

2. Колупасва А.А., Таранченко О.М. Інклюзивна освіта: від основ до практики: монографія. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/719179/1/Інклюзивна%20освіта_від%20основ%20до%20практики.pdf (дата звернення: 12.10.2024).
3. Коць М. О. Особливості психологічної корекції емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. Психологія: реальність і перспективи. 2018. №. 10. С. 85–90. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2018_10_15 (дата звернення: 12.10.2024).
4. Миронова С. П. Засоби корекційної роботи у навчально-виховному процесі спеціальних та інклюзивних закладів. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2014. №. 26. С. 149–152. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2014_26_33 (дата звернення: 12.10.2024).
5. Про основи соціальної захищеності осіб з інвалідністю в Україні. Офіційний вебпортал парламенту України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/875-12#Text> (дата звернення: 13.10.2024).
6. Савчук Л. І. Корекційне навчання дітей із ЗПП в умовах загальноосвітньої школи. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. пр. Відкр. міжнар. ун-т розвитку людини «Україна», Ін-т вищ. освіти НАПН України, Ін-т спец. педагогіки НАПН України. URL: <https://ap.uu.edu.ua/article/422>. (дата звернення: 12.10.2024).

*Курдила Анастасія
Науковий керівник – доц. Чіп Руслана*

ХАРАКТЕРИСТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПЕДАГОГІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Вступ. Емоційне вигорання є одним із найбільш розповсюджених та значущих викликів, з якими зустрічаються педагоги, особливо ті, хто працює з дітьми з особливими освітніми потребами. Цей феномен характеризується хронічною втомою, зниженням емоційної та фізичної витривалості, а також почуттям відчуження від професійних обов'язків. В умовах інтенсивної емоційної залученості, яка вимагає високого рівня емпатії, вчителі, що працюють з дітьми, які потребують особливого підходу, часто перебувають під впливом постійного стресу. Це створює передумови для розвитку емоційного вигорання, що впливає не лише на професійну діяльність, а й на психологічне здоров'я педагогів, знижуючи їх здатність ефективно взаємодіяти з учнями та виконувати свої обов'язки. Педагог, котрий працює з дітьми з особливими освітніми потребами, повинен проявляти до них більше співчуття та співпереживання, що власне виснажує його емоційну сферу [4, с. 282].

Мета наукової статті полягає у визначенні основних характеристик та чинників емоційного вигорання педагогів, які працюють з дітьми з особливими освітніми потребами.

Виклад основного матеріалу. Дослідженням симптомів емоційного вигорання займалося багато зарубіжних та вітчизняних дослідників, зокрема серед них можна виділити: Г. Фрейденберг, Б. Пелман та Є. Хартман, Е. Махер, К. Маслач, С. Джексон, В. Бойко, Н. Водоп'янова, О. Старченкова, А. Маркова, В. Орел та інші.

Зокрема, в праці О. Сербової, Г. Лопатиної та Н. Цибуляк емоційним вигоранням педагогів вважають поступову втрату життєвої функціональності і втому під впливом стресу, що спричинені деталями організації та реалізації навчальної діяльності дітей [4, с. 283].

Т. Цьомик-Яворська та О. Костюк дійшли висновку, що переважна більшість педагогів, які працюють з дітьми з особливими освітніми потребами страждають на недостатню емоційну сприйнятливість, намагаються знизити взаємодії з колегами, їм також притаманне бажання побути наодинці, прослідковується невиконання професійних обов'язків і розширюється сфера економії емоцій [5].

О. Мірошниченко виділяє психофізичні, емоційні, поведінкові, соціально-психологічні симптоми «професійного вигорання». Чинники, що ведуть до виснаження особистісних ресурсів і є причиною вигорання у педагогів, поділяються на внутрішні та зовнішні. Внутрішні чинники пов'язані з особистістю, а також з професійністю, зовнішні – безпосередньо мають зв'язок з учасниками освітнього процесу (діти, батьки, колеги) або з політикою організації. Проявами вигорання, власне ознаками і симптомами є зміни в поведінці, емоційні зміни, зміни у мисленні і у стані здоров'я [2].

Аналізуючи наукову літературу, можемо виокремити фактори, що викликають спричинення професійних стресів:

- значний рівень відповідальності за успіхи та добробут учнів;
- дисбаланс між вкладеними інтелектуальними й енергетичними зусиллями та отриманою моральною й матеріальною віддачею;
- напруженість та конфлікти в професійному середовищі;
- обмежені можливості для самовираження;
- монотонність виконуваних завдань;
- відсутність позитивної оцінки результатів роботи;
- часто відсутність кар'єрних перспектив;
- малопомітні результати зусиль;
- нерозв'язані особисті питання [2].

В. Сербова, О. Лопатіна, Н. Цибуляк провели дослідження щодо проявів емоційного виснаження у корекційних педагогів, що можна охарактеризувати «стадією резистентності», а саме: емоційна замкнутість, відчуженість, байдужість [4]. У цій ситуації вкладення в професійні справи і спілкування може викликати у дефектолога відчуття виснаженості, а бажання зберегти емоційне здоров'я і благополуччя часто призводить до збереження емоцій, реалізації захисних бар'єрів у взаємодії з іншими. Специфіка діяльності корекційного педагога полягає у розпізнаванні та формуванні особистісних якостей у дітей з особливими освітніми потребами.

Частота етапів емоційного вигорання у вчителів, непостійна, але є очевидна загальна закономірність, яка ґрунтується на специфічних професійних кризах. Професійне вигорання у вчителів спричинене, наприклад, симптомами резистентного компонента. Найпоширенішими симптомами синдрому є емоційна та моральна неоднозначність, недостатньо вибіркове емоційне реагування, підвищена емоційна стійкість та зниження професійної відповідальності.

О. Ляш, І. Кашараба провели дослідження та задокументували, що майже половина вчителів приватних шкіл мають високий ступінь емоційного виснаження. За результатами діагностики особистісних характеристик дослідники відзначили, що педагогам притаманні риси критичності, ізоляваності, скромності, суворості, схильності піклуватися про інших, консервативності та конфліктності [1].

Професійне вигорання поширене серед молодих педагогів, які хочуть мати високу кваліфікацію, а якщо її не досягають, то виникає відчуття некомпетентності та пригніченості. Фахівці, які мають більший педагогічний досвід, часто мають фізичну та розумову втому, що також заважає їм бути ефективними у роботі з учнями [1, с. 247].

За результатами дослідження, О. Островська виявила, що корекційні педагоги демонструють вищий рівень емоційної виснаженості, емоційної усвідомленості та контролю над власними емоціями, але менш комунікабельні. З іншого боку, вчителі середньої школи показують нижчий рівень емоційної виснаженості, емоційного усвідомлення і управління власними емоціями, однак володіють вищим рівнем комунікабельності. Водночас для вчителів приватних шкіл факторами професійного вигорання виступають такі чинники як емоційні, характерологічні та психологічні [3].

Висновки. Отже, можемо стверджувати, що емоційне вигорання є поширеною проблемою. Постійний стрес, висока емоційна залученість і необхідність демонструвати емпатію спричиняють поступове виснаження особистісних та професійних ресурсів педагогів. Емоційне вигорання є комплексним професійним явищем, яке має багатовимірний вплив на особистість та кар'єру фахівця. Воно проявляється через емоційне виснаження, що веде до спустошення і втрати мотивації. Вигорання також пов'язане зі знеціненням професійних досягнень, відчуттям некомпетентності та акцентом на невдачах. Дисбаланс між професійними та особистими вимогами, особливо на початку кар'єри, є критичним чинником, що пришвидшує розвиток вигорання, перешкоджаючи повноцінному професійному розвитку та становленню особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ляш О.П. Кашараба І.О. Шимон К.О. Яцюк М.В. Теоретична модель професійного вигорання педагогів закладу інтернатного типу. ГАБІТУС. 2020. №20. С. 245–250
2. Міщук О. В. Психологічні чинники професійного вигорання вихователів ДНЗ: Кваліфікаційні роботи здобувачів вищої освіти кафедри педагогіки та психології професійної освіти. Київ, 2020. 140 с.

3. Островська К. Психологічні чинники професійного вигорання у корекційних педагогів. Науковий часопис. Спеціальна психологія. 2012. Вип. 12. С 402– 409
4. Сербова О.В., Лопатіна Г.О., Цибуляк Н.Ю. Емоційне вигорання спеціального педагога. Актуальні питання корекційної освіти. 2019. №2. С. 279– 290
5. Цьомик-Яворська Т., Костюк О. Особливості емоційного вигорання педагогів. Інклюзивна освіта як індивідуальна траєкторія особистісного зростання дитини з особливими освітніми потребами. 2020. Випуск 3. С. 201– 204.

Галамага Анастасія

Науковий керівник – проф. Радчук Галина

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ГОТОВНІСТЬ ВАГІТНИХ ЖІНОК ДО МАТЕРИНСТВА

Проблема психологічної готовності вагітних жінок до материнства в умовах війни належить до складних і малодосліджених питань у сфері перинатальної психології. Ця проблема охоплює різноманітні аспекти, включно з психоемоційним станом жінок, їх здатністю адаптуватися до нових умов та впоратися з викликами материнства на фоні воєнних стресових чинників. Війна створює багаторівневий стрес, що може проявлятися у вигляді тривоги, депресії, посттравматичного стресового розладу (ПТСР), а також негативно впливати на здатність вагітної жінки приймати нову материнську роль [6]. Дослідження цих аспектів дозволить у майбутньому розробити ефективні психологічні та соціальні інтервенції, які допоможуть підтримати жінок під час вагітності та після народження дитини в умовах війни.

Мета статті – теоретично проаналізувати вплив війни на психологічну готовність вагітних жінок до материнства, визначити основні стресові фактори.

Народження дитини є переломним етапом у житті родини, що супроводжується значними змінами, здатними викликати стрес і труднощі, якщо до них не бути підготовленими. Тому психологічна готовність до материнства відіграє ключову роль у забезпеченні свідомого підходу до батьківства.

Аналізуючи праці різних авторів, Н. Шмілик визначила, що психологічна готовність до материнства (ПГМ) є особистісним утворенням вагітної жінки, що відображає об'єкту-суб'єктивну спрямованість на майбутню дитину [4]. Це означає, що ще на етапі вагітності формується емоційний і психологічний зв'язок з дитиною, який стає основою для майбутньої материнської поведінки.

О. П. Проскурняк у своїй дисертаційній роботі «Психологічна структура та особливості прояву феномену готовності до материнства» запропонувала найбільш комплексне визначення цього феномену. Вона трактує психологічну готовність до материнства як поєднання базових біологічних інстинктів й особистісних новоутворень, що формуються й трансформуються протягом життя під впливом соціокультурних і ціннісних факторів. Серед ключових чинників виокремлюється модель відносин у батьківській родині, зокрема стосунки жінки з матір'ю, а також система цінностей її найближчого соціального оточення. Ця готовність проявляється в здатності зберігати стійкість до зовнішніх впливів, пов'язаних із народженням дитини, включаючи зміни у стосунках, режимі життя та фізичному стані під час вагітності, пологів і післяпологового періоду.

Визначення змісту та особливостей психологічної готовності до материнства дозволяє перейти до аналізу її складових. Як зазначає українська дослідниця Н.Яремчук, структура ПГМ охоплює такі компоненти:

- Ціннісно-мотиваційний.
- Інформаційно-пізнавальний.
- Комунікативний.
- Емпатійний.
- Афективно-регулятивний [5].

Вказані складові перебувають у взаємозв'язку й забезпечують системну готовність жінки до виконання материнських функцій. Вони охоплюють когнітивні, емоційні й поведінкові аспекти, необхідні для успішної адаптації до ролі матері в різних соціально-психологічних умовах.