

УДК 316.77:37.03

Т.Д.ЩЕРБАН

## ПСИХОЛОГІЧНО-ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ВЧИТЕЛЯ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

**Резюме.** У ході дослідження емоційного вигорання уточнено зміст поняття синдрому емоційного вигорання. А саме, синдром емоційного вигорання – це процес поступового втрачання емоційної, пізнавальної та фізичної енергії, що виявляється в ознаках емоційного та інтелектуального виснаження, фізичної втоми, особистої відстороненості та зменшення почуття задоволення від виконаної роботи. Емоційне вигорання – це динамічний процес і виникає поетапно, у повній відповідності з механізмом розвитку стресу, коли в наявності всі три фази стресу: нервово напруження, резистенція (опір) та виснаження. З'ясовано, що синдром емоційного вигорання розвивається в процесі професійної діяльності педагога у формі стереотипу емоційного поведінки, який проявляється в особливостях професійного спілкування. Результатами дослідження доведено, що емоційне вигорання детермінується комплексом факторів, які включають індивідуально-психологічні особливості педагога і специфічні особливості професійної діяльності емоційного характеру. Результати емпіричного дослідження дозволили виокремити якості особистості, які впливають на синдром емоційного вигорання: невротичність; спонтанна агресивність; депресивність; сором'язливість; емоційна лабільність. Результати емпіричного дослідження також дозволили констатувати схильність до синдрому емоційного вигорання вже на етапі навчання у ВНЗ.

**Ключові слова:** синдром емоційного вигорання, нервово напруження, резистенція, виснаження, стереотип емоційної поведінки, емоційна стійкість, професійна компетентність.

**Постановка проблеми.** Сьогодні до особистісних та професійних якостей працівника ставляться високі вимоги. У роботі будь-якого спеціаліста багато ситуацій, пов'язаних з переживанням стресу і високим емоційним напруженням. Важливим показником професіоналізму сучасного фахівця є його психологічна стійкість. Питання про адекватність засобів формування даної складової діяльності залишається недостатньо вивченим.

**Мета:** охарактеризувати синдром емоційного вигорання розвивається в процесі професійної діяльності педагога у формі стереотипу емоційної поведінки

**Виклад основного матеріалу.** В психологічній літературі накопичений великий матеріал з вивчення професійної діяльності (Л.Г.Борисова, В.І.Загвязинський, В.О.Кан-Калик, Н.В.Кузьміна, Ю.М.Кулюткін, Г.С. Сухобская, В.Д.Шадриков та ін.), де ставиться питання про взаємовплив теоретичних знань і практичного досвіду працівника з точки зору розвитку його мислення, його діяльності, творчого потенціалу його особистості в цілому. Отже, проблемою представленого дослідження виступає вивчення синдрому емоційного вигорання (СЕВ) педагогів як найважливішої умови не тільки їх психологічної стійкості, але і професійного зростання, психологічного здоров'я, а також продуктивного спілкування. У психологічній літературі відчувається дефіцит у подібних дослідженнях, які, є необхідними, бо їх результати можуть допомогти вирішувати проблемні питання емоційного комфорту на робочому місці. Актуальність представленого дослідження ще й в тому, що проблема формування психологічної стійкості та профілактики синдрому емоційного вигорання не стала частиною професійної підготовки майбутніх вчителів, має як недостатнє як теоретичне, так і практичне обґрунтування.

Тому, об'єкт представленого дослідження – процес емоційного вигорання у професійній діяльності вчителя. Предмет дослідження склали психологічні особливості формування психологічної стійкості до емоційного вигорання майбутніх вчителів. Мета дослідження – виокремити психологічні особливості процесу емоційного вигорання у майбутніх педагогів.

Для розв'язання поставлених завдань було застосовано такі методи: аналіз і узагальнення наукової літератури; методи дослідження психічного стану і комунікативних властивостей особистості вчителя: методики: модифікований опитувальник FPI, AVEM. Аналіз наукової психологічної літератури дозволяє уточнити зміст поняття емоційного вигорання, а саме, синдром емоційного вигорання – це процес поступового втрачання емоційної, пізнавальної та фізичної енергії, що виявляється в ознаках емоційного та інтелектуального виснаження, фізичної втоми, особистої відстороненості та зменшення почуття задоволення від виконаної роботи. Таким чином, емоційне вигорання працівника – емоційне та інтелектуальне виснаженням, фізична втома, особистою відстороненістю і зменшенням почуття задоволеності від результатів праці. Підкреслимо, що емоційне вигорання – це динамічний процес і виникає поетапно, у повній відповідності з механізмом розвитку стресу, коли в наявності є всі три фази стресу: нервово напруження, резистенція (опір) та виснаження. З'ясовано, що синдром емоційного вигорання розвивається в процесі професійної діяльності у формі стереотипу емоційного поведінки, який виявляється в особливостях професійного спілкування.

На основі теоретичного аналізу проблеми з'ясовано, що емоційне вигорання детермінується комплексом факторів, які включають індивідуально-психологічні особливості працівника і специфічні особливості професійної діяльності емоційного характеру [2, 5, 6]. Виходячи з мети і завдань дослідження, було розроблено програму емпіричного дослідження емоційного вигорання в професійній діяльності вчителів. Таким чином, у дослідженні, мета якого – вивчення психологічних особливостей емоційного вигорання, протестовано

вчителів, в кількості 25 осіб, та студентів 3-го і 5-го курсів спеціальності «Початкова освіта», в кількості 60 осіб (всіх протестованих – 85 осіб жіночої статі). Дослідження проводилось за етапами: фіксація діагностичних показників студентів; фіксація діагностичних показників працівників вчителів; аналіз, порівняння, систематизація та узагальнення отриманих результатів.

Для того щоб визначити рівень емоційного вигорання було використано наступний психодіагностичний інструментарій: методика діагностики рівня емоційного вигорання Бойко; опитувальник FPI; опитувальник AVEM. На основі дослідження за представленими методиками ми прагнули виявити психологічні особливості формування та розвитку емоційного вигорання. Згідно аналогічних досліджень, проведених психологами, СЕВ вважається сформованим, якщо є сформованою хоча б одна з фаз [3, 7]. Згідно представлених результатів, всю діагностичну вибірку можна розділити на три групи, за таким критерієм як, сформованість фаз: 1 група - синдром повністю сформувався хоча б в одній з фаз; 2 група - синдром знаходиться в стадії формування хоча б в одній з фаз; 3 група - синдром не сформувався. Отримані результати свідчать про наступне. По-перше, СЕВ найбільш явно сформований у студентів саме 3-го курсу. Це є важливим та тривожним результатом, адже він доводить наявність сформованого синдрому ще під час навчання у вузі. Це негативне явище виявлено в половини студентів, і не може пройти повз увагу психологів університету.

По-друге, викликає занепокоєння результати досліджень групи «ризик», до якої відносимо респондентів, для яких характерною є стадія формування СЕВ хоча б в одній з фаз. Як засвідчують представлені результати, в студентів та вчителів існує досить висока вірогідність формування СЕВ. Найбільш негативний результат демонструють педагоги, в яких дана стадія сформована у 47%. Узагальнюючи результати, слід відмітити наступні тенденції: наявність достатньо великої групи працівників, студентів, яким притаманна висока імовірність розвитку СЕВ. Це не може задовольняти сучасним вимогам освіти щодо підготовки професійних кадрів. Щодо дослідження вибірки вчителів шкіл. Слід звернути увагу на результат щодо емоційного вигорання педагогів, як на стадії сформованості, так і на стадії формування, що складає відповідно 40% і 47%. Цікавим є той факт, що у даній категорії відсутні спеціалісти зі стажем більше 30 років. Це свідчить про те, що здобуття практичного досвіду, вироблення власного стилю спілкування допомагає успішно «боротися» зі СЕВ.

Результати дослідження переконують, що визначальним компонентом синдрому емоційного вигорання як для студентів, так і для вчителів є «Резистенція», яка характеризується згортанням професійних обов'язків, зменшенням взаємодії з клієнтами, колегами, розширенням сфери економії емоцій, бажанням бути на самоті, неадекватним емоційним реагуванням тощо. Слід зазначити, 47%, 33% і 40% діагностованих мають високий рівень розвитку саме цього компонента. Тобто можна стверджувати, що розвиток емоційного вигорання відбувається саме через цей компонент синдрому. Доцільно звернути увагу, що фаза «Напруження» є домінуючою у студентів 3-го курсу (33%), яка характеризується відчуттям емоційного виснаження, втомі, викликаною навчально-професійною діяльністю. Діяльність і студентів, і вчителів супроводжується емоційними перевантаженнями. Результати дослідження доводять, що за таких умов люди схильні реагувати згортанням комунікативної діяльності. Для того, щоб зберегти своє здоров'я, вони часто вдаються до тактики економії емоцій, вибудовують захисні бар'єри на шляху виснажливого спілкування.

Аналізуючи отримані результати, можна стверджувати, що у фазі «Напруга» домінує симптом «переживання психотравмуючих обставин» в усіх групах (відповідно 53% студентів 3-го курсу, 17% випускників та 40% педагогів). Це означає, що відбувається вплив психотравмуючих факторів, зростає напруга, яка виливається у відчай і обурення. Нерозв'язність ситуації призводить до розвитку компонентів вигорання. Відчуття «незадоволеності собою» практично не сформовано, за винятком 7% третьокурсників. Це свідчить про те, що ні студенти, ні вчителі не відчувають незадоволення собою в обраній професії і конкретними обставинами на робочому місці так і в навчальних умовах. Проте, досить тривожними є результати щодо стадії формування цього компоненту (17% студентів і 20% педагогів). Це підтверджує, що починає діяти механізм «емоційного переносу», тобто вся сила емоцій направляється не «від себе», а «на себе». І проявляється це в інтенсивній інтеріоризації обов'язків, підвищеній совісності, та почутті відповідальності, що, без сумніву, нагнітає напругу, а на наступних етапах «вигорання» може провокувати психологічний захист.

Симптом «загнаності в клітку» вже є сформованим у студентів 3-го курсу (20%), але у випускників знижується вдвічі. В середньому у 30% студентів він у стадії формування. Це означає, що молоді люди відчувають або починають відчувати стан інтелектуально-емоційного затору, глухого кута. До цього можуть призводити організаційні недоліки, повсякденна рутинна і т.д. у групі працівників цей симптом не спостерігається. Останній симптом даної фази, симптом «тривоги і депресії» склався у значній кількості студентів 3-го курсу (53%). Це доводить, що студенти відчувають напругу у формі переживання ситуативної та особистісної тривоги, можливо і розчарування в обраній професії. Сформований симптом нервової тривожності означає початок опору стресових ситуацій та початок формування емоційного захисту. У випускників даний симптом виражений набагато менше (17%). Доцільно відзначити, що фаза «Напруги» сформувалась у 33% третьокурсників, 10% випускників і 13% педагогів. У фазі «Резистенції» домінуючим є симптом «неадекватного емоційного реагування». Даний симптом склався у 67% студентів 3-го курсу, 60% п'ятикурсників і 53% працівників. Сформованість цього симптому доводить те, що професіонал перестає вловлювати різницю між двома принципово відмінними явищами: економним проявом емоцій і неадекватним емоційним реагуванням. Неадекватна «економія» емоцій обмежує емоційну віддачу за рахунок вибіркового реагування в ході робочих

контактів. При цьому людині здається, що вона чинить правильно. Суб'єкт спілкування при цьому фіксує зовсім інше – емоційну черствість, байдужість і неповагу до особистості.

Наступним є симптом «редукції професійних обов'язків», який в середньому сформувався 63% студентів та 53% педагогів. Це означає, що наявні спроби полегшити або скоротити обов'язки, які вимагають емоційних витрат. Одним із прикладів такого спрощення є нестача елементарного впливу на учнів та колег. У працівників це також може свідчити про професійну деформацію - зміни характеру, що виникають в результаті багаторічної професійної діяльності. Далі є «розширення сфери економії емоцій». Цей симптом склався у 30% студентів і 67% вчителів. Це свідчить, що дана форма захисту здійснюється за межами професійної діяльності – у спілкуванні з рідними, друзями. На роботі вони тримаються відповідно до нормативів, а вдома замикаються або, гірше того, є агресивними у спілкуванні з ними. Найменш вираженим у цій фазі виявився симптом «емоційно-моральної дезорієнтації». Він склався у 27% педагогів та приблизно у 16% студентів. Для таких особистостей настрої і суб'єктивні вподобання впливають на виконання професійних обов'язків. Вони намагаються вирішувати проблеми підопічних за власним вибором, вирішуючи хто «гідний, а хто ні». В цілому фаза «Резистенція» сформована у 47% студентів третього курсу, 36% п'ятикурсників і 42% педагогів.

У фазі «Виснаження» домінуючим є симптом «емоційного дефіциту», який склався у 30% третього курсу, але практично не склався, відсутній в інших групах діагностованих. Цей симптом виявляється у відчутті власної нездатності допомогти суб'єктам своєї діяльності в емоційному плані. Якщо позитивні емоції проявляються все рідше, а негативні частіше, значить симптом посилюється. Грубість, дратівливість, образи – прояви симптому «емоційного дефіциту». Наступним за ступенем вираженості є симптом «особистісної відстороненості». Симптом склався у 27% третьокурників, 17% п'ятикурсників, і майже відсутній у вчителів. Даний симптом виявляється в процесі спілкування у вигляді часткової втрати інтересу до суб'єкта професійної діяльності. Симптом «психосоматичних та психовегетативних порушень» склався у середньому у 21% студентів, і лише у 7% педагогів. Найменш вираженим виявився симптом «емоційної відстороненості». Сформувався лише у 7% студентів, у вчителів – відсутній. Студенти, уражені цим симптомом, майже повністю виключають емоції з професійної діяльності. Їх майже не хвилюють ні позитивні, ні негативні обставини. В цілому, фаза «Виснаження» сформована у 21% студентів 3-го курсу, 7% випускників, і не сформована у педагогів. Таким чином, бачимо, що найбільша кількість діагностованих знаходиться у другій фазі емоційного вигорання, у фазі «Резистенція». Щодо результатів дослідження вияву особистісних чинників даного явища за методикою FPI. У даному аналізі особливий інтерес для нас представляють студенти та вчителі, які увійшли або в групу, де вигорання відбулося хоча б в одній з фаз, або в групу, де вигорання не відбулося.

З метою виявлення особистісних чинників, що впливають на виникнення вигорання, необхідно порівняти особистісні якості, притаманні студентам 3-го та 5-го курсів, та педагогам. Для діагностики цих якостей був використаний багатofакторний особистісний опитувальник FPI. Значущими є показники за наступними шкалами: невротичність; депресивність; спонтанна агресивність; сором'язливість; емоційна лабільність. Високі показники за шкалою невротичність відповідають вираженому невротичному синдрому астеничного типу із значними соматичними порушеннями, тобто такі особи нервові, хворобливі, не вміють вийти з положення, малозначні та індивідуальні подразники легко викликають неадекватні бурхливі спалахи роздратування і збудження. Як ми бачимо кількість таких педагогів у групі, де вигорання відбулося, вища на 33% у студентів 3-го курсу, на 38% – у випускників. У вчителів невротичність повністю відсутня у групі, де СЕВ не сформований.

Високі показники за шкалою спонтанна агресивність свідчать про відсутність соціальної конформності, поганий самоконтроль та імпульсивність. Особи з високими показниками спонтанної агресивності прагнуть одразу задовольнити свої бажання, не замислюючись про наслідки своїх вчинків, діють імпульсивно та непродумано, тому не отримують користі зі свого негативного досвіду, у них неодноразово виникають труднощі одного і того ж характеру. У групі, де вигорання не відбулося, показники за даною шкалою значно нижчі. Варто відзначити, що спонтанна агресивність у педагогічних працівників має низький рівень як в першій, так і в другій групах. Високі показники за шкалою депресивність характерні для людей з депресивним синдромом. Такі люди боязкі, невпевнені в собі, занурені у власні переживання, будь-яка діяльність для них важка, неприємна, протікає з почуттям надмірного психічного напруження, швидко стомлює, викликає відчуття повного безсилля і виснаження. Високі показники депресивності виявлено лише у групі, де СЕВ є сформованим, тобто можна говорити, що дана якість чинить значний вплив на формування вигорання. Високі показники за шкалою сором'язливість відображають наявність тривожності, скутості, невпевненості, наслідком чого є труднощі в соціальних контактах. Особи з такими показниками відтягують момент прийняття рішень, фаза боротьби мотивів сильно затягнута, що перешкоджає власне прийняттю рішення. Кількість таких працівників у групі зі сформованим синдромом, є переважною. Осіб з низькими показниками у цій групі практично не виявилось. За шкалою емоційна лабільність високі показники фактично мають діагностовані з другою групою. Високі показники за даною шкалою вказують на нестійкість емоційного стану, що виявляється в частих коливаннях настрою, підвищеній збудливості, дратівливості, недостатній саморегуляції. Такі особи жіночні, занурені у фантазії. Такі результати можуть бути пов'язані зі станом дезадаптації, тривожністю, вираженою дезорганізацією поведінки.

Підводячи підсумки, можна припустити, що особам зі сформованим синдромом емоційного вигорання, більш притаманні такі якості як: невротичність, депресивність, сором'язливість, вони більш схильні до зміни настрою. І навпаки, ті, в кого синдром не є сформованим, – більш маскулітні, мають менш виражені невротичність і депресивність, вони менш сором'язливі (що підтверджується менш вираженою фемінністю), а

також мають менш виражену емоційну лабільність. Отже, гіпотетично можна стверджувати, що наявність даних особистісних характеристик може впливати на формування і розвиток синдрому емоційного вигорання. Оцінку ступеня психічного навантаження досліджуваних відображають окремі шкали опитувальника AVEM. У табл. 1 представлені середні значення та стандартні відхилення показників шкал опитувальника.

Таблиця 1

**Середні значення та стандартні відхилення шкал AVEM  
(N = 30, 30, 15)**

ШКАЛА		3 курс		5 курс		Вчителі	
		M	SD	M	SD	M	SD
BA - Суб'єктивне значення діяльності	Професійна активність	4,23	1,56	5,14	1,3	5,43	1,21
BE - Професійні домагання		5,23	1,23	6,57	1,70	5,79	1,05
VB - Готовність до енергетичних витрат		4,77	1,45	6,00	1,89	6,00	1,62
PS - Прагнення до досконалості		5,23	1,53	6,24	1,34	6,21	1,31
DF - Здатність підтримувати дистанцію по відношенню до роботи	Психічна стійкість і стратегії подолання	5,85	1,4	5,43	1,9	4,21	1,89
RT - Тенденція до відмови в ситуації невдачі		6,31	1,65	5,29	1,56	5,29	1,20
OP - Активна стратегія вирішення проблем		5,08	1,68	5,33	1,45	5,5	1,22
IR - Внутрішній спокій і рівновага		3,69	1,32	4,57	1,30	3,93	1,27
EE - Почуття успішності в професійній діяльності	Емоційне відношення до роботи	3,38	1,38	3,95	1,04	3,79	1,72
LZ - Задоволеність життям		4,15	1,83	4,86	1,73	5	1,24
SU - Почуття соціальної підтримки		3,23	1,37	4,19	1,69	4,43	1,77

Як свідчать вище наведені дані, третьокурсники характеризуються низькою активністю у навчальній діяльності, що виявляється в заниженій схильності до енергетичних витрат і низьких професійних домаганнях. Аналогічні показники випускників та педагогів мають вище значення, що говорить про підвищення активності. Одночасно відзначається зниження почуття успішності в професійній діяльності, загальної задоволеності життям, а також недостатньо сформовані здібності до активного вирішення виникаючих проблем. Останнє можна було б пояснити низьким почуттям власної компетентності та зниженим контролем ефектів своїх дій. Високий рівень активності знаходиться у відповідності з помірною тенденцією до відмови в ситуації невдачі.

Підсумовуючи відмітимо наступне. В ході дослідження емоційного вигорання уточнено зміст поняття синдрому емоційного вигорання. А саме, синдром емоційного вигорання – це процес поступового втрачання емоційної, пізнавальної та фізичної енергії, що виявляється в ознаках емоційного та інтелектуального виснаження, фізичної втоми, особистої відстороненості та зменшення почуття задоволення від виконаної роботи. Підкреслимо, що емоційне вигорання – це динамічний процес і виникає поетапно, у повній відповідності з механізмом розвитку стресу, коли в наявності всі три фази стресу: нервово напруження, резистенція (опір) та виснаження. З'ясовано, що синдром емоційного вигорання розвивається в процесі професійної діяльності педагога у формі стереотипу емоційного поведінки, який проявляється в особливостях професійного спілкування.

Результатами теоретичного дослідження доведено, що емоційне вигорання детермінується комплексом факторів, які включають індивідуально-психологічні особливості педагога і специфічні особливості професійної діяльності емоційного характеру. Результати емпіричного дослідження дозволили виокремити якості особистості, які впливають на синдром емоційного вигорання: невротичність; спонтанна агресивність; депресивність; сором'язливість; емоційна лабільність. Результати емпіричного дослідження також дозволили констатувати схильність до синдрому емоційного вигорання вже на етапі навчання у ВНЗ.

**Висновки.** На основі результатів дослідження можна розробити концептуальні засади формування психологічної стійкості щодо емоційного вигорання з метою попередження і надання допомоги вчителям і студентам педагогічних спеціальностей, які схильні до СЕВ. А саме, можна запропонувати такі профілактичні та психокорекційні методи: ведення психологічного щоденника, практика медитації, оволодіння навичками саморегуляції за допомогою м'язової релаксації, дихальних технік та аутогенного тренування. Доцільно щоб формування психологічної стійкості було направлено на розвиток комунікативної компетентності. Результати дослідження також свідчать про необхідність систематичної роботи зі студентами щодо або профілактики, або корекції синдрому емоційного вигорання. В першу чергу – це комплексна робота психолога на протязі всього навчання у ВНЗ.

**Список використаних джерел:**

1. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р.Лазарус // В сб.: "Эмоциональный стресс". - Л.: Медицина, 1970.
2. Леви Л. Эмоциональный стресс / Л.Леви - Л.: Медицина, 1976. - 304с.
3. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов - М.: Просвещение, 1964. - 244с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность/ А.Н Леонтьев - М.: Политиздат, 1975.

5. Мясищев В.Н. Личность и неврозы./ В.Н. Мясищев - Л.: ЛГУ. 1960 . - 423с.
6. Наенко Н.И. Психическая напряженность / Н.И. Наенко.- М.: МГУ, 1976. - 112с.
7. Свядоц А.М. Неврозы и их лечение / А.М. Свядоц. - М.: Медицина, 1971. - 356с.

**Резюме.** В ходе исследования эмоционального выгорания уточнено содержание понятия эмоционального выгорания. А именно, синдром эмоционального выгорания — это процесс постепенной утраты эмоциональной, познавательной и физической энергии, что проявляется в признаках эмоционального и интеллектуального истощения, физического утомления, личностной отстранённости и уменьшение чувства удовлетворённости от выполненной работы. Эмоциональное выгорание — это динамический процесс, возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, когда присутствуют все три фазы стресса: нервное напряжение, резистенция (сопротивление) и истощение. Выяснено, что синдром эмоционального выгорания развивается в процессе профессиональной деятельности педагога в форме стереотипа эмоционального поведения, который проявляется в особенностях профессионального общения.

Результатами исследования доказано, что эмоциональное выгорание детерминруется комплексом факторов, которые включают индивидуально-психологические особенности педагога и специфические особенности профессиональной деятельности эмоционального характера. Результаты эмпирического исследования позволили выделить качества личности, которые влияют на синдром эмоционального выгорания: невротичность, спонтанная агрессивность, депрессия, стыдливость, эмоциональная лабильность. Результаты эмпирического исследования также позволили констатировать склонность к синдрому эмоционального выгорания уже на этапе обучения в ВУЗе.

**Ключевые слова:** синдром профессионального выгорания, нервное напряжение, резистенция, усталость, стереотип эмоционального поведения, эмоциональная стойкость, профессиональная компетентность.

**Summary.** As a result of a given research of the emotional burnout the content of the concept of burnout has been updated. Namely, the burnout syndrome is a process of gradual loss of emotional, cognitive and physical energy, which occurs in symptoms of emotional and mental exhaustion, physical fatigue, personal detachment and decrease of satisfaction from the work, performed by a person. Emotional burnout is a dynamic process that occurs in stages, in full accordance with the mechanism of stress, where there are all three phases of stress: nervous tension, resistance and exhaustion. It was discovered that emotional burnout syndrome develops in the course of professional work of a teacher in the form of a stereotype of emotional behavior that one can observe in the patterns of professional intercourse.

The results of the study demonstrated that emotional burnout is determined by a complex of factors, which include individual psychological characteristics of the teacher and specific factors of emotional part of their work.

The empirical study allowed to identify characteristics of the personality that affect the burnout syndrome: neuroticism, spontaneous aggression, depression, shyness, emotional lability. The results of the empirical studies have also stated the propensity to burnout syndrome at the stage of studying in universities.

**Keywords:** burnout syndrome, nervous tension, resistance, fatigue, emotional behavior stereotype, emotional stability, professional competence.

УДК 316.627

Н.О.ЯЦЮК

### КОНЦЕПЦІЯ ІНШОЇ ЛЮДИНИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

**Резюме.** Стаття присвячена аналізу концепції Іншої людини як детермінанти просоціальної поведінки. Підкреслюється роль моральної рефлексії у функціонуванні концепції Іншої людини. Представлені результати опитування студентів та аналізу дитячих малюнків, що ілюструють роль концепції Іншої людини у детермінації вчинку допомоги.

**Ключові слова:** просоціальна поведінка, концепція Іншої людини, моральна рефлексія.

**Постановка проблеми.** Дослідження поведінкової активності особистості та чинників, що зумовлюють її спрямованість та зміст є актуальними упродовж всього періоду розвитку психологічної науки. У морально-психологічних дослідженнях виявляються механізми та чинники поведінки особистості у суспільстві відповідно до моральних норм, здійснюється пошук психологічних способів розвитку моральновідповідної поведінки та корекції девіантної. Сучасний стан розвитку суспільства визначає запит на активну особистість, здатну не тільки до відтворення у поведінці прийнятих норм, але й до творчого їх перетворення. Ситуації морального вибору актуалізують уявлення особистості про себе як про суб'єкта моральної поведінки та уявлення і оціночні ставлення до Іншого, що є змістом концепції Іншої людини (термін Г. С. Абрамової [1]). Як зазначає І. Д. Бех, виховні невдачі у розвитку здатності до саморегуляції моральної поведінки пов'язані, насамперед, з невмінням дитини прийняти точку зору іншої людини [2]. Здатність пережити та розуміти почуття оточуючих формуються разом з самосвідомістю і є важливим чинником просоціальної поведінки.

**Мета статті** – здійснити психологічний аналіз концепції Іншої людини як психологічної детермінанти просоціальної поведінки.