

**СТАН ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ
ЗАКЛАДІВ ТА ШЛЯХИ ЙОГО ПОПЕРЕДЖЕННЯ**

Важливим аспектом діяльності системи охорони праці, якому приділяється недостатня увага, є заходи щодо запобігання стану емоційного вигорання працівників. Сутність роботи у вищій школі полягає у взаємодії науково-педагогічного складу з колективом молоді з метою надання їм знань, керування, допомоги та сприяння в отриманні цих знань і оволодінні професією. Специфіка роботи у вищій школі полягає у необхідності враховувати психологічні особливості даної вікової групи людей. Психологічними особливостями молоді є: підвищена емоційність, енергійність, психологічне становлення, гормональний розвиток. Враховуючи вищезазначені характеристики молоді, на противагу ним для забезпечення ефективного навчального процесу викладач повинен володіти такими психологічними характеристиками, які дозволили б йому: бути врівноваженим, бути спокійним, бути привітним, володіти собою. Забезпечуючи належний власний психологічний стан, викладач повинен виконувати свої безпосередні професійні обов'язки – доступно донести до студентів навчальний матеріал. Крім проведення навчального процесу викладачі вищих навчальних закладів вагому частку часу приділяють науковій та методичній роботі. Це вимагає підвищених зусиль і нервового напруження, що також свідчить про складність викладацької роботи.

Професійна діяльність науково-педагогічного персоналу характеризується високою часткою в ній процесу спілкування, характерним для неї є: велика інтелектуальна напруга; низька рухова активність; висока емоційна напруга; нерегламентований та нерівномірний графік роботи; можливість виникнення конфліктних ситуацій; інформаційне перенавантаження; напруга пам'яті; потреба підвищеної уваги; потреба підвищеної концентрації. Всі вищезазначені особливості професійної діяльності педагогічних працівників вищих навчальних закладів потребують від них підвищеної уваги і концентрації та сприяють формуванню синдрому емоційного вигорання. За результатами дослідження Ю. Терлецької за методом багатофакторного регресивного аналізу емоційне вигорання чинить значний негативний вплив на ефективність фахової діяльності викладачів вищої школи [1].

Емоційне вигорання викладача вищої школи – це “процес утрати ним позитивних емоцій, фізичної й інтелектуальної активності, емоційного контакту зі студентами, колегами та іншими людьми й одночасно процес розвитку байдужості до їх проблем, емоційної холодності у стосунках із ними, ригідності, почувань втоми, спустошеності, розчарованості, деформації особистісних властивостей і якостей” [1].

На роботу викладачів вищих навчальних закладів впливають такі показники напруженості трудового процесу, що визначені ГН 3.3.5-8-6.6.1-2002 «Гігієнічна класифікація праці за показниками шкідливості та небезпечності факторів виробничого середовища, важкості та напруженості трудового процесу»: інтелектуальні навантаження; сенсорні навантаження; емоційне навантаження. Ці фактори не враховуються при організації охорони праці у вищих навчальних закладах. Робота служби охорони праці щодо вирішення проблем емоційного вигорання викладачів повинна проводитися у двох напрямках: аналіз емоційно-психологічного стану викладачів та заходи щодо профілактики розвитку вигорання.

Однією із форм профілактики емоційного вигорання на думку О. Чичкан [2], з якою ми цілком погоджуємося, є залучення викладачів до занять фізичним вихованням або спортом. Крім того, попередження формування синдрому вигорання може бути шляхом залучення викладачів до участі у культурних та творчих заходів (концертів, конкурсів, виставок) та наявність у кожному навчальному закладі фахівці-психолога для надання консультацій та допомоги у подоланні синдрому емоційного вигорання, який вже формується.

Список літератури:

1. **Терлецька Ю.** Вплив емоційного вигорання викладачів вищої школи на ефективність їх фахової діяльності / **Ю. Терлецька** // Педагогіка і психологія професійної освіти. - 2016. - № 2. - С. 85-94.
2. **Чичкан О.** Профілактика синдрому "Емоційне вигорання" у викладачів ВНЗ засобами фізичного виховання / **О. Чичкан, Р. Грицай, А. Кучма** // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). - 2015. - Вип. 5(1). - С. 264-267.