emotional burnout]. Lviv. <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2021/08/Oliynyk-M.-KPT-orientovana-model-dopomogy-pry-emotsiynomu-vygoranni.pdf>. [In Ukrainian].

Opytuvalnyk dlia vymiriuvannia vyhorannia (BAT); versiia, poviazana z robotoiu. [Burnout Assessment Tool (BAT); work-related version]. <https://burnoutassessmenttool.be/wp-content/uploads/2020/08/BAT-Ukrainian.pdf>. [In Ukrainian].

Strielets, V.O. (2023). Material: «Diahnostyka rivnia emotsiinoho vyhorannia» Viktora Boiko. Vseosvita. Strielets V.O. Material: «Diahnostyka rivnia emotsiinoho vyhorannia» Viktora Boiko. [Material: "Diagnostics of the level of emotional burnout" by Viktor Boyko]. <https://vseosvita.ua/library/diahnostyka-rivnia-emotsiinoho-vyhorannia-viktora-boiko-712894.html>. [In Ukrainian].

Chaikovskiy, M. (2012). Inkluzyvna kompetentnist yak skladova profesiinoi kompetentnosti subiektiv navchalno-vykhovnoho protsesu. [Inclusive competence as a component of the professional competence of subjects of the educational process. Pedahohika i psykholohiia profesiinoi osvity.]. [In Ukrainian].

Shcherba, N. S. (2021). Teoretychni ta metodychni zasady pidhotovky maibutnoho vchytelia inozemnoi movy do realizatsii praktykooorientovanoho navchannia starshoklasnykiv z osoblyvymy potrebamy. [Theoretical and methodological prerequisites of preparing future foreign language teachers for the implementation of practice-oriented teaching of high school students with special needs. (A doctoral dissertation in pedagogical sciences)]. Zhytomyr Ivan Franko State University, Zhytomyr. [In Ukrainian].

Schaufeli, W.B., De Witte, H. & Desart, S. (2019). Burnout Assessment Tool (BAT) – Test Manual. KU Leuven, Belgium: Internal report. [In English].

DOI: <https://doi.org/10.32835/2707-3092.2024.29.163-170>

EMOTIONAL BURNOUT OF SECONDARY SCHOOL TEACHERS: INTERPRETATION OF A SCREENING STUDY IN THE CONTEXT OF INCLUSIVE EDUCATION

Nataliia Shcherba

Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor, Zhytomyr Ivan Franko State University, <https://orcid.org/0000-0002-5467-4292>, e-mail: scherbanatasha@gmail.com

Abstract

Relevance. The preparation of secondary school teachers for educating students with disabilities requires the development of inclusive competence, which encompasses, among other skills and strategies, proficiency in health-preserving technologies. However, the elevated demands placed on teachers in inclusive classrooms—stemming from the increasing diversity of students' special educational needs, the need to consistently allocate additional time and effort, and the emotional engagement in complex life situations—result in teacher overload, reduced effectiveness, chronic stress, and professional burnout. Understanding and interpreting teachers' current psycho-emotional state is a prerequisite for revising the structure of their professional training and providing subsequent psychological support at the community level.

Objective: To select and test a screening scale for assessing professional burnout among teachers of inclusive classrooms, as well as to identify and interpret the most prominent burnout symptoms.

Methods: A survey was conducted with 65 secondary school teachers from Zhytomyr and Zhytomyr Oblast working in inclusive settings. Data were collected via an online form (Google Forms) containing a screening scale for

diagnosing professional burnout. The results were processed by calculating the sum of responses indicating specific burnout symptoms. Data analysis was performed based on three main subscales: emotional exhaustion, depersonalization, and reduction of personal accomplishment.

Results: The findings revealed that a significant proportion of teachers involved in inclusive education exhibit symptoms of professional burnout. The most pronounced symptoms include emotional exhaustion (feelings of fatigue and depletion by the end of the workday) and depersonalization (a desire for isolation). Additionally, a considerable number of respondents reported feeling “at the limit of their capacities,” which may be linked to the additional workload associated with supporting students with special educational needs (SEN). Nevertheless, teachers demonstrated relatively high scores on subscales reflecting their communication skills and self-efficacy beliefs.

Conclusions: The study results confirm the prevalence of professional burnout among secondary school teachers working in inclusive education settings. Consequently, it is advisable to incorporate a psycho-emotional self-regulation component into the content of their professional training. Furthermore, at the community level, there is a need to organize preventive and corrective measures aimed at reducing stress levels associated with teaching students with SEN and mitigating teacher burnout.

Keywords: *teacher’s professional burnout, inclusive education, students with special educational needs, screening scale, self-regulation.*

Стаття надійшла до редакції: 03 Вересня 2024

Прийнято до друку: 12 Грудня 2024