

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МОРСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
OSNABRÜCK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
(GERMANY)
КАШ-ОНМУ: ЦЕНТР ВИВЧЕННЯ КИТАЮ
ВЕЛИКОТИРНОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ СВ. КИРИЛА ТА
МЕФОДІЯ (БОЛГАРІЯ)
ІНСТИТУТ КРИМІНАЛЬНИХ НАУК ТА ПРИКЛАДНОЇ КРИМІНОЛОГІЇ (МОЛДОВА)
ASOCIATIA OBSTEASCA "PERSPECTIVA" (MOLDOVA)
АСОЦІАЦІЯ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ (УКРАЇНА)
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ ІМ. НІКОЛАЄ ТЕСТЕМЦАНУ
РЕСПУБЛІКИ МОЛДОВИ, КАФЕДРА ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ



АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**III Міжнародної науково - практичної
конференції**

13 - 14 травня 2022 року

м. Одеса

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МОРСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
OSNABRÜCK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
(GERMANY)
КАШ-ОНМУ: ЦЕНТР ВИВЧЕННЯ КИТАЮ
ВЕЛИКОТИРНОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ СВ. КИРИЛА ТА
МЕФОДІЯ (БОЛГАРІЯ)
ІНСТИТУТ КРИМІНАЛЬНИХ НАУК ТА ПРИКЛАДНОЇ КРИМІНОЛОГІЇ (МОЛДОВА)
ASOCIATIA OBSTEASCA "PERSPECTIVA" (MOLDOVA)
АСОЦІАЦІЯ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ ОДЕСЬКОЇ ОБЛАСТІ (УКРАЇНА)
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МЕДИЦИНИ ТА ФАРМАЦІЇ ІМ. НІКОЛАЄ ТЕСТЕМІЦАНУ
РЕСПУБЛІКИ МОЛДОВИ, КАФЕДРА ПСИХІАТРІЇ, НАРКОЛОГІЇ ТА МЕДИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ



ACTUAL ISSUES OF PSYCHOLOGY IN THE MODERN INNOVATIVE SPACE

I INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE PAPERS VOLUME

May 13-14, 2022

УДК 159.9:001.895-047.37(082)

A437 <https://doi.org/10.33082/onmu/aipmis-2020>

Рекомендовано до друку Вченою радою Одеського
національного морського університету. *Протокол*
№ 10 від 27.04.2022 року.

Редакційна колегія:

Р. П. Шевченко, д. психол.н., проф., завідувач
кафедри практичної психології ННМГІ ОНМУ;

О. А. Діколь-Кобріна, ст. викладач кафедри
практичної психології ННМГІ ОНМУ.

A437 **Актуальні** питання психології у сучасному
інноваційному просторі : Збірник матеріалів
міжнародної наук.-практ. конф., м. Одеса, ОНМУ,
13-14 травня 2022 р. / Редкол. : Р. П. Шевченко, О. А.
Діколь-Кобріна. – *Одеса : Видавництво «Друк*
Південь», 2022. – 234 с.

Матеріали збірника відображають результати досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи професорсько-викладацьким складом закладів вищої освіти України та зарубіжжя, провідних науковців, практиків, студентів та молодих науковців. Збірник може бути використаний для підвищення якості підготовки фахівців з психології та вдосконалення педагогічного процесу.

УДК 159.9:001.895-047.37(082)

Матеріали друкуються мовою оригіналу в авторській редакції

© Колектив авторів, 2022

© Видавництво «Друк Південь», 2022

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ГРУП

А. В. Кернас

Кандидат психологічних наук,
Доцент кафедри практичної психології,
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

А. М. Костякова

Студентка 4 курсу факультету психології
Одеський національний морський університет
м. Одеса, Україна

Феноменологічна природа емоційного вигорання вивчається в різних галузях наукової діяльності. Актуальністю даного питання займалися зарубіжні вчені - Б. Перлман та Е. Хартман, так і вітчизняні Н. М. Водоп'янова, В. В. Бойко, Н. М. Буталевич, В. О. Орел, А. К. Маркова. На думку Б. Перлмана та Е. Хартмана, синдром емоційного вигорання системно впливає на людину. Основними проявами його є емоційне та фізичне виснаження, деперсоналізація та знижена продуктивність праці.

Таким чином, обрана нами тема є актуальною як у теоретичному, так і у практичному сенсі.

На підставі проведеного нами аналізу науково дослідної та науково методичної літератури ми можемо зробити наступні висновки: - професійний стрес – різноманітний феномен, що виражається у психічних і фізичних реакціях на напругу.

В даний час професійний стрес виділений в окрему рубрику міжнародної класифікації хвороб (МКБ-10) . На думку фахівців до професійного стресу призводить надмірне навантаження людини на роботі. Недостатньо чітке обмеження його повноважень та посадових обов'язків. Неадекватна поведінка колег, і навіть довга виснажлива дорога до міста роботи та назад. Не кажучи вже про недостатню оплату праці, одноманітної діяльності, або відсутності кар'єрних перспектив [3].

Зазвичай із за необізнаності спеціалістів різних професій, що стосується збереження свого психологічного здоров'я, відсутність

умінь ефективно долати стресові ситуації призводять до ускладнень у професійній діяльності, у взаємодії з оточуючими, сприяють зниженню працездатності, в сім'ї, виникненню депресивних станів і, як наслідок впливу цих та інших факторів, формуванню синдрому «емоційного вигорання» [1].

Мета роботи полягає в дослідженні та визначенні рівня емоційного вигорання у представників різних професійних груп. Розробка корекційної програми для запобігання емоційного вигорання у представників різних професійних груп.

Методи дослідження: - теоретичний аналіз наукової літератури щодо проблеми дослідження; - емпіричні методи: спостереження, бесіди, анкетування, тестування, в ході якого нами використовувався наступний ансамбль психодіагностичних методик:

1. Опитувальник «професійне вигорання» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптації Н. Є. Водоп'янової)[2];

2. Методика «діагностики рівня емоційного вигорання» В. В. Бойка [1].

Висновок. Проведений аналіз показав, що у половини досліджуваних синдром «емоційного вигорання» знаходиться на стадії формування, що свідчить про значну поширеність цього феномену. Відсутність значущих розбіжностей між представниками різних типів професій за рівнем синдрому «емоційного вигорання» і його фаз свідчить про те, що специфіка професії та інтенсивність спілкування не є однозначно необхідними чинниками для виникнення «емоційного вигорання». Більш значущими є особистісні фактори формування «емоційного вигорання» та особливості професійної самореалізації. Результати опитування свідчать про те, що значній кількості працівників притаманне напруження на роботі, незадоволеність собою, неадекватне емоційне реагування, в свою чергу це значить, що особа проявляє неконтрольований вплив настрою на свої професійні обов'язки, зменшення взаємодії з колегами, припинення професійних обов'язків, бажання побути на самоті, розширення сфери економії емоцій. Найбільш вираженою ознакою для досліджуваних є редукція особистих досягнень. Їхнє ставлення проявляється у тенденції до негативного оцінювання себе, своїх професійних досягнень та успіхів, негативізму щодо професійної гідності та можливостей або ж у нівелюванні особистої гідності, обмеженні своїх можливостей, обов'язків щодо інших.

Література

1. Бойко В. В. Синдром емоціонального вигорання в професіональному общенні / В.В.Бойко. – СРб.: Сударыня, 1999. – 32 с.
2. Водоп'янова Н. Є. Синдром вигорання: діагностика та профілактика / Н.Е. Водоп'янова Є.С. Старченкова.-СРб.:Пітер, 2008.-336 с.
3. Щербатих Ю.В. Психологія стресса и методы коррекции / Ю.В.Щербатих. - СРб.: Серия «Учебное пособие», 2008.- 256с.

УДК 159.9.072.59

аукове видання

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СУЧАСНОМУ ІННОВАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

ІІ Міжнародної науково-практичної конференції

13-14 травня 2022 року