

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ»**

КОЛТУНОВИЧ ТЕТЯНА АНАТОЛІЇВНА



УДК 159.944.4:373.2.011.3-51

**ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ КОРЕКЦІЇ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ
У ВИХОВАТЕЛІВ ДИТЯЧИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Острого – 2016

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано в ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», м. Івано-Франківськ, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Москалець Віктор Петрович,
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»,
завідувач кафедри загальної та клінічної психології

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Радчук Галина Кіндратівна,
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка,
завідувач кафедри практичної психології;

кандидат психологічних наук
Крижановська Зореслава Юрївна,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
доцент кафедри загальної та соціальної психології

Захист дисертації відбудеться «17» червня 2016 р. об 11.30 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 48.125.03 у Національному університеті «Острозька академія» за адресою: вул. Семінарська, 2, м. Острого, Рівненська обл., 35800

З дисертацією можна ознайомитися на сайті www.oa.edu.ua та у науковій бібліотеці Національного університету «Острозька академія» за адресою: вул. Семінарська 2, м. Острого, Рівненська обл., 35800

Автореферат розісланий «17» травня 2016 року

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради,
кандидат психологічних наук, доцент



О. В. Матласевич

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження. Інтенсифікація професійної діяльності педагогів, інформаційні, комунікативні, емоційні перевантаження, виснаження адаптивних ресурсів актуалізують проблему збереження їх фізичного та психічного здоров'я, забезпечення стійкості до професійно зумовлених захворювань і розладів, зокрема професійного вигорання. Цей феномен поширюється серед представників багатьох соціономічних процесів, до яких належить і професія вихователя дитячого (дошкільного) навчального закладу (далі – ДНЗ). Передумовами формування професійного вигорання можуть виступати висока відповідальність, покладена на них з боку суспільства та родини за життя й здоров'я, виховання і навчання дітей, психічні перевантаження, дисбаланс між затратами та винагородою тощо. Окрім того, професія вихователя – винятково «жіноча», тому вплив цих професійних передумов посилюють домашні обов'язки, дефіцит часу для родини, що вимагає компромісного балансування між роботою та сім'єю і призводить до зростання психоемоційної напруги, фізичного та психічного виснаження тощо.

Актуальності дослідженню додають і негативні наслідки професійного вигорання вихователів ДНЗ для дітей, з якими вони працюють: діти перебувають у стривожено-напруженому стані, невротизуються, гальмується їх розумова та фізична активність тощо.

На сьогодні феноменологію професійного вигорання, методи його психодіагностики, психопрофілактики, психокорекції досліджено досить ґрунтовно (А. Баккер, В. Бойко, М. Буріш, Н. Водоп'янова, Е. Грінглас, А. Дворкін, С. Джексон, Дж. Еделвіч, Ю. Жогно, Т. Зайчикова, Е. Іваніцкі, Л. Карамушка, Л. Китаєв-Смик, М. Лайтер, А. Ленгле, С. Максименко, К. Маслач, К. Мач, В. Орел, Б. Перлман, Г. Робертс, О. Рукавішніков, Д. Трунов, Т. Форманюк, І. Фрідман, К. Чернісс, В. Шауфелі, Р. Шваб, Л. Юр'єва, Т. Яценко й ін.). Проте залишається недостатньо вивченим професійне вигорання фахівців першої ланки системи освіти – вихователів ДНЗ. Дослідження Б. Акман, Н. Таскина, Я. Ванг і Дж. Кін, Х. Дубіницької, Д. Касарес, Л. Найг, О. Рукавішнікова, К. Сюртукової, Л. Тищук) стосуються здебільшого з'ясування відмінностей цього процесу у вихователів ДНЗ і вчителів, його організаційних і соціально-психологічних чинників. Водночас психологічні (суб'єктні) чинники його розвитку, а відтак психологічні умови психокорекції не вивчались. Отже, проблема створення системи психологічних умов корекції, яка б забезпечувала ефективну протидію професійному вигоранню вихователів ДНЗ, є актуальною.

Вищезазначені аспекти, актуальність і нерозробленість проблеми зумовили вибір теми дисертаційного дослідження *«Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів»*.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» в межах науково-дослідної теми кафедри загальної та клінічної психології *«Інноваційні психотехнології сприяння особистісному благополуччю»* (номер державної реєстрації 0112U000597).

Тему дисертації затверджено вченою радою Прикарпатського національного

університету імені Василя Стефаника (протокол № 6 від 2 червня 2010 р.) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 7 від 26 жовтня 2010 р.).

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психологічні умови ефективної корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів та апробувати відповідно розроблену психокорекційну програму.

Завдання дослідження:

1) здійснити теоретичний аналіз досліджень професійного вигорання педагогічних працівників та його особливостей у вихователів ДНЗ;

2) емпірично дослідити психологічні особливості професійного вигорання вихователів дошкільних навчальних закладів;

3) розробити структурно-функціональну модель і програму корекції професійного вигорання вихователів ДНЗ та апробувати їх у формувальному експерименті;

4) на основі узагальнення результатів теоретичної, емпіричної і формувально-експериментальної складових дослідження обґрунтувати психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів.

Об'єкт дослідження – професійне вигорання вихователів ДНЗ.

Предмет дослідження – психологічні умови корекції професійного вигорання вихователів дитячих навчальних закладів.

Методи дослідження:

– *теоретичні:* аналіз наукових розробок проблематики професійного вигорання та його корекції (з метою створення теоретико-понятійного апарату та концептуальних засад дослідження);

– *емпіричні:* бесіда, спостереження (для з'ясування біографічних даних досліджуваних та особливостей прояву професійного вигорання), констатувальний та формувальний експеримент (для перевірки психологічних умов корекції професійного вигорання), комплекс психодіагностичних методик: методика діагностики рівня «емоційного вигорання» В. В. Бойка (для виявлення рівня професійного вигорання вихователів); модифікована форма В опитувальника FPI та шкали реактивної та особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергера (для визначення психічних станів і типологічних характеристик вихователів); опитувальник самоставлення В. В. Століна і С. Р. Пантілеєва (для діагностики самоставлення в інтегрованій сукупності всіх його складових); багатомірна шкала перфекціонізму П. Хюїтта та Г. Флетта, адаптована І. І. Грачовою (для визначення рівня перфекціонізму, його складових і характеру співвідношення між ними); методика діагностики типологій психологічного захисту Р. Плутчика, адаптована Л. І. Вассерманом, О. Ф. Єршовим, О. Б. Клубовою (для діагностики механізмів психологічного захисту); методика «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» Н. С. Ендлера, Дж. Д. А. Паркера, адаптована Т. Л. Крюковою (для визначення домінуючих поведінкових копінг-стратегій); методика діагностики мотивації особистості на досягнення успіху та уникнення невдач Т. Елєрса та опитувальник Ш. Шварца з вивчення цінностей особистості (для виявлення ціннісних орієнтацій і домінуючого типу мотивації досліджуваних); опитувальник «Шкала екзистенції»

А. Ленгле та К. Орглер (для визначення смисложиттєвих ціннісних орієнтирів особистості та рівня її «згоди з собою»); авторська анкета «Особливості професійного вигорання вихователів» (для виявлення симптомів і чинників професійного вигорання вихователів);

– *математико-статистичні*: описова статистика, кореляційний (коефіцієнт r -Spearman), порівняльний (U-критерій Манна-Уїтні, критерій t-Стьюдента, N-критерій Крускала-Уолліса, T-критерій Уїлкоксона), факторний (метод головних компонент), матричний і структурний аналізи (за А. В. Карповим), методи групової поляризації Дж. Фланагана, «експрес- χ^2 » А. В. Карпова, визначення кореляційного відношення (η та коефіцієнта детермінації (η^2)) (для обробки одержаних емпіричних та формувальних експериментальних даних, їх систематизації і наочної демонстрації).

Статистичне опрацювання даних здійснено за допомогою стандартних пакетів програми *MS Excel* та статистичної програми *Statistica 10.0*.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилось на базі ДНЗ м. Чернівці (№ 15, 17, 18, 20, 30, 33, 35, 38, 40, 41, 42, 52) та Чернівецької області (№ 1 с. Брусниця), факультету педагогіки, психології та соціальної роботи Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича серед студентів заочної форми навчання напряму підготовки «Дошкільна освіта», які працюють у ДНЗ. Обсяг вибірки склав 548 осіб віком від 18 до 69 років. З них: у пілот-проекті брали участь 42 особи, в емпіричному дослідженні – 408, у формуальному експерименті – 98.

Наукова новизна й теоретичне значення дослідження полягає в тому, що:

– *вперше*: науково обґрунтовано психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів; виявлено особливості та чинники цього процесу на різних етапах його формування; теоретично обґрунтовано критерії професійного вигорання та виявлено їх факторну структуру; встановлено залежність динаміки професійного вигорання суб'єкта від структури його особистісних властивостей; розроблено структурно-функціональну модель і програму корекції професійного вигорання вихователів ДНЗ;

– *уточнено, доповнено*: психологічний зміст поняття «професійне вигорання»: це стан, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень;

– *удосконалено*: структуру типологічних особистісних властивостей суб'єктів із різними рівнями професійного вигорання;

– *набули подальшого розвитку*: засоби гармонізації професійно-особистісного розвитку вихователів.

Практичне значення дисертаційного дослідження полягає в тому, що розроблені та успішно апробовані програма психокорекції професійного вигорання вихователів ДНЗ, анкета «Особливості професійного вигорання вихователів», навчально-методичний посібник «Як не згоріти в полум'ї професії» можуть використовуватись у психодіагностичній, психопрофілактичній і психокорекційній роботі психологами закладів освіти, у розробці відповідних навчально-методичних матеріалів викладачами ВНЗ для професійної підготовки та перепідготовки

вихователів ДНЗ, інших педагогічних працівників. Результати дослідження було покладено в основу навчальної дисципліни «Психологія професійного вигорання фахівців освіти».

Основні результати дослідження **впроваджено** в навчально-вихований процес ДНЗ № 33 (довідка № 94/1 від 16.10.2015 р.) та ДНЗ № 30 (довідка № 92-а від 27.10.2015 р.) м. Чернівці, в науково-методичну та навчально-виховну роботу педагогічного коледжу (довідка № 113 від 29.11.2012 р.) і факультету педагогіки, психології та соціальної роботи Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (довідка № 17-15/848 від 21.03.2016), Кіровоградського інституту державного та муніципального управління Класичного приватного університету (довідка № 336 від 01.12.2015 р.), Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області (довідка № 2/4-897 від 30.11.2015 р.), Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (довідка №1282/22 від 01.12.2015 р.).

Особистий внесок здобувача. Усі результати, наведені в дисертації, отримані самостійно. У працях, опублікованих у співавторстві, здобувачеві належать: [5] – визначення теоретичних і методологічних засад дослідження професійного вигорання в історичному контексті; [21] – теоретичний аналіз чинників професійного вигорання, класифікація індикаторів ризику професійного вигорання.

Апробація результатів дисертації. Матеріали дисертаційної роботи, її теоретичні та практичні результати, висновки обговорювались та отримали схвалення на *міжнародних науково-практичних конференціях*: «Актуальні проблеми дошкільної та початкової освіти: історія, теорія, практика» (м. Чернівці, 2008); «Розвиток особистості та професіоналізму фахівця у системі неперервної освіти в контексті викликів ХХІ ст.» (м. Чернівці, 2011); «Образование и наука на ХХІ век – 2011» (м. Софія, Болгарія, 2011); «Теоретичні та методологічні проблеми сучасної педагогіки та психології» (м. Одеса, 2012); «Спецпроект: аналіз наукових досліджень» (м. Київ, 2012); «Современные проблемы и пути их решения в науке, транспорте и образовании' 2012» (м. Одеса, 2012); «11th International Conference on Science of Education» (м. Сучава, Румунія, 2013); «Pedagogy of 21st century: teaching in the word of constantin formation» (м. Будапешт, Угорщина, 2014); «Актуальні проблеми та перспективи підготовки фахівців дошкільної освіти в умовах інтеграції України в освітній Європейський простір» (м. Чернівці, 2015); «13th International Conference on Science of Education» (м. Сучава, Румунія, 2015); «Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології» (Львів, 2015); «Инновационные взгляды научной молодежи' 2015» (м. Одеса, 2015); *круглому столі* «Стратегії розвитку академічної мобільності в Європейському освітньому просторі: міжнародний досвід, проблеми, перспективи» (м. Чернівці, 2013), на засіданнях кафедри загальної та клінічної психології Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (2008–2012 рр.), науково-теоретичних семінарах викладачів кафедри педагогіки та психології дошкільної освіти Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

Публікації. За результатами дисертації опубліковано 29 наукових праць, з них 27 одноосібні, у тому числі: 11 – у фахових виданнях із психології, 2 – у колективних монографіях (із них 1 зарубіжна), 1 – навчально-методичний посібник;

6 – у виданнях інших держав, у тому числі тих, які включено до міжнародних наукометричних баз, 9 – в інших наукових виданнях і матеріалах конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів з висновками до них, загальних висновків, списку використаних джерел (332 найменування, з них 159 іноземною мовою) і 13 додатків (на 118 сторінках). Загальний обсяг дисертації – 341 сторінка, з них основного тексту – 192 сторінки. Робота містить 31 таблицю і 15 рисунків (6 з них займають площу цілої сторінки).

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми дослідження, сформульовано його мету та завдання, визначено об'єкт, предмет, методи, висвітлено наукову новизну, теоретичну та практичну значущість роботи, наведено дані про апробацію та впровадження одержаних результатів, публікації, структуру й обсяг дисертації.

У першому розділі – **«Теоретико-методологічні засади корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів»** – визначено основні віхи у становленні концепції професійного вигорання, здійснено теоретичний аналіз підходів до розуміння його змісту, структури, характерних ознак, основних дефініцій; висвітлено особливості професійного вигорання педагогічних працівників та вихователів ДНЗ, зокрема; теоретично обґрунтовано психологічні умови його корекції.

В історії становлення концепції вигорання виокремлено чотири етапи: 1) *описовий* – виявлення, осмислення й опис феноменології вигорання у Біблії, художній літературі, біографічних матеріалах; 2) *наукового осмислення* (1974 р. – середина 1980-х рр.) – ґрунтовне вивчення професійного вигорання з позицій теорії стресу Г. Сельє і поява двох фундаментальних підходів до його дослідження: *клінічного* (Г. Дж. Фройденбергер) і *соціально-психологічного* (К. Маслач), введення у науковий обіг терміна «вигорання персоналу»; 3) *аналітико-експериментальний* (середина 1980-х рр.–1992 р.) – створення валідного та надійного психодіагностичного інструментарію, перших концептуальних моделей вигорання; 4) *сучасний* (з 1992 р.) – активізація досліджень феноменології професійного вигорання з позицій різних підходів у багатьох країнах світу, зумовлена помітним наростанням його серед фахівців різних професій; внесення вигорання до МКХ-10 ВООЗ та інших міжнародних нормативних документів, зростання уваги до проблеми з боку міжнародних організацій.

Серед дослідницьких підходів до проблеми професійного вигорання виокремлюють: 1) *результативний*, у межах якого вивчаються наслідки (результати) деструктивного впливу процесу вигорання на стан суб'єкта; 2) *процесуальний* – досліджуються стадії цього процесу; 3) *синтетичний* – вигорання розглядається і як стан, і як процес; 4) *системний* – як структурно-функціональна синергія його мотиваційних, когнітивних, афективних, поведінкових компонентів у полімодальну систему (цілісне, динамічне, інтегральне психічне утворення); 5) *екзистенційний* – вигорання трактується як форма екзистенційного вакууму, «неекзистенційності» (відсутність сенсу життя, гуманістичних ціннісних орієнтацій, екзистенційно відповідального ставлення до праці) на фоні загального виснаження суб'єкта.

3-поміж існуючих моделей вигорання, розроблених здебільшого в межах

результативного підходу, найбільш поширеною є *трифакторна* (К. Маслач, С. Джексон), у якій вигорання розглядається як поєднання емоційного виснаження, деперсоналізації і редукції персональних досягнень, що є результатом невідповідності між особистістю та її роботою. Усі інші моделі (*одно-* (А. Пайнс, Е. Аронсон), *дво-* (Д. фон Дірендонк, В. Б. Шауфелі та Г. Дж. Сіксма), *чотирифакторна* (Е. Ф. Іваніцький та Р. Л. Шваб, Г. Х. Ферт, А. Мімс) тощо) пов'язані з її модифікацією (змінюючи кількість компонентів і/або їхньої послідовності) або ж з урахуванням специфіки вибірки.

Водночас, на сьогодні немає одностайності в тлумаченні сутнісних ознак, динаміки професійного вигорання, загальновизнаної базової концепції та класифікації його чинників, симптомів, чітких критеріїв диференціації з-поміж подібних за симптомами розладів: професійного дистресу, депресії, професійної деформації тощо, а відтак визначеного психологічного статусу.

На підставі аналізу наукової літератури виявлено такі симптоми професійного вигорання за локусом прояву: соматичні, афективні, когнітивні, мотиваційні, поведінкові та чинники його формування і розвитку: об'єктивні (соціально-економічні, організаційно-управлінські, специфічно-професійні, соціально-психологічні) й особистісні (фізіологічні, психологічні, екзистенційні).

Аналіз існуючих описів симптоматики професійного вигорання дозволив нам уточнити його дефінітивну характеристику: це стан, що характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється у симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації та редукції професійних досягнень.

Дослідники вказують на такі основні об'єктивні передумови професійного вигорання вихователів ДНЗ: підвищена відповідальність за життя й здоров'я дітей, що вимагає самовідданості; істотний дисбаланс між зусиллями та матеріальною й моральною винагородою; неефективне нормативне регулювання.



Рис. 1. Базова схема психологічних критеріїв професійного вигорання у вихователів дитячих (дошкільних) навчальних закладів

Аналітично виявлені істотні ознаки професійного вигорання, особливості цього процесу у педагогів і вихователів ДНЗ зокрема, дозволили розробити базову схему психологічних критеріїв цього стану, яка наочно демонструє його полімодально-системну складність (рис. 1).

У другому розділі – «Емпіричне дослідження феноменології професійного вигорання вихователів дитячих навчальних закладів» – представлено інструментарій емпіричного етапу дисертаційної розробки, виявлено особливості професійного вигорання у вихователів ДНЗ, пов'язані з ним особистісні стани, властивості й утворення та їх структури у вихователів з різними рівнями професійного вигорання – високим, середнім, низьким.

Результати емпіричного дослідження показали, що високий та середній рівні професійного вигорання характерні для 62 % досліджуваних (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл досліджуваних за емпіричними показниками професійного вигорання, % (за методикою діагностики рівня «емоційного вигорання» В. В. Бойка, N = 408)

Симптоми та фази вигорання	Показники сформованості			Домінуючі симптоми у групах досліджуваних		
	сформований/а	на стадії формування	не сформований/а	ВРВ	СРВ	НРВ
переживання психотравмуючих обставин	29,17	23,04	47,80	57,14	17,61	0
невдоволення собою	5,64	17,90	76,47	9,09	3,41	0
загнаність у кут	12,75	17,90	69,37	25,97	7,95	1,94
тривога і депресія	21,82	25,74	52,45	41,56	13,64	1,29
фаза напруги	12,50	28,68	58,82	–	–	–
неадекватне вибіркове емоційне реагування	53,44	29,66	16,92	70,13	41,48	12,26
емоційно-моральна дезорієнтація	30,15	25,25	44,61	25,97	15,91	6,45
розширення сфери економії емоцій	34,56	22,06	43,39	58,44	26,7	5,16
редукція професійних обов'язків	45,59	29,17	25,25	63,64	43,18	13,55
фаза резистенції	38,97	43,87	17,14	–	–	–
емоційний дефіцит	21,57	32,36	46,08			
емоційне відчуження	22,06	30,40	47,55	38,96	10,23	1,29
особистісне відчуження	15,69	22,80	61,52	48,05	5,11	0
психосоматичні і психовегетативні порушення	19,61	24,51	55,89	48,05	13,07	1,29
фаза виснаження	13,97	34,56	51,47	–	–	–
підсумковий показник сформованості вигорання	18,87	43,14	37,99	–	–	–

Примітки: ВРВ – група досліджуваних з високим рівнем професійного вигорання, СРВ – з середнім, НРВ – з низьким.

Домінуючою фазою у структурі професійного вигорання вихователів ДНЗ є «резистенція», для якої характерні надмірне емоційне виснаження та формування неконструктивних захисних реакцій: відсторонення, байдужості, емоційної сухості тощо. Основні її прояви зводяться до: неадекватного, залежного від настрою емоційного реагування (симптом сформований у 53,44% досліджуваних); опору

стресу, що наростає, шляхом ухиляння від професійних обов'язків та/чи їх формального виконання (45,59%); зниження інтенсивності професійної взаємодії, обмеження емоційної віддачі, замкнутість та втеча від контактів (34,56%); неспроможність контролювати власні емоції у межах прийнятих морально-етичних норм, байдужість у стосунках, емоційна черствість та постійна потреба в самовиправданні (30,15%).

Зі зростанням рівня професійного вигорання підвищуються, насамперед, показники симптомів: «неадекватне вибіркове емоційне реагування» (домінує у 70,13% досліджуваних з високим і у 41,48% з середнім рівнями професійного вигорання), «редукція професійних досягнень» (у 63,64% і 43,18% відповідно), «розширення сфери економії емоцій» (у 58,44% і 26,7%) фази «резистенція»; «переживання психотравмуючих обставин» фази «напруга», що проявляється у гіпертрофованому переживанні стресогенних обставин (у 57,14% і 17,61% відповідно); «особистісне відчуження» та «психосоматичні і психовегетативні порушення» (у 48,05% досліджуваних з високим рівнем професійного вигорання) фази «виснаження», на якій з'являються цинічні мотиви у ставленні до роботи, колег, вихованців, стале погане самопочуття, порушення сну, головні болі, шлункові й інші органічні розлади, загострюються хронічні захворювання тощо.

Виявлено статистично значущі зв'язки професійного вигорання з віковими особливостями вихователів ($N = 14,64$, $p \leq 0,01$), типом ДНЗ, у якому вони працюють ($N = 24,15$, $p \leq 0,01$), місцевістю, у якій він знаходиться (місто, село) ($t = 2,5$, $p \leq 0,01$), задоволеністю розподілом часу, сил, уваги між роботою й особистим життям ($N = 65,46$, $p \leq 0,01$), мотивацією вибору професії ($N = 10,02$, $p \leq 0,05$).

Авторська анкета дозволила вивчити чинники професійного вигорання вихователів. Зокрема, було визначено, що *специфічно-професійні чинники* (відсутність педагогічних здібностей, такту, насиченість робочого дня спілкуванням, когнітивно-складні ситуації взаємодії, високі вимоги до компетентності, саморозвитку тощо) є провідними на початковому етапі його формування ($N=10,2$, $p \leq 0,01$), *організаційно-управлінські* (умови праці, її зміст, робочі навантаження, неадекватний стиль керівництва тощо) ($N=20,59$, $p \leq 0,01$) та *психологічні* (особистісні стани, властивості, якості тощо) ($N=12,5$, $p \leq 0,01$) – на вищих. Для вихователів із високим і середнім рівнями вигорання більш характерні *фізичні* ($N=30,63$, $p \leq 0,01$), *афективні* ($N=31,94$, $p \leq 0,01$), *мотиваційні* ($N=18,35$, $p \leq 0,01$) та *поведінкові* ($N=36,74$, $p \leq 0,01$) *симптоми* вигорання, натомість *когнітивні* ($N=36,74$, $p \leq 0,01$) – властиві тільки вихователям з високим рівнем його сформованості.

На підставі аналізу емпіричних даних із використанням методів кореляційного відношення та коефіцієнта детермінації встановлено, що формуванню професійного вигорання сприяють:

– *зростання* показників: «мотивація на уникнення невдач» ($\eta=0,66$, $p \leq 0,01$), «невротичність» ($\eta=0,48$, $p \leq 0,01$), «особистісна тривожність» ($\eta=0,46$, $p \leq 0,01$), «перфекціонізм» ($\eta=0,34$, $p \leq 0,01$), зокрема «перфекціонізм, орієнтований на себе» ($\eta=0,36$, $p \leq 0,01$), цінності «влада» на рівні нормативних ідеалів та індивідуальних пріоритетів ($\eta=0,29$, $p \leq 0,01$ та $\eta=0,25$, $p \leq 0,05$ відповідно), механізмів психологічного захисту «заміщення» ($\eta=0,36$, $p \leq 0,01$), «проекція» ($\eta=0,35$, $p \leq 0,01$), «витіснення» ($\eta=0,21$, $p \leq 0,05$);

– *зниження* показників: «очікуване позитивне ставлення з боку інших» ($\eta=0,39$, $p\leq 0,01$), «аутосимпатія» ($\eta=0,36$, $p\leq 0,01$), «самоповага» ($\eta=0,31$, $p\leq 0,01$), «глобальне самоставлення» ($\eta=0,29$, $p\leq 0,01$), «самоінтерес» ($\eta=0,28$, $p\leq 0,01$), «самовпевненість» ($\eta=0,25$, $p\leq 0,01$), «ставлення з боку інших» ($\eta=0,27$, $p\leq 0,01$), копінг-стратегій «пошук соціальної підтримки» ($\eta=0,25$, $p\leq 0,01$) та «орієнтованої на уникнення» ($\eta=0,21$, $p\leq 0,05$), «екзистенційна наповненість» ($\eta=0,379$, $p\leq 0,01$), «самодистанціювання» ($\eta=0,21$, $p\leq 0,05$), «перфекціонізм, орієнтований на інших» ($\eta=0,20$ при $p\leq 0,05$), цінностей «конформність» ($\eta=0,32$ при $p\leq 0,01$), «гедонізм» ($\eta=0,24$ при $p\leq 0,05$) та «універсалізм» ($\eta=0,2$ при $p\leq 0,05$) на рівні нормативних ідеалів і цінності «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів ($\eta=0,3$ при $p\leq 0,01$).

Водночас, професійне вигорання призводить до:

– *зростання* показників: «мотивація на досягнення успіху» ($\eta=0,97$, $p\leq 0,01$), «ситуативна тривожність» ($\eta=0,4$, $p\leq 0,01$), «депресивність» ($\eta=0,39$, $p\leq 0,01$), «емоційна лабільність» ($\eta=0,37$, $p\leq 0,05$), «дратівливість» ($\eta=0,36$, $p\leq 0,01$), «спонтанна агресивність» ($\eta=0,34$, $p\leq 0,01$) «реактивна агресивність» ($\eta=0,26$, $p\leq 0,01$), «сором'язливість» ($\eta=0,31$, $p\leq 0,01$), «самозвинувачення» ($\eta=0,3$, $p\leq 0,01$), «відкритість» ($\eta=0,27$, $p\leq 0,01$), «емоційно-орієнтована копінг-стратегія» ($\eta=0,36$, $p\leq 0,01$), «соціально-приписаний перфекціонізм» ($\eta=0,35$, $p\leq 0,01$), захисних механізмів «регресія» ($\eta=0,3$, $p\leq 0,01$) та «компенсація» ($\eta=0,21$, $p\leq 0,05$);

– *зниження* показників: «самотрансценденція» ($\eta=0,48$, $p\leq 0,01$), «саморозуміння» ($\eta=0,41$, $p\leq 0,01$), «персональність» ($\eta=0,40$, $p\leq 0,01$), «відповідальність» ($\eta=0,26$, $p\leq 0,01$) «екзистенційність» ($\eta=0,24$, $p\leq 0,01$), «товариськість» ($\eta=0,23$, $p\leq 0,01$), цінностей «конформність» ($\eta=0,26$, $p\leq 0,01$), «гедонізм» ($\eta=0,21$, $p\leq 0,05$) на рівні індивідуальних пріоритетів.

Емпірично доведено, що динаміка професійного вигорання каузально пов'язана не тільки з силою впливу кожного з цих чинників, а й з їх структурними поєднаннями. Здійснений структурний аналіз (за А. В. Карповим) дав змогу виокремити *базові* (системотвірні щодо синтезу всіх інших властивостей суб'єкта), *провідні* (ті, яким властиві безпосередні статистично значущі кореляційні зв'язки з зовнішнім критерієм – професійним вигоранням) та *найбільш значущі* (ті, що найбільш потужно впливають на його динаміку) *компоненти* у вихователів ДНЗ з різними рівнями професійного вигорання. Так, у вихователів із високим рівнем професійного вигорання *базовими* є: «очікуване ставлення з боку інших», «самозвинувачення», «самокерівництво»; «перфекціонізм, орієнтований на себе та на інших»; цінності «доброта», «досягнення», «влада» на рівні нормативних ідеалів і цінності «безпека», «доброта», «симуляція» на рівні індивідуальних пріоритетів; механізми захисту: «регресія», «проекція», «компенсація»; «екзистенційна наповненість» і її складові («самодистанціювання», «свобода», «персональність», «екзистенційність»). *Провідними компонентами* виступають: «спонтанна агресивність», «невротичність»; низька «самоповага»; відсутність «саморозуміння»; низький рівень насолоди та задоволення життям (цінність «гедонізм» на рівні нормативних ідеалів), прагнення особистого успіху завдяки компетентності у відповідності з соціальними стандартами (цінність «досягнення»), домінування над іншими, високого соціального статусу, престижу (цінність «влада» на рівні індивідуальних пріоритетів); відсутність спроб розв'язання проблеми шляхом

залучення зовнішніх ресурсів, пошуку дієвої емоційної підтримки («копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки»). Найбільш *значущими* визначено: «депресивність», «дратівливість», «емоційна лабільність», «реактивна агресивність»; «перфекціонізм», «глобальне самоствавлення», «самоінтерес», цінність «конформність» на рівні індивідуальних пріоритетів, «проблемно-орієнтована копінг-стратегія», захисні механізми «інтелектуалізація» та «заміщення».

У групі досліджуваних із *середнім рівнем* професійного вигорання *базовими компонентами* є: «спонтанна агресивність», «реактивна агресивність», «депресивність», «глобальне самоствавлення», «самоповага», «самоінтерес», «перфекціонізм» та усі його компоненти; цінності «самостійність», «влада», «безпека» на рівні нормативних ідеалів та «безпека», «досягнення», «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів; захисні механізми «заперечення» та «інтелектуалізація»; «проблемно-орієнтована» й «орієнтована на уникнення» копінг-стратегії. *Провідними* – «невротичність», «очікуване негативне ставлення з боку інших», низька «аутосимпатія», цінність «конформність» на рівні індивідуальних пріоритетів, «самотрансценденція». *Найбільш значущими* – «дратівливість», «екзистенційна наповненість», «самодистанціювання», «відповідальність», «персональність», «екзистенційність», механізм психологічного захисту «проекція».

Узагальнені результати емпіричного дослідження покладено в основу структурно-функціональної моделі корекції професійного вигорання у вихователів та відповідної програми корекції.

У третьому розділі – **«Емпіричне обґрунтування та апробація програми психологічної корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів»** – репрезентовано структурно-функціональну модель, програму та процедуру корекції професійного вигорання у вихователів ДНЗ, доведено ефективність цієї програми; обґрунтовано психологічні умови ефективної корекції професійного вигорання у вихователів ДНЗ.

На основі результатів теоретичного й емпіричного фрагментів дослідження, було визначено такі психологічні умови корекції професійного вигорання вихователів: 1) актуалізація гуманістичної спрямованості особистості; 2) гармонізація самоствавлення та самооцінки; 3) розвиток комунікативних діалогічних умінь; 4) розвиток рефлексивних умінь; 5) підвищення стресостійкості та самоконтролю.

З метою перевірки ефективності цих психологічних умов було проведено формувальний експеримент. В його основу покладено розроблену нами структурно-функціональну модель психологічної корекції професійного вигорання у вихователів ДНЗ, яка розкриває взаємозв'язки усіх функціональних структур цього психокорекційного процесу (рис. 2). Об'єднуючими факторами психокорекційної програми, що забезпечують взаємозв'язок між усіма її блоками (ціннісно-цільовим, методологічним (підходи, принципи), організаційним (методи, засоби та форми корекційної роботи), функціональним (психологічні умови корекції) та результативним (зниження рівня професійного вигорання, професійна адаптація, задоволеність роботою), є мета та завдання.

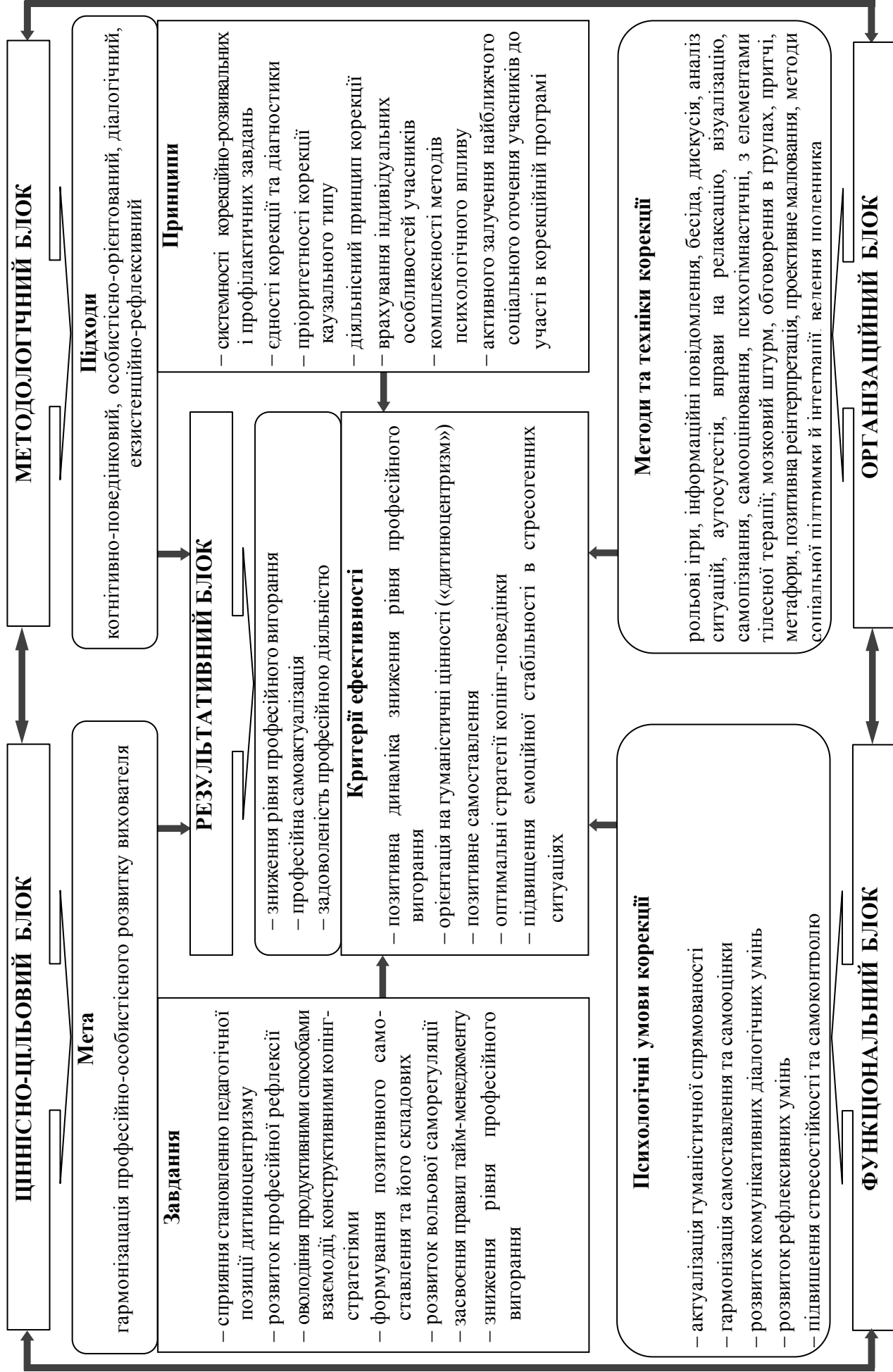


Рис. 2. Структурно-функціональна модель психологічної корекції професійного вигорання вихователів дитячих навчальних закладів

Програму психокорекції розроблено з позицій таких підходів: *когнітивно-поведінкового*, який інтегрує поведінкові, когнітивні й емоційні стратегії психокорекції ставлень суб'єкта до стресорів, що діють на нього, саногенне переосмислення їх і своєї Я-концепції; *особистісно-орієнтованого*, що забезпечує врахування індивідуальних особливостей учасників програми; *діалогічного*, який передбачає перетворення позицій тренера й учасника програми в особистісно-рівноправні, створює сприятливі умови для саморозвитку та набуття умінь діалогічного спілкування; *екзистенційно-рефлексивного*, що стимулює пізнання і розуміння власного буття, діяльності, зокрема професійної, критичного переосмислення їх з позицій конструктивного самовдосконалення.

Основним методом програми корекції професійного вигорання вихователів ДНЗ був інтерактивний тренінг, орієнтований на гармонізацію й оптимізацію особистісного розвитку учасників, тобто, на апробацію коректності запропонованих нами психологічних умов цього психокорекційного процесу.

З метою виявлення посткорекційних змін на завершальному етапі дослідження було проведено контрольний зріз із подальшим застосуванням Т-критерію Уїлкоксона для порівняння отриманих показників у експериментальних і контрольних групах. Отримані результати засвідчують, що у досліджуваних із високим і середнім рівнями професійного вигорання статистично значущо знизився його загальний рівень за рахунок *зниження* таких емпіричних показників як «перфекціонізм», «дратівливість», «невротичність», «емоційна лабільність», «спонтанна агресивність», «особистісна тривожність», «мотивація на уникнення невдач», «самозвинувачення», механізму психологічного захисту «інтелектуалізація» та *підвищення* показників «аутосимпатія», «самоповага», «копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки», «відповідальність», «самодистанціювання», «екзистенційна наповненість» та цінності «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів.

Так, у досліджуваних експериментальної групи з високим рівнем професійного вигорання статистично значущо *знизився* його рівень ($T=15$, $p=0,000$) за рахунок *зниження* показників: «невротичність» ($T=38$, $p=0,002$), «особистісна тривожність» ($T=28$, $p=0,012$), «дратівливість» ($T=40$, $p=0,002$), «емоційна лабільність» ($T=35,5$, $p=0,024$), «спонтанна агресивність» ($T=31,5$, $p=0,003$), «самозвинувачення» ($T=57$, $p=0,042$), «мотивація на уникнення невдач» ($T=33$, $p=0,007$), «перфекціонізм» ($T=51,5$, $p=0,008$), захисних механізмів «проекція» ($T=12$, $p=0,004$) та «інтелектуалізація» ($T=11,5$, $p=0,017$), «емоційно-орієнтована копінг-стратегія» ($T=53,5$, $p=0,018$), цінності «конформність» на рівні нормативних ідеалів ($T=44$, $p=0,023$) та *підвищення* показників: «відповідальність» ($T=37$, $p=0,004$), «аутосимпатія» ($T=50$, $p=0,040$), «самоповага» ($T=14,5$, $p=0,000$), «очікуване ставлення з боку інших» ($T=24$, $p=0,001$), «самотрансценденція» ($T=28,5$, $p=0,007$), «самодистанціювання» ($T=17,5$, $p=0,002$), «персональність» ($T=27,5$, $p=0,002$), «екзистенційна наповненість» ($T=52$, $p=0,027$), «копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки» ($T=61,5$, $p=0,035$), цінності «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів ($T=20,5$, $p=0,001$), захисного механізму «компенсація» ($T=52,5$, $p=0,028$).

У досліджуваних експериментальної групи з середнім рівнем вигорання статистично значущо *знизився* його рівень ($T=19,5$, $p=0,000$) за рахунок *зниження*

показників: «невротичність» ($T=32,5$, $p=0,009$), «спонтанна агресивність» ($T=54$, $p=0,031$), «емоційна лабільність» ($T=34,5$, $p=0,025$), «особистісна тривожність» ($T=15,5$, $p=0,000$), «дратівливість» ($T=45$, $p=0,008$), «самозвинувачення» ($T=20$, $p=0,023$), «перфекціонізм» ($T=68$, $p=0,033$), «мотивація на уникнення невдач» ($T=30,5$, $p=0,016$), захисних механізмів «інтелектуалізація» ($T=5$, $p=0,022$) і «заміщення» ($T=33,5$, $p=0,023$) та підвищення показників: «глобальне самоствалення» ($T=27,5$, $p=0,020$), «аутосимпатія» ($T=53$, $p=0,017$), «саморозуміння» ($T=50$, $p=0,040$), «самоповага» ($T=31,5$, $p=0,011$), «самодистанціювання» ($T=39$, $p=0,003$), «відповідальність» ($T=37,5$, $p=0,007$), «екзистенційна наповненість» ($T=20,5$, $p=0,001$), цінності «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів ($T=19$, $p=0,002$), «копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки» ($T=54$, $p=0,019$).

Повторний зріз через півроку після проведення програми виявив тенденцію до стійкого збереження досягнутого результату, окрім значущого зниження показників «самоповага» ($T=71$, $p=0,041$) і «самодистанціювання» ($T=45,5$, $p=0,005$) у досліджуваних експериментальної групи з середнім рівнем вигорання та зростання показника «відповідальність» ($T=62$, $p=0,036$) у досліджуваних експериментальної групи з високим рівнем професійного вигорання. У контрольній групі жодних позитивних змін не виявлено. Натомість зафіксовано негативні зміни: у досліджуваних з високим рівнем вигорання значущо знизився показник «самоповага» ($T=60,5$, $p=0,032$) та підвищився показник «мотивація на уникнення невдач» ($T=87,5$, $p=0,042$), а в контрольній групі досліджуваних з середнім рівнем вигорання знизилась показники «аутосимпатія» ($T=53$, $p=0,052$), «самоповага» ($T=71$, $p=0,024$) та підвищився «підсумковий показник сформованості вигорання» ($T=61,5$, $p=0,004$).

Факторний аналіз показників, які зазнали корекційних змін, методом головних компонент дав змогу мінімізувати їхню кількість, звівши до п'яти факторів: F_1 (16,64%) – «низьке самовладання з підвищеною втомлюваністю»; F_2 (16,01%) – «неадекватне сприйняття та редуковане селективне зовнішнє сприйняття»; F_3 (13,56%) – «особистісне невдоволення життям»; F_4 (12,19%) – «неконструктивний психологічний захист»; F_5 (11,92%) – «депресивна відповідальність чи завчена дисциплінованість», та статистично обґрунтувати доцільність виокремлених нами психологічних умов корекції професійного вигорання вихователів: актуалізація гуманістичної спрямованості особистості; підвищення стресостійкості та самоконтролю; розвиток комунікативних діалогічних умінь; розвиток рефлексивних умінь; гармонізація самоствалення та самооцінки.

Узагальнений аналіз результатів дослідження свідчить про ефективність програми корекції професійного вигорання вихователів ДНЗ і доцільність її використання практичними психологами ДНЗ, викладачами ВНЗ у процесі професійної підготовки та перепідготовки педагогічних працівників.

ВИСНОВКИ

Систематизація й узагальнення результатів теоретико-експериментального дослідження психологічних умов корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів дають підстави зробити такі висновки:

1. На основі здійсненого теоретичного аналізу зарубіжних та вітчизняних досліджень проблеми професійного вигорання уточнено його основний психологічний зміст: це стан, що характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тону під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, який виявляється у стані хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації та редукції професійних досягнень.

У процесі професійної діяльності вихователя ДНЗ діє чимало чинників ризику професійного вигорання: характер професії, що вимагає самовідданості, підвищеної відповідальності за життя й здоров'я дітей, щоденне психічне перевантаження, неефективне нормативне регулювання, дисбаланс між зусиллями та матеріальною й моральною винагородою, поведінка дітей, винятково «жіночий характер» професії.

Систематизація теоретичних підходів до проблеми професійного вигорання дає підстави стверджувати про можливість відновлення особистості, яка його зазнає.

2. Емпіричне дослідження засвідчило, що:

1) професійне вигорання вихователів – доволі поширене явище: високий і середній рівні його сформованості виявлено у 62% досліджуваних, що істотно актуалізує проблему корекції цього руйнівного щодо самих суб'єктів, їхніх вихованців, професійного та родинного соціуму, а відтак суспільства загалом, феномена. Домінуюча складова їх вигорання – фаза резистенції (сформована і перебуває на стадії формування у 83% досліджуваних), основними проявами якої є: неконтрольований вплив настрою на професійні стосунки; ухилення чи формальне виконання професійних обов'язків; емоційна замкнутість, перенасиченість контактами з оточуючими; байдужість у стосунках, емоційна черствість, постійна потреба у самовиправданні;

2) професійне вигорання вихователів обумовлене впливом специфічно-професійних, організаційно-управлінських і психологічних чинників, які з різною інтенсивністю діють на різних етапах його формування: специфічно-професійні – на початковому, чинники двох інших груп – на подальших;

3) психологічними чинниками професійного вигорання вихователів ДНЗ є: домінування мотивації на уникнення невдач; підвищений рівень невротичності, особистісної тривожності, перфекціонізму, зокрема орієнтованого на себе; надмірний вияв захисних механізмів «заміщення», «проекція», «витіснення»; прагнення до вищого соціального статусу та домінування (цінність «влада» на рівні нормативних ідеалів та індивідуальних пріоритетів); зниження очікуваного позитивного ставлення з боку інших, аутосимпатії, самоповаги, глобального самостварення, самоінтересу, самовпевненості, екзистенційної наповненості життя, самодистанціювання, перфекціонізму, орієнтованого на інших, цінностей «конформність», «гедонізм», «універсалізм» на рівні нормативних ідеалів та «доброта» на рівні індивідуальних пріоритетів, копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки та орієнтованої на уникнення;

4) професійне вигорання призводить до зростання домінування мотивації на досягнення успіху, ситуативної тривожності, депресивності, дратівливості, емоційної лабільності, спонтанної і реактивної агресивності, соціально-приписаного перфекціонізму, сором'язливості, самозвинувачення, відкритості; використання емоційно-орієнтованої копінг-стратегії; вияву захисних механізмів «регресія» і

«компенсація» та до редукції самотрансценденції, саморозуміння, персональності, екзистенційності, товариськості, відповідальності, цінностей «конформність» і «гедонізм» на рівні індивідуальних пріоритетів;

5) динаміка професійного вигорання у вихователів ДНЗ каузально пов'язана і з силою впливу кожного з цих психологічних чинників, і з особливостями їх структурування.

3. Розроблено структурно-функціональну модель корекції професійного вигорання вихователів, яка включає п'ять блоків: ціннісно-цільовий (мета, завдання), методологічний (підходи та принципи), організаційний (методи та техніки корекції), функціональний (психологічні умови корекції) та результативний (ефективність та її критерії). Цю модель покладено в основу програми корекції їх вигорання, зорієнтованої на гармонізацію особистісного розвитку.

На основі результатів теоретичного й емпіричного етапів дослідження визначено психологічні умови корекції професійного вигорання вихователів ДНЗ: 1) актуалізація гуманістичної спрямованості особистості; 2) гармонізація самоставлення та самооцінки; 3) розвиток умінь діалогічного спілкування; 4) розвиток рефлексивних умінь; 5) підвищення стресостійкості та самоконтролю.

4. Результати формульованого експерименту вказують на позитивну динаміку у зниженні рівня професійного вигорання досліджуваних за рахунок зниження показників: «перфекціонізм», «дратівливість», «невротичність», «емоційна лабільність», «спонтанна агресивність», «особистісна тривожність», «мотивація на уникнення невдач», «самозвинувачення», захисного механізму «інтелектуалізація» та підвищення показників «аутосимпатія», «самоповага», «копінг-стратегія пошуку соціальної підтримки», «відповідальність», «самодистанціювання», «екзистенційна наповненість», цінності «добродія» на рівні індивідуальних пріоритетів.

Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує усіх аспектів вирішення проблеми обґрунтування психологічних умов корекції професійного вигорання у вихователів ДНЗ. Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо у розробці інноваційних засобів профілактики їх професійного вигорання.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ АВТОРОМ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті, надруковані у виданнях, що затверджені як фахові в галузі психології

1. Колтунович Т. А. Копінг-стратегії як механізми адаптації вихователів дошкільних навчальних закладів у процесі професійного вигорання: теоретичний аспект / Т. А. Колтунович // Науковий вісник Чернівецького університету: зб. наук. праць. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2011. – Вип. 573: Педагогіка та психологія. – С. 58–68.

2. Колтунович Т. А. Аналіз взаємозв'язку емоційного вигорання та особливостей поведінки в конфлікті у вихователів дошкільних навчальних закладів / Т. А. Колтунович // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2011. – Т. X: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 19. – С. 232–245.

3. Колтунович Т. А. Особистісні детермінанти виникнення професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів / Т. А. Колтунович // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – К.: Видавництво «Фенікс», 2012. – Т. XII: Психологія творчості. – Вип. 15, ч. II. – С. 158–170.

4. Колтунович Т. А. Особливості взаємозв'язку професійного вигорання та копінг-стратегій (на прикладі вихователів дитячих навчальних закладів) / Т. А. Колтунович // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. – Т. X: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 23. – С. 254–265.

5. Колтунович Т. А. Психічне вигорання – реальність чи вигадка? / В. П. Москалець, Т. Колтунович // Практична психологія та соціальна робота. – 2012. – №1(154). – С. 58–65.

6. Колтунович Т. А. Особливості взаємозв'язку суб'єктивного відчуття щастя та професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів / Т. А. Колтунович // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського: зб. наук. праць. – Т. 2. – Вип. 10 (91). – Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2013. – С. 161–167.

7. Колтунович Т. А. Структура самоствалення у вихователів з різними рівнями сформованості професійного вигорання / Т. А. Колтунович // Вісник Харківського нац. ун-ту. Серія: Психологія. – Харків: ВЦ Харківського нац. ун-ту, 2013. – № 1056. Вип. 52. – С. 86–91.

8. Колтунович Т. А. Синдром професійного вигорання в історичній ретроспективі: період наукового осмислення проблеми / Т. А. Колтунович // Гуманітарний Вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» – К.: Гнозис, 2013. – Дод. 1 до Вип. 29. – Том IV. – С. 160–167.

9. Колтунович Т. А. Синдром професійного вигорання в історичній ретроспективі: аналітико-експериментальний період дослідження феномена / Т. А. Колтунович // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Серія: Педагогіка і психологія: зб. статей. – Ялта: РВВ КГУ, 2014. – Вип. 42. – Ч. 4. – С. 236–245.

10. Колтунович Т. А. Сутність і співвідношення понять «професійне вигорання» та «професійний стрес» / Т. А. Колтунович // Гуманітарний Вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». – К.: Гнозис, 2014. – Додаток 4 до Вип. 31. – Том III (11). – С. 142–151.

11. Колтунович Т. Семантика, дефініції і співвідношення понять «професійне вигорання» та «професійна деформація» / Тетяна Колтунович // Науковий вісник Чернівецького національного університету: зб. наук. праць. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2015. – Вип. 746: Педагогіка та психологія. – С. 76–86.

Публікації у виданнях інших держав

12. Колтунович Т. А. Профессиональное выгорание в исторической ретроспективе: описательный период осмысления феномена / Т. А. Колтунович //

Новый университет. Серия «Актуальные проблемы гуманитарных и общественных наук»: науч. журн. – Йошкар-Ола: Коллоквиум, 2012. – № 11–12 (20–21). – С. 46–50.

13. Колтунович Т. А. Структурно-функциональная модель коррекции профессионального выгорания у воспитателей детских учебных учреждений / Т. А. Колтунович // Проблемы современной науки: сб. научн. трудов. – Ставрополь: Логос, 2012. – Вып. 6. – С. 69–77.

14. Koltunovych T. The peculiarities of motivational sphere of preschool teachers with different levels of professional burnout [Electronic resource] / Tetiana Koltunovych // Education and Development, Research and Practice. – 2014. – Vol. 1, No. 1. – P. 25–32 – Mode of access: <http://www.dppd.usv.ro/journal/index.php/EDRP/article/view/25>.

15. Koltunovych T. The structural and functional model of psychocorrection of professional burnout among pre-school teachers / Tetiana Koltunovych // Science and education a new demension: Pedagogy and Psychology. – Budapest, 2014. – № II (12), Iss. 25. – P. 76–81.

16. Колтунович Т. А. Симптоми професійного вигорання вихователів дошкільних навчальних закладів / Т. А. Колтунович // Мир науки и инноваций : Международное периодическое научное издание. – Иваново: Научный мир, 2015. – Т. 8: Педагогика, психология и социология. – Вып. 1 (1). – С. 69–76.

17. Koltunovych T. The peculiarities of relationships between values and professional burnout of pre-school teachers / Tetiana Koltunovych // Educația în societatea contemporană: aplicații; coord. Otilia Clipa & Gabriel Cramariuc. – Iași: Editura LUMEN, 2015. – P. 121–132.

Статті у колективних монографіях

18. Koltunovych T. The problems of prevention and psycho-correction of pre-school teachers' professional burnout / T. Koltunovych // The actual problems of the theory and practice of modern pre-school education in Poland, Romanis and Ukraine, ed. by Otilia Clipa, Maria Oliynyk, Malgorzata Stawiak-Ososinska. – London: Lumen Media publishing, 2014. – P. 79–104.

19. Колтунович Т. Творчість вихователя дошкільного навчального закладу як стримуючий чинник професійного вигорання / Т. Колтунович // Соціально-психологічні чинники самореалізації творчої індивідуальності у полікультурному світі: монографія / за наук. ред. І. М. Зварича. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2011. – С. 432–455.

Навчально-методичні видання

20. Колтунович Т. А. Як не згоріти в полум'ї професії: корекційна програма для вихователів дошкільних навчальних закладів / Т. А. Колтунович. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2012. – 200 с.

Публікації в інших наукових виданнях та матеріалах конференцій

21. Колтунович Т. А. Соціально-психологічні чинники професійного вигорання педагогів (на прикладі вихователів ДНЗ) / Т. А. Колтунович, О. М. Поліщук,

І. Грендей // Науковий вісник Чернівецького національного університету: зб. наук. праць. – Чернівці: ЧНУ, 2008. – Вип. 432: Педагогіка та психологія. – С. 117–126.

22. Колтунович Т. Дослідження взаємозв'язку інтегральних показників психічного здоров'я із емоційним вигоранням студентів (майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів) / Т. Колтунович // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Педагогіка. – Івано-Франківськ, 2010. – Вип. XXXV. – С. 54–61.

23. Колтунович Т. А. Професійне вигорання у вихователів дошкільних навчальних закладів та його профілактика / Т. А. Колтунович // Образованието и науката на XXI век : матеріали за 7-а міжнародна практична конференція. – Софія: «Бял ГРАД-БГС» ООД, 2011. – Т. 13: Психологія и социология. – С. 29–35.

24. Колтунович Т. А. Особливості взаємозв'язку копінг-стратегій і професійного вигорання у вихователів ДНЗ / Т. А. Колтунович // Теоретичні та методологічні проблеми сучасної педагогіки та психології: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 27–28 січня 2012 р., Одеса. – Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2012. – С. 21–23.

25. Колтунович Т. А. Детермінанти професійного вигорання вихователів дитячих навчальних закладів / Т. А. Колтунович // Материалы международной научно-практической конференции «Современные проблемы и пути их решения в науке, транспорте, производстве и образовании' 2012»: сб. научных трудов SWorld. – Одесса: Куприенко, 2012. – Т. 22. – Вып. 4. – С. 69–77.

26. Колтунович Т. А. Особливості структурної організації механізмів психологічного захисту у вихователів з різними рівнями сформованості професійного вигорання / Т. А. Колтунович // Спецпроект: аналіз наукових досліджень: матеріали VII Міжнар. наук.-практ. конф., 14–15 червня 2012 р., Київ: у 7 т. – Дніпропетровськ: Біла К.О., 2012. – Т. 3. – С. 89–94.

27. Koltunovych T. A. Professional burnout determinants of preschool teachers [Electronic Resource] / T. A. Koltunovych // Modern scientific research and their practical application. – 2013. – № 4. – Vol. J11305. – Odessa: Kupriyenko S. V, 2013. – P. 183–195. – Mode of access: <http://www.sworld.com.ua/index.php/ru/e-journal/the-content-of-journal/j113/18459-j11305>

28. Колтунович Т. А. Чинники ризику професійного вигорання педагогів / Т. А. Колтунович // Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології : зб. тез наукових робіт учасників Міжнар. наук.-практ. конф., 26 червня 2015 р., Львів. – Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2015. – С. 18–23.

29. Колтунович Т. А. Структурна організація патернів психологічного захисту та копінгу у вихователів з різними рівнями професійного вигорання / Т. Колтунович // Scientific Journal «ScienceRice». – 2015 – № 10/1 (15). – С. 34–43.

АНОТАЦІЇ

Колтунович Т.А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний університет «Острозька академія», Острог, 2016.

Дисертація присвячена дослідженню психологічних умов корекції професійного вигорання вихователів дитячих (дошкільних) навчальних закладів.

У роботі виокремлено основні етапи становлення концепції професійного вигорання, висвітлено його прояви та чинники, уточнено дефінітивну характеристику, виявлено особливості цього процесу у вихователів дошкільних навчальних закладів.

Розроблено діагностичний інструментарій емпіричного вивчення досліджуваного феномену, за допомогою якого виявлено його прояви, чинники, рівні сформованості.

Створено структурно-функціональну модель корекції професійного вигорання у вихователів. Розроблено й апробовано програму психокорекції цього стану. Обґрунтовано психологічні умови ефективної корекції професійного вигорання у вихователів дошкільних навчальних закладів.

Ключові слова: професійне вигорання, психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів, емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція професійних досягнень.

Колтунович Т.А. Психологические условия коррекции профессионального выгорания у воспитателей детских учебных учреждений. – Рукопись.

Диссертация на соискание учёной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный университет «Острожская академия», Острог, 2016.

Диссертация посвящена исследованию психологических условий коррекции профессионального выгорания у воспитателей детских (дошкольных) учебных учреждений.

В работе выделены основные этапы становления концепции профессионального выгорания, освещены его проявления и факторы, уточнена дефинитивная характеристика, выявлены особенности этого процесса у воспитателей дошкольных учебных учреждений.

Разработан диагностический инструментальный эмпирического изучения исследуемого феномена, при помощи которого выявлены его симптомы, объективные факторы, уровни сформированности.

Создана структурно-функциональная модель коррекции профессионального выгорания у воспитателей. Разработана и апробирована программа психокоррекции этого состояния. Обоснованы психологические условия эффективной коррекции профессионального выгорания у воспитателей детских учебных учреждений.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, психологические условия коррекции профессионального выгорания у воспитателей детских учебных учреждений, эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений.

Koltunovych T.A. Psychological conditions of professional burnouts' correction with preschool teachers at child educational institutions. – Manuscript.

Dissertation for the Candidate degree in psychology in specialty 19.00.07 –

pedagogical and age psychology. – National University of Ostrog Academy, Ostrog, 2016.

Dissertation deals with the study of psychological conditions of correction preschool teachers' professional burnout.

The main stages of the concept of “professional burnout” are defined, definitive characteristics are specified, the psychological phenomenology, symptoms, factors; the peculiarities of preschool teachers’ burnout are clarified. The basic scheme of the psychological criteria of professional burnout is made to demonstrate its multimodal and systematic complexity.

The psychological determinants of burnout's formation and development are defined as follows: dominance of motivation to avoid failure, elevated levels of neurotism, personal anxiety, perfectionism and particularly self-oriented perfectionism, the excessive expression of psychological defense mechanisms such as: “replacement”, “projection”, “displacement”, desire to a higher social status, dominance over others (value “power” at the level of normative ideals and individual priorities) and reducing the expected positive attitude of the other, existential fulfillment, auto-sympathy, self-esteem, global self-attitude, self-interest, self-confidence, self-distance, other-oriented perfectionism; values “conformity”, “hedonism” and “universalism” at the level of normative ideals and “benevolence” at the level of individual priorities, coping strategies of seeking social support, coping strategy focused on avoiding.

It was empirically proven that the dynamics of pre-school teachers’ professional burnout is causally connected with the force of impact of each of these psychological factors and features of their structuring organization.

A structural-functional model for preschool teachers’ professional burnout correction, which includes five units: value-target (goal, objectives), methodology (approaches and principles), institutional (methods, techniques, tools, shapes of correction), functional (psychological conditions of correction) and efficient (performance of correction and its criteria) was created.

Program for burnout correction with preschool teachers was developed and tested. Training was one of the main means of professional burnout correction.

Psychological conditions of effective correction of preschool teachers’ professional burnout were demonstrated: 1) updating of humanistic orientation; 2) harmonization of self-attitude and self-esteem; 3) development of dialogical communication skills; 4) development of reflective skills; 5) increasing of stress tolerance and self-control.

Keywords: professional burnout, psychological conditions of correction of preschool teachers’ professional burnout, overwork, emotional exhaustion, depersonalization, reduction of professional achievements.

Підписано до друку 17.05.2016 р. Папір офсетний. Формат 60x84/16.
Ум. друк. арк. 0,9. Зам. № 46. Тираж 100 прим.

Виготівник: Яворський С. Н.

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ЧЦ №18 від 17.03.2009 р.
58000, м. Чернівці, вул. І. Франка, 20, оф.18, тел. 099 73 22 544

