

діяльності, що відображується на різних соматичних процесах; конкретизована тривога, яка дає уявлення того, що загрозу можна усунути шляхом певних дій; 7) страх як емоційний негативний психічний стан.

Перспективою досліджень вважаємо подальший аналіз та систематизацію концептуальних уявлень щодо феноменології страху з метою дослідження особливостей виникнення страхів в різні вікові періоди.

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРЯННЯ ОСОБИСТОСТІ: ДО ПИТАННЯ ПРО ОПЕРАЦІОНАЛІЗАЦІЮ ПОНЯТТЯ

Н. В. Рижкова,

ад'юнкт спеціальності «Психологія»,

Військовий інститут КНУ ім. Тараса Шевченка

Науковий керівник: О. Д. Сафін, д. психол. н., професор

Дія численних емоціогенних чинників, як об'єктивних, так і суб'єктивних, що викликають наростаюче почуття незадоволеності, погіршення самопочуття і настрою, акумуляцію втоми, зниження фізіологічних показників, що характеризують напруженість роботи, веде до професійних криз, виснаження і вигорання особистості. Результатом цих процесів є зниження ефективності професійної діяльності фахівців, вони перестають справлятися зі своїми обов'язками, втрачають творчий настрій щодо предмета та продукту своєї праці, деформують свої професійні відносини, ролі і комунікації (Є. Ф. Зеер, Н. В. Кузьміна, А. К. Маркова, Л. М. Мітіна, А. О. Реан, О. О. Рукавишников та ін.).

Проблема профілактики та психокорекції емоційного вигорання є актуальною і вимагає здійснення комплексних превентивних і ситуативних заходів. Багато авторів констатують відсутність єдиної точки зору у розумінні цього психічного феномену, недостатню дослідженість причин і механізмів виникнення емоційного вигорання. І з теоретичної, і з практичної точки зору важливим є і питання про роль зовнішніх і внутрішніх чинників у формуванні та розвитку феномена емоційного вигорання. (О. Я. Чебикін, Є. Ф. Зеер, В. Є. Орел, Т. В. Форманюк, G. Freudenberg, E. Gincberg, D. Super, Chr. Maslach, A. Pines, B. Aronson, S. E. Jackson). Між тим дослідження цього феномена сприяє більш поглибленому розумінню

вікової динаміки та уточненню критеріїв його оцінки, що є маркерами настання вікових та професійних криз (Козлов В. В., 2014).

Емоційне вигорання, стрес і втома є самостійними феноменами, причини та чинники їхнього виникнення мають схожість і відмінність, і на окремих етапах розвитку стрес і втома вносять свій внесок у формування окремих фаз та етапів розвитку емоційного вигорання і вони можуть взаємно доповнювати і посилювати свої прояви (Налічаєва С. О., 2011). Будь-які зовнішні чинники діяльності впливають на особистість через призму внутрішніх умов (Рубінштейн С. Л., 1973). Серед внутрішніх детермінант вигорання розглядають ціннісно-сміслові особливості особистості (Л. Г. Дикая та ін.), емоційну спрямованість особистості, зміни у сфері емоційних станів і відносин фахівця (О. П. Саннікова та ін.), особливості ставлення до себе та інших (В. Є. Орел), особливості професійної мотивації (Л. В. Занков, С. Г. Москвічев). Як зовнішні детермінанти вигорання розглядають умови праці (Н. Є. Водоп'янова, О. С. Старченкова), моральну і матеріальну стимуляцію (А. А. Martinez та ін.), ставлення суспільства та ін. Через це важливим є підхід до дослідження вигорання як системного явища, що відображає взаємодію зовнішніх чинників, особливостей професійної діяльності та індивідуально-психологічних особливостей самого суб'єкта праці.

У більшості праць вигорання розглядається як стан фізичного, психічного виснаження у фахівців соціономічних професій (Н. Bredley, Н. Freudenberg, С. Maslach), як стресова реакція (Н. Є. Водоп'янова, С. Cherniss), інші автори не зводять вигорання ні до стомлення, ні до стресу, а розглядають його як екзистенційне явище (І. О. Куваєва), як «вигорання душі» (Л. О. Китаєв-Смик).

При вивченні впливу професії на особистість необхідно проаналізувати підходи до розуміння взаємодії особистості і професії. Так, представники одного підходу вважають, що особистість відбирається професією. У цьому підході увагу дослідників сконцентровано на результативній стороні розвитку особистості професіонала (Ф. Парсон, Дж. Холланд, Е. Роу). Інший підхід до взаємодії особистості і професії побудований на припущенні про те, що професія обирається, виходячи із наявності певних якостей та установок особистості, але водночас із цим кожна професія накладає специфічний відбиток на психічний вигляд людини. Через це професійне становлення особистості розглядається як процес самоактуалізації (Е. Ginzberg, D. Super, Chr. Maslach, Є. О. Клімов, Т. В. Кудрявцев).

Емоційне вигоряння представлено як один із проявів професійної деформації, тобто з точки зору впливу професії на особистість (М. В. Агапова, Р. М. Грановська, А. К. Маркова, О. М. Нікіфоров, С. Г. Геллерштейн, Ю. П. Поваренков). Процес професійного становлення є однією із найбільш важливих складових у загальній життєдіяльності людини, саме у професійній діяльності найбільш інтенсивно відбувається зміна особистості. У працях Є. О. Клімова, В. Є. Орла, Л. П. Урванцева, Т. В. Кудрявцева, О. В. Сухарева та інших переконливо доведено, що ці зміни торкаються усіх сфер особистості і проявляються на різних рівнях її організації.

Уперше проблема емоційного вигоряння у психології з'явилася у США у 70-х роках минулого століття, і не як дослідницький конструкт, а як соціальна проблема. У контексті досліджень проблеми негативного впливу професійної діяльності на особистість Freudenberg в 1974 році ввів спеціальний термін «burnout». Це поняття було розкрито ним як синдром, що містить симптоми загальної фізичної стомленості і розчарування у професії альтруїстичного змісту. Chr. Maslach, S. E. Jackson додали також симптоми емоційної виснаженості, деперсоналізації і зниження загальної працездатності.

На сьогоднішній день найбільш часто вживаним є визначення вигоряння, дане Chr. Maslach і S. E. Jackson у 1986, де вигоряння представлено як синдром емоційного виснаження, деперсоналізації і зменшення особистісних досягнень, що виникає у фахівців, які працюють із людьми. Pines і Aronson описують вигоряння як стан фізичного, емоційного і психічного виснаження, викликаний тривалим включенням у ситуацію, яка висуває високі вимоги до емоційної сфери. Brill вважає, що вигоряння має два специфічних симптома – дисфоричні симптоми і зниження досягнень на роботі. Вигоряння розглядається цими авторами як стан, пов'язаний із роботою, що виникає у «нормальних» індивідів, які не страждають психопатологією і раніше функціонували на адекватному рівні.

Емоційне вигоряння як процес визначає Cherniss, він вводить новий елемент етіології вигоряння - індивідуальний спосіб подолання стресу. Як процес зростаючого розчарування описали вигоряння Edelwich, Brodsky, Etzion. Більшість авторів, розглядаючи процес вигоряння, відзначають, що він починається із напруги, яке є результатом суперечності між очікуваннями, намірами, бажаннями та ідеалами особистості і вимогами суворой повсякденної реальності

(Armstrong, Barner, Beck, Gargiulo, Forney, Wiggers, Kelli, Tomhave, Rubington, Farber, Harrison, Maslash, Pines).

У науковій літературі також можна зустріти дані про «згоряння» (як синонім), існуючому серед людей соціономічних професій. У цьому випадку «згорання» визначається через симптоми фізичної втоми та емоційної виснаженості у відповідь на дії стрес-чинника виробничого середовища, пов'язаного із міжособистісними відносинами. В останні роки поняття «вигорання» стало з'являтися усе частіше. Процес вигорання виникає на окремих періодах професійного розвитку і в більшості випадків розглядається як «хвороба спілкування» (Л. О. Китаєв-Смик).

Проаналізувавши поняття «вигорання», В. В. Козлов зробив висновки, що воно змістовно збігається із поняттям «духовна криза». Саме деформація або загроза деформації як фруструючий чинник для ядерних компонентів Его і близьких до них за ціннісною значущістю компонентів є основною причиною психодуховної кризи. Симптоми, супутні процесу емоційного вигорання, диференціюються на афективні, когнітивні, фізичні, поведінкові та мотиваційні і проявляються на індивідуальному, міжособистісному та організаційному рівнях.

Операціоналізація феномена «емоційного вигорання» дозволяє розглядати його як стійке, прогресуюче, негативно забарвлене психологічне явище, що починається з психоемоційного напруження і приводить до виснаження, розвитку дисфункціональних установок і поведінки на роботі, зниження або втратою професійної мотивації, що виявляється у професійній діяльності. Щодо чинників формування феномену «емоційного вигорання», то у зарубіжній психології сформувалися індивідуальний, інтерперсональний та організаційний підходи (H.Freudenberger, Richelson; Edelwich, Brodsky, Meier; Hobfoll, Freedy; Hobfoll, Shirom; Fischer; A.Pines, Harrison; Chr.Maslach; Buunk, W.Schaufeli; Arlie Hochschild; C.Cherniss, Winnubst, RT Golembiewski, J.De Jonge, Ф.Сторлі, П.Коста, Р.Макграс).

Таким чином, емоційне вигорання – це стійке, прогресуюче, негативно забарвлене психологічне явище, що починається із психоемоційного напруження і приводить до виснаження, розвитку дисфункціональних установок і поведінки на роботі, зниження або втрати професійної мотивації, що виявляється у професійній діяльності. Воно являє собою цілісний симптомокомплекс, дія якого охоплює усі основні структурні рівні особистості: соціально-психологічний, що відображає зміну міжособистісних відносин; особистісний – що відображає зміну особистісних рис; мотиваційний – що відображає якісну і змістовну зміну мотивації; а також регулятивно-ситуаційний, що відображає зміну станів

та емоційних відносин. Фахівець із хорошим контролем над власною емоційною сферою, цілеспрямований, вольовий і рішучий має меншу ймовірність емоційного вигорання. У тому випадку, коли емоційне вигорання виходить за межі професійної діяльності, рекомендується психокорекція та психотерапія, звернення за психологічною допомогою.

РОЗВИТОК В ОСОБИСТОСТІ ПІЗНАВАЛЬНОГО І ПРОФЕСІЙНОГО ІНТЕРЕСІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

В. Ю. Стрельников,
*професор кафедри педагогіки, фізичної культури
та управління освітою,
доктор педагогічних наук, професор,
Донецький національний університет
імені Василя Стуса*

Л. В. Лебедик,
*доцент кафедри педагогіки та суспільних наук,
доктор педагогічних наук, доцент
Вищий навчальний заклад Укоопспілки
«Полтавський університет економіки і торгівлі»*

Розгляд пізнавального і професійного інтересів як важливих характеристик особистості, яка взаємодіє із оточенням, передбачає розкриття сутності інтересу в тісному зв'язку й відповідно із завданнями, які вирішує соціум на конкретному етапі історичного розвитку. Проблема розвитку інтересу до навчання була і є актуальною для багатьох вітчизняних та зарубіжних учених.

Ще у працях ряду дослідників (Бодальов О. О., 1983; Леонтьєв О. О., Морозова Н. Г., 1974; Нечипорук З. С., 1967) показано, що становлення і розвиток інтересу до певного виду діяльності є складним та багатоплановим процесом, який у процесі професійної підготовки, поряд з іншими елементами психіки регулює поведінку особистості. Педагоги розглядають інтерес як засіб виявлення і постійної підтримки у тих, хто навчається, активної зацікавленості своїм оточенням, соціально-економічним життям. Різноманітні аспекти вияву і характеристики інтересу знайшли