

5. Kehr H. M. Implicit/explicit motive discrepancies and volitional depletion among managers. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2004. № 30. P. 315-327.
6. Kruger J., Dunning D. Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. № 77(6). P. 1121-1134.
7. Kuhl J., Kraska K. Self-regulation and metamotivation: Computational mechanism, development and assessment. In R. Kanfer, P. L. Ackermann, R. Cudeck (Eds.). *Abilities, motivation and methodology. The Minnesota Symposium on Learning and Individual Differences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum. 1989. P. 343-374.
8. Kuhl J., Fuhrmann A. Decomposing self-regulation and self-control: The volitional components inventory. In J. Heckhausen, C. S. Dweck (Eds.). *Motivation and self-regulation across the life span*. Cambridge : Cambridge University Press, 1998. P. 15-49.
9. Semmar Y. Distance learners and academic achievement: The roles of self-efficacy, self-regulation and motivation. *Journal of Adult and Continunig Education*. 2006. № 12(2). P. 244-256.
10. Thiede K. W., Anderson, M. C., Therriault D. Accuracy of metacognitive monitoring affects learning of texts. *Journal of Educational Psychology*. 2003. № 95(1). P.66-73.
11. Whipp J. L., Chiarelli S. Self-regulation in a web-based course: A case study. *Educational Technology Research and Development*. 2004. № 52(4). P. 5-22.

Кравченко Вікторія Сергіївна

здобувач вищої освіти

другого (магістерського) рівня вищої освіти
Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:

Пріснякова Людмила Макарівна

кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології

Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У КУРСАНТІВ ДНІПРОПЕТРОВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ

Сучасні умови діяльності пов'язані з рядом особливостей, які ставлять високі вимоги до індивідуально-психологічних властивостей і функцій організму. Інтенсифікація життя, соціально-політичні зміни, які відбуваються в Україні сьогодні, висувають до працівників та здобувачів вищої освіти більш

складні вимоги, що безумовно, впливає на психологічний стан працівників, обумовлює виникнення емоційного напруження, розвиток значної кількості професійних стресів. Зовнішні фактори мають бути усвідомлені, структуровані, прийняті людиною. Для цього вона використовує своєрідний «інструмент» – свою психіку. Синдром емоційного вигорання – це реакція організму, яка виникає внаслідок тривалого впливу професійних стресів середньої інтенсивності. Вперше термін «burnout» (вигорання) був введений американським психологом Х. Фрейденбергером. Синдром емоційного вигорання («емоційне згорання») – специфічний вид професійної деформації осіб, змушених під час виконання своїх обов'язків тісно спілкуватися з людьми. Дана проблема дуже важлива для представників професій, які працюють у системі «людина – людина».

Аналіз літератури з даної тематики дозволяє сформулювати теоретичну позицію, згідно з якою синдром емоційного вигорання розвивається в процесі професійного навчання та діяльності у формі стереотипу емоційної поведінки, який проявляється в особливостях професійного спілкування. Емоційне вигорання – це динамічний процес і виникає поетапно, у повній відповідності з механізмом розвитку стресу. Важливо відзначити, що автори статей та робіт з емоційного вигорання говорять про нього неоднозначно. В одному випадку як про професійну деформацію, яка негативно відбивається на професійній діяльності, а в іншому – як про механізм психологічного захисту, який дозволяє регулювати психіку і захищати її від негативних емоційних впливів.

Емоційне вигорання ініціюється комплексом факторів, які включають індивідуально-психологічні особливості працівника МВС та специфічні особливості професійної діяльності емоційного характеру. Провівши огляд чинників, що впливають на розвиток вигорання, дозволяють стверджувати, що численні дослідження даних факторів не дали відповіді на питання про те, що ж є головним у виникненні цього явища є синдром емоційного вигорання і його симптоми.

Об'єктом дослідження показників прояву синдрому у студентської молоді.

Предметом дослідження є особливості емоційного вигорання у курсантів та здобувачів вищої освіти ДДУВС.

Метою даної роботи є отримання кількісних показників та по середнім значенням виявити певні тенденції прояву синдрому емоційного вигорання у курсантів та здобувачів вищої освіти ДДУВС.

Гіпотеза дослідження є припущення про існування залежності емоційного вигорання від віку, статті, професійного стажу та специфіки навчання.

В психодіагностиці взяло участь 80 осіб, зокрема студенти першого курсу ДДУВС. Із них 60 осіб, це курсанти трьох факультетів по 20 осіб з кожного (знаходяться на казарменому стані) та 20 осіб – це студенти юридичного факультету (рис.1).

Для емпіричного дослідження була обрана методика «Діагностики рівня емоційного вигорання» В.В. Бойка. Дана методика є найбільш комплексною і дає можливість системно і детальніше проаналізувати міру вираженості дванадцяти симптомів синдрому «вигорання», враховуючи компоненти, до яких вони відносяться. Результати діагностики приведені в таблиці 1.

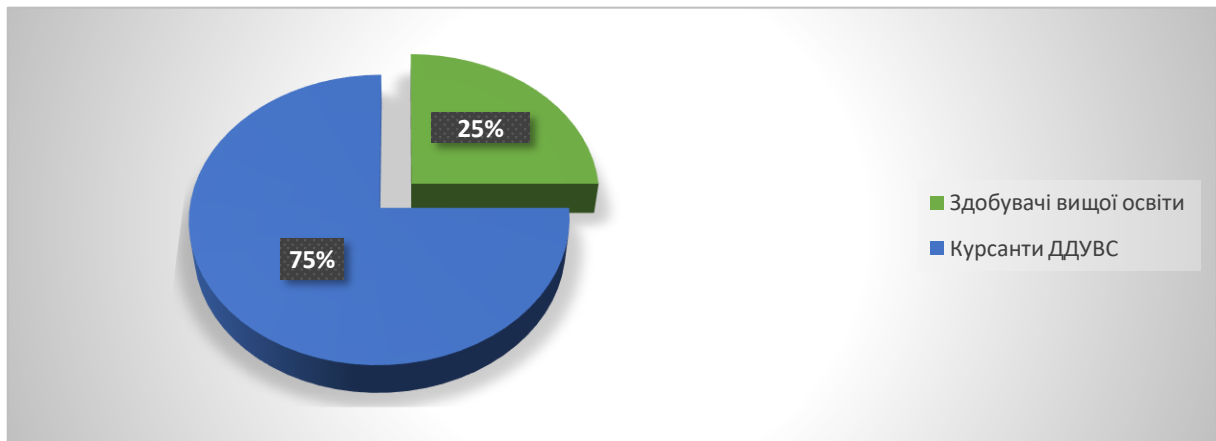


Рис. 1 Склад учасників емпіричного дослідження

Табл.1 Результати «Діагностики рівня емоційного вигорання» В. В. Бойка (середні значення в балах)

Фази емоційного вигорання	Факультет підготовки фахівців для підрозділів кримінальної поліції	Факультет підготовки фахівців для підрозділів превентивної діяльності	Факультет підготовки фахівців для органів досудового розслідування	Юридичний факультет
Напруження	47	34.1	31.6	19.2
Резистенція	57	56	60	52.1
Виснаження	53	52	49	37.5
Сумарний показник	157.0	142.1	140.6	108.8

Аналізуючи показники таблиці можна ствержувати, що у фазі «напруги» у курсантів домінує симптом «переживання психотравмуючих обставин» - 65% учасників діагностики, наростає напруга, яка виливається у відчай і обурення. Нерозв'язність ситуації призводить до розвитку явищ «вигорання». Для порівняння, у студентів немає жодної людини зі сформованим даними симптомом.

Відчуття «незадоволеності собою» сформувалося у 40% курсантів, це свідчить про те, що ті особи, які знаходяться на казарменому стані відчувають невдоволення собою в навчанні і конкретними обставинами на робочому місці. У курсантів цей симптом починає складатися, і можна констатувати, що

починає діяти механізм «емоційного перенесення», тобто вся сила емоцій направляється не за, а на себе. Це проявляється в інтенсивній інтеріоризації обов'язків, підвищеної совісності та почутті відповідальності, що, безсумнівно, нагнітає напругу, а на наступних етапах "вигорання" може провокувати психологічний захист.

Симптом **«загнаності в клітку»** склався у 40% курсантів. Це означає, що дані люди відчують або починають відчувати стан інтелектуально-емоційного затору, глухого кута. До цього можуть приводити організаційні недоліки, повсякденна рутинна. У студентів цей симптом не спостерігається.

Останній симптом на даній фазі, симптом **«тривоги і депресії»** склався у значної кількості курсантів (60 %), це свідчить про те, що дані люди відчують напругу у формі переживання ситуативної та особистісної тривоги, розчарування. Сформований симптом нервової тривожності означає початок опору стресових ситуацій та початок формування емоційного захисту. У студентів цей симптом не склався, або складається в дуже невеликої кількості здобувачів вищої освіти.

У фазі **«резистенції»** домінуючим є симптом **«розширення сфери економії емоцій»**. Цей симптом склався у 45% курсантів.

Симптом **«неадекватного емоційного реагування»** склався у 40 % курсантів. У групі студентів даний симптом не склався. Сформованість даного симптому свідчить про те, що молодь перестає вловлювати різницю між двома принципово відмінними явищами: економним проявом емоцій і неадекватним виборчим емоційним реагуванням. Неадекватна «економія» емоцій обмежує емоційну віддачу за рахунок вибіркового реагування в ході навчальних контактів. При цьому людині здається, що він чинить допустимим чином. Суб'єкт спілкування фіксує при цьому інше - емоційну черствість, байдужість і неповагу до особистості.

Наступним за ступенем виразності є симптом **«редукції професійних обов'язків»**. Цей симптом склався у 40 % курсантів. Це означає, що в даних осіб виявляються спроби полегшити або скоротити обов'язки, які вимагають емоційних витрат. Одним із прикладів такого спрощення є нестача елементарного впливу до інших осіб.

Найбільш вираженим у цій фазі виявився симптом **«емоційно-моральної орієнтації»**. Він склався у 45% курсантів, які намагаються вирішувати проблеми оточуючих за власним вибором.

У фазі **«виснаження»** домінуючим є симптом **«особистісної відстороненості»**. Він склався у 40 % курсантів. Даний симптом виявляється в процесі спілкування у вигляді часткової втрати інтересу до суб'єкта професійної діяльності.

Симптом **«емоційного дефіциту»**, склався у 25% курсантів. Він виявляється у відчутті своєї нездатності допомогти суб'єктам своєї діяльності в емоційному плані, не в змозі увійти в їхнє становище. При цьому особистість переживає появу цих відчуттів. Якщо позитивні емоції проявляються все

рідше, а негативні частіше, значить, симптом посилюється. Грубість, дратівливість, образи - все це прояви симптому «емоційного дефіциту».

Таким чином виявлено, що найбільша кількість курсантів знаходиться в другій фазі емоційного вигорання, у фазі «**резистенції**» – опору; у фазі «**виснаження**» 20% випробовуваних не схильні до синдрому емоційного вигорання. Даний факт свідчить про те, що, при проведенні певної корекційної роботи більшу кількість курсантів може впоратися з негативними проявами синдрому емоційного вигорання.

Кобрусєва Євгенія Анатоліївна

здобувач вищої освіти

другого (магістерського) рівня вищої освіти

Дніпровського гуманітарного університету

Науковий керівник:

Пріснякова Людмила Макарівна

кандидат психологічних наук, доцент,

завідувач кафедри психології

Дніпровського гуманітарного університету

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ ДО ТРАНСФОРМАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Зміна ситуації соціального розвитку в умовах воєнного стану призводить до актуалізації проблеми соціально-психологічної адаптації студентів. Війна вплинула на життя кожної людини та спровокувала ряд змін в сфері освіти, які торкнулися і студентів в точу числі, а саме: зміну соціального середовища, зменшення зовнішнього контролю, зміну академічної ситуації та зміну місця проживання. Важливою складовою в житті студентів стає досвід соціально-психологічної адаптації, який впливає на майбутню адаптацію у професійному становленні. Крім того, соціально-психологічна адаптація пов'язана з академічною адаптацією, що викликає інтерес до цього явища з точки зору соціальної компетентності та розвитку навчальних досягнень студентів в умовах воєнного стану [1; 4].

Дослідження соціально-психологічної адаптації студентів охоплюють обмежене коло питань. Наукові розвідки останнього десятиліття аналізують фактори соціально-психологічної адаптації особистості студента в освітній сфері: емоційний інтелект, комунікативні здібності, особистісна регуляція поведінки, когнітивний стиль, уявлення, особистісні якості та академічні досягнення. Необхідно зазначити, що співвідношення різних видів адаптації в освітній сфері (інтелектуальної, соціальної, психологічної тощо) вбачаються недостатньо дослідженими.