

## **ФОРМУВАННЯ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ ВЧИТЕЛІВ ПРИ ПРОФЕСІЙНОМУ ВИГОРЯННІ**

Проблема професійного вигорання є по-особливому важливою в середовищі, де формується й виховується молоде покоління, у колісці нації – у школі. Професія педагога має велике соціальне значення, відповідно, з кожним роком ростуть вимоги суспільства до особистості вчителя. Актуальність теми зумовлена недостатньою вивченістю феномену професійного вигорання та необхідністю діагностики резильєнтності для формування життєстійкості вчителів, та, відповідно, підростаючого покоління. Для України ця тема постає по-особливому гостро, оскільки багато вчителів продовжують працювати в умовах військових дій на Сході країни, «провокуючи» нові хвилі психологічних досліджень, підтримки, допомоги, розробки й впровадження навчальних і реабілітаційних програм.

Вітчизняні та зарубіжні психологи, які досліджували феномен професійного вигорання, дійшли консенсусу у тому, що основні фактори вигорання: емоційне виснаження, цинізм або деперсоналізація і зниження професійної успішності, а вигорання – результат тривалих та нерозв'язаних стресів на роботі або ж що умови та вимоги від працівника довгостроково не відповідають його ресурсам [4, с. 397-422].

У результаті досліджень, що мали на меті вивчення причин професійного вигорання серед вчителів загальноосвітніх навчальних закладів та розробці рекомендацій щодо навчальної програми з профілактики стресу та управління педагогічними кадрами, проведених 2018 року у Донецькій та Луганській областях [3, с. 18-23], було виявлено, що загальний рівень вигорання у педагогічних працівників характеризується як високий і надвисокий (рівень вигорання у тих, хто працює в зоні розмежування (0 – 15 км) приблизно такий самий як у тих, хто працює у відносно спокійному середовищі (40-60 км від лінії фронту)). Дослідження показують, що педагогічні працівники, які працюють поблизу контактної лінії, потребують медичної, соціальної і психологічної допомоги через високий рівень вигорання.

Аналіз публікацій за 2018 рік по темі професійне вигорання [1, 2, 3] свідчить про прицільну увагу психологів та інших дослідників до даного феномену. Науковці прагнуть забезпечити ефективну та позитивну взаємодію вчителя з дітьми, колегами, собою, адже вчителі мають високий ризик розладів, пов'язаних із стресом.

Подальші дослідження професійного вигорання є актуальними, так як тема залишається відкритою. Важливим є факт, що у більшості досліджень професійного вигорання педагога учасники проявляли розуміння й усвідомлення проблеми, крім того, високий рівень готовності до навчання практичних навичок засобів профілактики стресу та управління ним, готовності до навчання, відкритості до нового досвіду, що формує позитивні прогнозування життєстійкості вчителів та майбутніх поколінь.

## Література

1. Capone V., Petrillo G. (2018). Mental health in teachers: Relationships with job satisfaction, efficacy beliefs, burnout and depression [Електронний ресурс] // Springer US. Режим доступу до ресурсу: <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9878-7>.
2. García Carmona M., Dolores M., & Aguayo R. (2018). Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta analysis [Електронний ресурс] // Springer US. Режим доступу до ресурсу: <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9471-9>.
3. Girnyk A., Donets Y., Bogdanov S., Solovyova V., & Romanenko L. (2018). Explorative study of psychosocial stress factors that cause professional burnout among teachers, who leave near the front-line zone in the East of Ukraine [Електронний ресурс] // Mental Health: Global Challenges XXI Century, pp.18–23. Режим доступу до ресурсу: <http://doi.org/10.32437/MHGCPceedings.Issue-2018>.
4. Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. Annual Review of Psychology, 52 (1), pp. 397–422.

МАКАРЕНКО Е.М., канд. філос. наук, доцент, професор НАУ (Київ)

### **ВІДМІННОСТІ РАСОВИХ ТА ЕТНІЧНИХ КОНФЛІКТІВ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ**

Конфлікти між двома етносами можуть проявлятися проявлятися на різноманітних соціологічних або, вірніше, соціально-психологічних рівнях: а) на рівні двох особистостей, які представляють ці етноси; б) на рівні двох груп. Наприклад, можуть конфліктувати дві групи студентів, які належать до двох ворожих етносів.

Конфлікт двох груп на переговорах теж можуть представляти собою етнічний конфлікт, його конкретизацію: в) конфлікт двох етнічних спільнот, наприклад коли одна моноетнічна держава об'являє війну іншій. Такими були франко-німецькі війни, війна між Іраном та Іраком в недавньому минулому та ін. Зовсім зрозуміло, що на цих різних рівнях прояву (ознаки) конфлікту та механізми його вирішення різні. Якщо між двома етносами виникнув конфлікт навколо важливих цінностей, він зазвичай охоплює всі названі вище рівні буття етносів, хоча будь-які групи та індивіди можуть і відхилитися від цього загального правила.

Між цими типами конфліктів маються суттєві відмінності, хоча вони часто виникають разом. Переплітаючись, вони утворюють більш складний расово-етнічний конфлікт. Конфлікт між етносами ще більше ускладнюються, коли до расових та етнічних відмінностей додаються ще й релігійні відмінності. Вирішення таких змішаних конфліктів є справою надзвичайно важкою. Вже наявність тільки расових, антропологічних відмінностей є серйозною передумовою виникнення конфліктів. Достатньо згадати про конфлікти білих та негрів в США. Але расові, етнічні та релігійні відмінності (як передумови