

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ХОРТИЦЬКА
НАЦІОНАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНА АКАДЕМІЯ»
ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

Факультет спеціальної освіти та соціально-гуманітарних наук
Кафедра психології та соціальної роботи

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему «ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ
СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ В УМОВАХ
ДИСТАНЦІЙНОЇ КОМУНІКАЦІЇ»

Виконав студент: 2 курсу
освітньо-професійна програма Соціальна педагогіка
спеціальність 231 Соціальна робота
(шифр і назва спеціальності)

О. М. Денисов

(ініціали та прізвище)

Керівник доцент кафедри психології та соціальної роботи,
к. пед. н., доцент Клопота О. А.
(посада, вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

Рецензент старший викладач кафедри соціально-
гуманітарних наук та мовної підготовки
Хортицької національної академії,
к. філос. н. Леощенко Д. І.
(посада, вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра «Профілактика професійного вигорання соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації»: 70 с., 7 табл., 7 рис., 61 джерела, 3 додатки.

Об'єктом дослідження є професійне вигорання соціальних педагогів закладів освіти.

Предметом дослідження є профілактика професійного вигорання соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка форм і методів профілактики професійного вигорання соціальних педагогів в умовах дистанційної комунікації.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз наукової літератури з досліджуваної проблематики; порівняння, систематизація та узагальнення інформації щодо сутнісних характеристик поняття «професійне вигорання» та особливостей профілактики професійного вигорання соціальних педагогів в умовах дистанційної комунікації; емпіричні: констатувальний експеримент задля визначення рівня схильності соціальних педагогів закладів освіти до професійного вигорання; методи кількісно-якісного аналізу отриманих даних з метою визначення ефективності розробленої програми занять.

Соціальна педагогіка належить до групи професій з високою відповідальністю, а тому вимагає розвитку стресостійкості задля ефективного виконання професійних завдань, опірності негативним впливам та збереження власного психосоціального благополуччя в цілому. Представники соціальної сфери піддаються постійному впливу стресорів та психотравмуючих обставин, що особливо загострюється в період воєнного стану.

Результати дослідження пройшли апробацію на двох науково-практичних конференціях та опубліковані у відповідних збірниках матеріалів.

ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРЯННЯ, ПРОФІЛАКТИКА, СОЦІАЛЬНИЙ ПЕДАГОГ, ЗАКЛАД ОСВІТИ, ДИСТАНЦІЙНА КОМУНІКАЦІЯ

ВСТУП

Актуальність теми роботи можна аргументувати тим, що одночасно з розвитком інноваційних технологій, що допомагають людині досягати значних успіхів в найрізноманітніших сферах життя суспільства, тим не менш, зростає й негативний вплив низки чинників середовища, що породжує переживання, які знижують стресостійкість, продуктивність, працездатність тощо. Особливо гостро це проявляється в екстремальних умовах, серед яких зараз пріоритетне місце займає війна, що значно змінила умови життя та професійної діяльності українців.

Проблема професійного вигорання, що характеризується емоційним виснаженням, зниженням мотивації, відчуженістю від роботи в умовах воєнного стану та, переважно, дистанційного формату роботи, нажаль, набуває поширення. Умови роботи педагогів та фахівців соціальної сфери у прифронтових містах, хронічний стрес як наслідок життя в умовах постійних обстрілів, невпевненості у завтрашньому дні та у власній безпеці, хвилювання за близьких і рідних ще більше ускладнюють ситуацію, зумовлюючи необхідність адаптуватись до умов здійснення професійної діяльності в екстремальних умовах. Пандемія Covid спричинила широке упровадження дистанційних форм професійного педагогічного спілкування, які а зараз, в умовах воєнного стану, набувають усе більшого поширення у прифронтових регіонах та для комунікації з учнями й колегами, які перебувають на окупованих територіях, або стали вимушеними переселенцями й перебувають у різних містах України та світу.

Аналіз сутності феномену професійного вигорання представлений у працях таких закордонних науковців, як: T. Garcia, E. Hartman, C. Maslach, D. Miller, M. Smith та інші. Серед вітчизняних вчених, які досліджували професійне вигорання варто, передусім відзначити Л. Карамушку, М. Бутирину, І. Олійник, О. Романовську, Л. Лотоцьку-Голуб, Н. Пилипенко, Т. Форманюка, а також деяких інших.

Дослідженню різних аспектів дистанційної комунікації приділяли увагу Ю. Безрученков, В. Кухаренко, Н. Корсунська, О. Наливайко, Є. Полат, П. Таланчук тощо.

Вивченню форм і методів профілактики професійного вигоряння присвячені роботи таких учених, як М. Авраменко, Т. Колтунович, О. Главацька, О. Мірошніченко, Я. Юрків та деякі інші.

Водночас, є відчутним дефіцит робіт, спрямованих на розробку форм і методів профілактики професійного вигоряння саме соціальних педагогів, які здійснюють свою професійну діяльність в закладах освіти та, переважно, в умовах дистанційної комунікації. Усе означене вище вважаємо підтвердженням актуальності дослідження на тему: **«Профілактика професійного вигоряння соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації»**.

Об'єкт дослідження: професійне вигоряння соціальних педагогів закладів освіти.

Предмет дослідження: профілактика професійного вигоряння соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка форм і методів профілактики професійного вигоряння соціальних педагогів в умовах дистанційної комунікації.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз сутнісних характеристик поняття «професійне вигоряння».
2. Проаналізувати форми й методи профілактики професійного вигоряння педагогів в умовах дистанційної комунікації.
3. Виявити рівень схильності соціальних педагогів до професійного вигоряння.
4. Розробити, упровадити та перевірити ефективність експериментальної програми профілактики професійного вигоряння соціальних педагогів.

Експериментальною базою був Дніпропетровський обласний навчально-методичний центр практичної психології та соціальної роботи. Вибірка

складалася з 28 соціальних педагогів закладів освіти (м. Нікополь та м. Марганець Дніпропетровської області).

Для вирішення завдань та досягнення поставленої мети використано такі **методи дослідження**:

– теоретичні: аналіз наукової літератури з досліджуваної проблематики; порівняння, систематизація та узагальнення інформації щодо сутнісних характеристик поняття «професійне вигорання» та особливостей профілактики професійного вигорання соціальних педагогів умовах дистанційної комунікації;

– емпіричні: констатувальний експеримент задля визначення рівня схильності соціальних педагогів закладів освіти до професійного вигорання; методи кількісно-якісного аналізу отриманих даних з метою визначення ефективності розробленої програми занять.

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні поняття «професійне вигорання» в контексті професійної діяльності соціальних педагогів; а також у подальшому розвитку методів протидії вигоранню соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації.

Практична значущість дослідження: запропоновані нами форми і методи профілактики професійного вигорання (у контексті сучасних цифрових й кризових викликів) стануть у нагоді як соціальним педагогам закладів освіти, фахівцям центрів соціальної реабілітації, соціальних служб тощо, адже сприятимуть підвищенню стресостійкості, адаптивності та ефективності професійної діяльності в цілому.

Апробація результатів дослідження здійснювалася на:

– V Міжнародній науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу», Хортицька національна академія, м. Запоріжжя (18 квітня 2024 року);

– Міжнародній науково-практичній конференції «Освіта сьогодення: життєтворчість як основа національного відродження та єдності (до 30-річчя заснування наукової школи педагогіки та психології життєтворчості особистості,

75-річчя з дня народження Івана Гнатовича Єрмакова та 100-річчя з дня народження Лідії Василівни Сохань»), Хортицька національна академія, м. Запоріжжя (17 жовтня 2024 року).

Публікації. Зміст та результати роботи висвітлено у публікаціях:

1. Денисов О. Складові професійного іміджу сучасного соціального педагога. *Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір в умовах воєнного часу* : збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених (м. Запоріжжя, 18-19 квітня 2024 р.) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2024. С. 385–388.

2. Денисов О. Профілактика професійного вигорання соціальних педагогів закладів спеціальної освіти прифронтового міста. *Освіта сьогодення: життєтворчість як основа національного відродження та єдності (до 30-річчя заснування наукової школи педагогіки та психології життєтворчості особистості, 75-річчя з дня народження Івана Гнатовича Єрмакова та 100-річчя з дня народження Лідії Василівни Сохань)* : збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 17 жовтня 2024 р.) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2024. С. 407–409.

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (63 позиції, з них 11 – іноземною мовою), 3 додатків, 7 таблиць, 7 рисунків. Загальний обсяг роботи становить 70 сторінок, з яких основний текст – 50 сторінок.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів нашого дослідження дає підстави стверджувати про позитивне вирішення поставлених завдань, досягнення мети та дозволяє сформулювати такі висновки.

1. В процесі реалізації першого завдання було виявлено відсутність єдності науковців щодо визначення сутнісних характеристик поняття «професійне вигоряння». Так, змістом професійного вигоряння вважається стан фізичного, психічного, емоційного виснаження, викликаний тривалим перебуванням в емоційно напружених ситуаціях. Водночас, вагомою характеристикою є синдром хронічної втоми. З іншого боку, професійне вигоряння являє собою двовимірну модель, яка складається, з ознак емоційного виснаження, а також деперсоналізації, - погіршення ставлення до себе, клієнтів, колег тощо. Третій, найбільш поширений підхід, розглядає професійне вигоряння як багатокomпонентну структуру, що складається з виснаження (емоційного), деперсоналізації й редукції власних прагнень.

2. Реалізація ж другого завдання довела, що саме профілактика є одним із основних напрямів запобігання професійному вигорянню фахівців, діяльність яких пов'язана з інтенсивною комунікацією. Особливої ваги це набуває в умовах дистанційної комунікації, що є наслідком небезпек, спричинених повномасштабним російським воєнним вторгненням, що підвищує ризики виникнення ознак вигоряння. В ході профілактичної роботи варто сприяти розвитку внутрішніх ресурсів фахівців соціальної сфери, які потребують не лише соціально-психологічної допомоги й набуття навичок саморегуляції, але й адекватних умов як для праці, так і для відпочинку.

3. Задля виконання третього завдання було здійснено емпіричного дослідження рівня схильності соціальних педагогів закладів освіти до професійного вигоряння. В якості діагностичного інструментарію нами використано методики: тест «Стійкість до стресу»; методика «Діагностика рівня емоційного вигоряння» В. Бойка.

Кількісно-якісний аналіз отриманих результатів дає змогу констатувати переважання низької самооцінки стійності до стресу, а також високий рівень схильності до професійного вигорання через вираженість таких його характеристик, як: напруження (переживання травмуючих обставин, відчуття незадоволеності собою, тривожності); резистенція (неадекватно вибіркоче реагування, економія емоцій, редукція професійних функцій); виснаження (емоційний дефіцит або відчуженість, деперсоналізація, психосоматичні або ж психоемоційні порушення). З означеного вище випливає висновок про доцільність розробки експериментальної програми, яка була б спрямована на профілактику професійного вигорання соціальних педагогів, які працюють в умовах дистанційної комунікації.

4. На виконання четвертого завдання нами було розроблено упроваджено експериментальну програму, націлену на: поглиблення знань соціальних педагогів про стресостійкість – одну з найбільш значущих компетентностей фахівця, який працює в системі «людина-людина»; мотивування до самопізнання й саморозвитку; ознайомлення учасників з методами саморегуляції; розширення індивідуальних ресурсів самоефективності в напружених ситуаціях.

Кінцевим результатом упровадження експериментальної програми має стати, вважаємо, підвищення рівня стійкості соціальних педагогів до впливу негативних чинників середовища, а також щодо їх здатності до особистісного й професійного самопізнання і саморозвитку.

Задля перевірки ефективності нашої експериментальної програми нами було проведено повторне діагностування з використанням тих самих методик, що й на констатувальному етапі.

На основі аналізу отриманих даних можна констатувати, що результати проведеного повторного (контрольно-підсумкового) діагностування за даною методикою виявили позитивну динаміку показників за усіма шкалами («Виснаження», «Резистенція», «Напруження») у членів експериментальної групи, порівняно з даними, отриманими на констатувальному етапі. Так, виявлено зниження показників високого рівня та зростання показників

середнього і низького. Засновуючись на порівнянні динаміки показників емоційного вигоряння членів експериментальної та контрольної груп, отриманих на констатувальному та контрольній-підсумковому етапах можна стверджувати про наявність позитивної динаміки діагностованих показників експериментальної групи та відсутність динаміки показників контрольної групи (деякі зміни можна пояснити суто впливом ситуаційних чинників).

Означене вище вважаємо свідченням ефективності розробленої та упровадженої нами експериментальної програми профілактики професійного вигоряння соціальних педагогів закладів освіти в умовах дистанційної комунікації.

Таким чином, вищевикладені результати, висновки та узагальнення свідчать про те, що мету роботи досягнуто, поставлені завдання розв'язано.