



УДК 159:923.2

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-1\(19\)-445-454](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-1(19)-445-454)

Ожубко Галина Володимирівна кандидат психологічних наук, доцент, Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, вул. І.Франка, 24, м. Дрогобич, 82100, тел.: (098) 927-73-72, <https://orcid.org/0000-0002-7875-9696>

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Анотація. Проблеми дослідження та вивчення емоційної сфери педагогічного працівника набувають надзвичайної вагомості в умовах сьогодення.

Освітня діяльність в режимі дистанційного та змішаного навчання, високе емоційне навантаження, відповідальність за життя та здоров'я дітей, визначення власної освітньої траєкторії розвитку, емоційність діяльності, безперервність психологічного аналізу ситуацій, конфліктні ситуації – фактори, які ведуть до стресових ситуацій у професійній діяльності педагогічного працівника.

Нагромадження стресових ситуацій діє на особистісний, мотиваційний та регулятивно-ситуаційний рівні особистості педагогічного працівника і викликають емоційне вигорання.

Чинники, що впливають на розвиток емоційного вигорання – тип нервової системи і темперамент, професійні особливості (кар'єра, стаж, мотивація, середовище, особливості управлінського впливу), професійні компетенції та особистісні якості.

У статті вказано на передумови емоційного вигорання у педагогів дошкільних навчальних закладів, а саме: необхідність постійного саморозвитку, використання інноваційних освітніх технологій, інтелектуальні навантаження. Для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти емоційне вигорання пов'язане, у більшості, не з безпосередніми професійним обов'язками, а зі стресами, які виникають внаслідок зміни у організації праці, управлінському впливі.

У педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти у ході емпіричного дослідження виявлено наступні домінуючі симптоми емоційного вигорання: у фазі «напруги» - незадоволеність собою та тривога і депресія. У фазі «резистенції» переважаючий симптом: редукція професійних обов'язків. Педагогічні працівники позбуваються обов'язків, які вимагають проявів емоцій. У фазі «виснаження» домінує особиста відстороненість. Педагогічні працівники відмежовують себе від спілкування.

Змінити ситуацію і зменшити вплив стресових ситуацій можливо за участі керівництва закладів освіти, центрів професійного розвитку педагогічних



працівників. Велика частина роботи відводиться і на самого педагогічного працівника - саморозвиток, управління власним часом, активна позиція щодо відновлення власних ресурсів, позиція здорової особистості у всіх сферах: фізичній, соціальній, психічній, психологічній, духовній.

Розвиток якостей зрілої особистості, яка живе повноцінно, конструктивна в усіх сферах життя, любить життя в усіх його проявах, відчуває єдність зі всім, що сприяє розвитку, відкрита до проблем свого життя, здатна зосереджуватися на їх розв'язанні - основа запобіганню розвитку синдрому емоційного вигорання.

Ключові слова: емоційне вигорання, синдром емоційного вигорання, стрес, редукація професійних обов'язків, особистісні якості, характерологічні риси, здорова особистість.

Ozhubko Galyna Volodymyrivna Candidate of psychological sciences, assistant professor, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University, I. Franko St., 24, Drohobych, 82100, tel.: (098) 927-73-72, <https://orcid.org/0000-0002-7875-9696>

FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT IN TEACHING STAFF

Abstract. The problems of research and study of the emotional sphere of a pedagogical worker acquire extraordinary importance under the conditions of the present.

Educational activities under the distant and mixed teaching modes, high emotional load, responsibility for the life and health of children, determination of one's own educational development path, emotionality of activity, continuity of psychological analysis of situations, and conflict situations are the factors leading to stressful situations in the professional activity of a teacher.

The accumulation of stressful situations affects the personal, motivational and regulatory-situational levels of the personality of a pedagogical worker and cause emotional burnout. The type of nervous system and temperament, professional characteristics (career, experience, motivation, environment, features of management impact), professional competencies and personal qualities are the factors influencing the development of emotional burnout.

The article denotes the peculiarities of emotional burnout in teachers of preschool educational institutions, namely: the necessity of ongoing self-development, the use of innovative educational technologies, intellectual burden. Commonly, for preschool teachers, emotional burnout is associated not with direct job responsibilities, but with the stresses that are caused by the changes in the work organisation, managerial influence.

According to the empirical study, the following dominant symptoms of emotional burnout were found in pedagogical staff of general secondary education institutions: in the phase of tension - self-dissatisfaction, anxiety and depression. In the "resistance" phase, the prepotent symptom is a reduction of professional



responsibilities. Teachers obviate the responsibilities that require display of emotions.

The phase of "exhaustion" is dominated by personal detachment. Teachers dissociate themselves from communication.

It is possible to change the situation and reduce the impact of stressful situations with the participation of the management of educational institutions, centers for the professional development of teachers. Most of the work is given to the teacher himself - self-development, management of one's own time, an active position in restoring one's own resources, the position of a healthy person in all areas: physical, social, mental, psychological, spiritual.

Keywords: emotional burnout, emotional burnout syndrome, stress, reduction of professional duties, personality qualities, character traits.

Постановка проблеми. Питання «емоційного вигорання» знайшло відображення у багатьох працях вітчизняних та закордонних науковців.

Професійні обов'язки та відповідальність за виконану роботу зростають в усіх сферах професійної діяльності, особливо освітній. Для забезпечення професійної активності педагогічного працівника, мотивації його діяльності, емоційної віддачі, працездатності, швидкого прийняття рішень необхідно дбати про здоров'я в усіх сферах особистості.

Психічне здоров'я – важлива умова професійної діяльності педагогічного працівника. Забезпечення психічного здоров'я – сфера відповідальності керівника закладу освіти та педагогічного працівника. Йдеться і про запобігання стресовим ситуаціям та формування психологічного захисту.

Емоційне вигорання – складний багатокомпонентний феномен і немає однозначності у його визначенні. Емоційне вигорання визначається як симптомо-комплекс, дія якого охоплює всі основні структурні рівні особистості; професійна деструкція особистості; психогенний розлад, пов'язаний з професійною дезадаптацією та, особливо, зі стилем поведінки вчителя у навчальному середовищі[3,4,5,6].

Симптоми емоційного вигорання згруповані у 5 категорій: фізичні, емоційні, поведінкові, інтелектуальні, соціальні.

Вимагають дослідження способи попередження емоційного вигорання педагогічного працівника, їх систематизація та застосування в залежності від особистісних характеристик, характерологічних рис, темпераменту, віку, кваліфікації, якостей особистості педагогічного працівника.

Відсутні єдині критерії діагностики синдрому емоційного вигорання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літератури свідчить про те, що методи діагностики та прояви синдрому професійного вигорання вивчали В.В. Бойко, Н.Є. Водоп'янова, С. Джексон, К. Маслач, Г.І. Каплан, І.П. Куш, Г.Е. Робертс, Б.Дж. Седок, В.Є. Семеніхіна, К. Черніс, А.Є. Юр'єв, Г.А. Пономарьова. Аналіз літературних джерел підтвердив припущення щодо

відсутності єдності у визначенні поняття «емоційного вигорання». Існують різноманітні підходи щодо появи і розвитку цього явища.

Мета статті – розглянути сучасні наукові підходи до визначення категорії «емоційне вигорання» та психологічні особливості емоційного вигорання педагогічних працівників.

Виклад основного матеріалу. «Емоційне вигорання» включене до 11-го перегляду Міжнародної класифікації хвороб як професійне явище. Емоційне вигорання описане в новій класифікації серед факторів, які впливають на стан здоров'я людини або є причиною звернутися до лікарів, але не класифіковані як хвороби. У МКХ-11 емоційне вигорання визначається як синдром, що виникає від хронічного стресу на роботі, з яким людина не може впоратися і характеризується трьома вимірами: відчуттям втрати енергії та виснаження, психологічною відстороненістю від роботи, почуттям негативізму чи цинізму до своєї роботи, а також зменшеною професійною ефективністю [1].

Поняття «емоційне вигорання» запропоноване Гербертом Фріденбергером, американським психологом німецького походження. На основі власних спостережень науковець опублікував статтю «Staff Burn-Out», в якій «вигорання» описав як виснаження, погіршення фізичного та психічного самопочуття [2].

Серед різноманітних підходів до визначення емоційного вигорання найважливішими є наступні:

На думку Т.В.Большакової, вигорання – це симптомо-комплекс, дія якого охоплює всі основні структурні рівні особистості: соціально-психологічний, такий що відображає зміну міжособистісних стосунків; особистісний – зміна особистісних рис; мотиваційний – якісна та змістовна зміна мотивації; регулятивно-ситуаційний – відображає зміну станів та емоційних стосунків [3].

Н.Є. Водопьянова визначає синдром професійного вигорання як професійну деструкцію особистості у вигляді стійких психічних переживань з подальшими змінами у професійній діяльності[4].

Емоційне вигорання, вважає В.В. Бойко – це «... вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій (зниження їх енергетики) у відповідь на певні психотравмуючі дії...»[5, 6].

На думку, Буталевич Н.М., емоційне вигорання як психогенний розлад пов'язаний з професійною дезадаптацією, та особливо зі стилем поведінки вчителя у навчальному середовищі[7].

Зарубіжні дослідники підтверджують, що основою емоційного вигорання є професійний стрес [8].

Згідно з ВООЗ, існує три основні симптоми емоційного вигорання: почуття виснаження або втоми: призводить до порушення сну, зниження імунітету, проблем із концентрацією уваги; інтелектуальна й емоційна дистанція з роботою: відчуття негативу та цинізму відносно ситуацій, пов'язаних із роботою, відірваність від колективу, відсутність мотивації, негативне сприйняття реальності; зниження професійної ефективності:



відчуття неспроможності справитися зі своїми робочими обов'язками, внаслідок цього з'являються сумніви у власних здібностях і компетентності [1].

Емоційне вигорання характерне для професій системи «людина-людина». Педагогічні працівники, як представники такої системи, відчувають тиск різноманітних стресових факторів. Педагогічна діяльність супроводжується високим емоційним навантаженням, присутністю різноманітних взаємопов'язаних стресових факторів, відповідальністю за життя та здоров'я дітей, необхідністю постійного власного професійного розвитку і визначенням власної освітньої траєкторії розвитку, емоційністю діяльності, безперервністю психологічного аналізу ситуацій, конфліктними ситуаціями.

Емоційне вигорання у педагогічних працівників виникає на фоні хронічного стресу. Відсутність відпочинку через надмірне виконання професійних обов'язків та часу на особисті захоплення та контакти, нагромадження стресових ситуацій, емоційних переживань без певного «розвантаження» приводить до появи синдрому емоційного вигорання. З'являється втома, пасивна поведінка при виконанні професійних обов'язків. Ці відчуття переростають у байдужість, гнів і небажання працювати та супроводжуються неправильним емоційним реагуванням, або його пасивністю. Серйозними проявами емоційного вигорання є редукація професійних обов'язків. Редукація професійних обов'язків — згортання професійної діяльності, прагнення якомога менше часу витратити на виконання професійних обов'язків [9].

За даними В. Бойко, розвиток синдрому емоційного вигорання відбувається в три фази: напруження, резистенція, виснаження [5].

Дж. Грінберг виділив п'ять етапів наростання психічної напруги, пов'язаної з професійною діяльністю, і позначив їх як «стадії емоційного вигорання»: 1. Людина задоволена своєю роботою. Але постійні стреси поступово зменшують енергію. 2. Спостерігаються перші ознаки синдрому: безсоння, зниження працездатності та часткова втрата інтересу до своєї справи. 3. На цьому етапі людині так важко зосередитися на роботі, що все виконується дуже повільно. Спроби «надолужити згаяне» перетворюються в постійну звичку працювати пізно ввечері або у вихідні. 4. Хронічна втома проектується на фізичне здоров'я: знижується імунітет, простудні захворювання перетворюються в хронічні, проявляються «старі» болячки. Люди на цьому етапі зазнають постійного невдоволення собою й оточуючими, часто сваряться з товаришами по роботі. 5. Емоційна нестабільність, занепад сил, загострення хронічних захворювань – це ознаки п'ятої стадії синдрому емоційного вигорання [10].

Варто відзначити, що на початковому етапі розвитку емоційного вигорання – цей процес не усвідомлюється людиною. Лише друзі та колеги помічають симптоми емоційного вигорання, які проявляються у певних поведінкових змінах і зникненню інтересу до роботи.

Симптоми емоційного вигорання можна умовно класифікувати на: фізичні, поведінкові і психологічні, зовнішні та внутрішні. До фізичних

входять: втомленість; відчуття виснаження; часті головні болі, зайва вага; безсоння. До поведінкових і психологічних: важкість праці; знищення професійного ентузіазму; відчуття розчарування; невпевненість; відчуття вини та непотрібності; дратівливість; підозрілість; ригідність; нездатність ухвалювати рішення; зловживання алкоголем або наркотичними засобами. Зовнішні причини – це: соціальна та економічна нестабільність, криза ідейних, правових, духовних, моральних норм, низька соціальноправова захищеність особистості у суспільстві; внутрішні причини професійного вигорання; негативні суспільні стереотипи; негативний приклад керівників певних структурних підрозділів; низька моральна культура трудового колективу; відсутність перспективи професійного зростання; постійна фізична, емоційна та моральна втома; невідповідність умов праці, кваліфікації спеціаліста та матеріальному еквіваленту – заробітній платі [11].

Чинники, що впливають на розвиток емоційного вигорання – особливості нервової системи і темперамент, професійні особливості (кар'єра, стаж, мотивація, середовище, особливості управлінського впливу), професійні компетенції та особистісні якості.

Для педагогічних працівників закладів дошкільної освіти емоційне вигорання пов'язане не з безпосередніми професійним обов'язками, а зі стресами, які виникають внаслідок зміни у організації праці, управлінському впливі.

Затверджений базовий компонент дошкільної освіти, а саме нова редакція, як визначає вимоги до обов'язкових результатів навчання та компетентностей дошкільнят за освітніми напрямками: особистість дитини; дитина в сенсорно-пізнавальному просторі; дитина в природному довкіллі; гра дитини; дитина в соціумі; мовлення дитини; дитина у світі мистецтва - вимагає від педагогічних працівників постійного підтвердження власного рівня кваліфікації [12]. Необхідність постійного саморозвитку, готовність до інноваційної діяльності та використання інноваційних освітніх технологій, інтелектуальні навантаження, активна творчість провокують у педагогів дошкільних навчальних закладів стресові ситуації.

Педагогічним працівникам закладів дошкільної освіти, враховуючи причини їх емоційного вигорання, варто звернути увагу на техніки контролю власного часу, самоменеджмент.

В емпіричних дослідженнях рівня емоційного вигорання педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти використовувалася методика В.В.Бойко «Діагностика рівня емоційного вигорання». Домінуючими симптомами у фазі напруги були: незадоволеність собою та тривога і депресія. Незадоволеність собою означає, що, в основному, педагогічні працівники незадоволені собою у професійній діяльності і відчувають певні розчарування. Фаза «напруги» на стадії формування у 60 % педагогів. У фазі «резистенції» переважаючий симптом: редукція професійних обов'язків. Педагогічні працівники позбуваються обов'язків, які вимагають проявів емоцій. Фаза



«резистенції» сформована у 45 % педагогів. У фазі «виснаження» домінує особиста відстороненість. Педагогічні працівники відмежовують себе від спілкування. Фаза «виснаження» у стадії формування в 55% педагогів. Аналіз домінуючих симптомів вказує на необхідність впливу на характерологічні риси особистості.

Знизити негативний вплив стресу зможуть наступні характерологічні особливості: впевненість в собі, прийняття себе та інших, вміння концентруватися на позитивних емоціях, вміння працювати в команді, позитивне ставлення до життя, бажання долати труднощі, навички вирішення проблем [13].

До цього переліку слід додати розвиток якостей зрілої особистості:

1. *Цілеспрямованість життя*: чітке уявлення про бажане майбутнє, наявність покликання, володіння способами та засобами його реалізації; усвідомлення основних етапів життєвого шляху та наповнення їх конкретним позитивним змістом; орієнтування в наявній інформації, знаходження резервів та ресурсів, необхідних для планування життя; запобігання перетворенню життя на «плавання за течією»; здатність до взаємодії із не цілком передбачуваними, що означає: створювати сприятливе середовище (ситуації, умови, стосунки тощо); активно і позитивно впливати на оточення; гнучко пристосовуватися до оточення, до невизначених і неочікуваних ситуацій; працювати над вирішенням життєвих завдань за нестачі інформації; справлятися з суперечливою та швидко оновлюваною інформацією; адекватно сприймати нові, незнайомі, неочікувані ситуації та розглядати їх як стимул для творчого розвитку; перетворювати умови, що не відповідають розробленим планам. Висока оцінка подоланого етапу життя, відчуття його, продуктивності й осмисленості, задоволеність самореалізацією, відчуття успішності самоздійснення. Відчуття себе господарем життя - думання про себе як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору для побудови свого життя відповідно до власних цілей [14].

2. *Оптимальний, розвивальний стиль життя*: живе повноцінно (любить, вірить, надіється, реалізує своє Я, свою мудрість, працює, має справжні задоволення, творить, домагається результатів, має успіхи в житті тощо). Конструктивна в усіх сферах життя: прагне досягати конкретних результатів в діяльності, в житті, працює на віддалений результат. Любить життя в усіх його проявах, відчуває єдність зі всім, що сприяє розвитку. Безпосередньо включається в життя, а за необхідності може виходити з потоку життя, щоб поглянути, збагнути, що відбувається з нею, куди несе її життєвий потік. Вона відкрита до проблем свого життя, здатна зосереджуватися на їх розв'язанні. [14].

Перехід на дистанційну форму організації освітнього процесу спровокував стресові ситуації для педагогічних працівників, що також зумовлює емоційне вигорання. Про брак досвіду щодо організації дистанційного навчання та використання елементів дистанційного навчання в



своїй педагогічній діяльності зазначили 29% педагогічних працівників. За результатами опитування, проведеного цього року, 34 % вчителів зазначили, що у них недостатньо досвіду щодо використання спеціальних навчальних програм, електронних платформ; 16 % скаржаться на брак досвіду щодо ефективного використання комп'ютерної техніки. Серед проблем, які найбільш ускладнюють організацію дистанційного навчання, перш за все керівники ЗО вбачають брак досвіду щодо використання спеціальних навчальних програм та електронних платформ (71%), 25% - бракує досвіду щодо організації дистанційного навчання [15].

Виконання професійних обов'язків в режимі дистанційного навчання, не маючи досвіду такої роботи, спровокувало стресові ситуації. Педагогічні працівники вимушені опанувати нову спеціальність. І все це відбувається паралельно з основною роботою. Робота в режимі карантинних обмежень, відсутність соціальних зв'язків, тиск зі сторони адміністрації, постійне перебування в режимі «online» - дестабілізуючі фактори впливу на особистість педагога.

Висновки. Провівши теоретичний аналіз поняття «емоційного виснаження», слід зазначити його актуальність у професійному середовищі. Емоційне вигорання – це стан фізичного, емоційного, розумового виснаження, синдром, який виникає на фоні хронічного стресу. Емоційне вигорання характерне для професій системи «людина-людина». Саме педагогічна діяльність супроводжується високим емоційним навантаженням, відповідальністю за життя та здоров'я дітей, необхідністю постійного власного професійного розвитку і визначенням власної освітньої траєкторії розвитку, емоційністю діяльності, безперервністю психологічного аналізу ситуацій, конфліктними ситуаціями.

Для профілактики емоційного вигорання педагогічного працівника необхідно звернути увагу на організацію власного часу (використовуючи принципи тайм-менеджменту), формування характерологічних рис особистості педагога, розвиток якостей зрілої особистості.

Література:

1. Сайт ВООЗ [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
2. Freudenberger H. J. Staff Burn-Out. Journal of Social Issues. 1974. P. 159–165.
3. Большакова Т.В. Личностные детерминанты организационные факторы психического выгорания у медицинских работников: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.03 «Психология труда, инженерная психология, эргономика» / Т.В. Большакова. – Ярославль, 2004. – 27 с.
4. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2008. – 358 с.
5. Бойко В. Психознергетика. / В.Бойко. - СПб.: Питер, 2008. 416 с. URL: https://bookap.info/okolopsy/boyko_psihoenergetika
6. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. /В.В.Бойко. – М.: Наука, 1996. – 154 с.



7. Жогло О.П. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів: автореф. дис. ... канд.психол. наук.: спец. 19.00.07 «Пед. та вікова психологія» / О.П.Жогло. – Одеса, 2009. – 21 с.

8. Варнава У.В. Экспериментальное исследование незрелых психологических защит личности / У.В.Варнава // Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України: зб. Наук. Праць / [за ред. С.Д.Максименка]. – 2006. – Вип. 29. – С.102-106.

9. Технології роботи організаційних психологів: навчальний посібник / за наук. ред. Л.М.Карамушки. – К.: Фірма «Інкос», 2005. – 366 с. Режим доступу: <http://www.info-library.com.ua/books-text-7609.html>

10. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии. Эмпирические исследования / В.Е. Орел // Психологический журнал. – 2001. – № 1. – С. 16–22.

11. Мащак С.О. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема / С.О.Мащак // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ – 2012. – № 2.

12. Закон Укоаіни «Про дошкільну освіту. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://pedpresa.com.ua/206188-bazovuj-komponent-doshkilnoyi-osvity-nova-redakcziya.html>

13.Порфирьева С.И. Профилактика профессионального выгорания педагога — [Електронний ресурс] Режим доступу: http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=121&id=814324

14. Савчин М. Духовна парадигма психології: монографія / Мирослав Савчин. – К.: Акаддемвидав, 2013. – 252 с.

15. Інформаційна система «Освіта UA» [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://osvita.ua/doc/files/news/806/80681/37776.pdf>

References:

1.Sajt VOOZ [WHO website]. www.who.int/news Retrived from <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases> [in Ukrainian].

2. Freudenberger H. J. Staff Burn-Out. Journal of Social Issues. 1974. P. 159–165.

3.Bol'shakova T.V. (2004). Lichnostnye determinanty i organizacionnye faktory psihicheskogo vygoraniya u medicinskih rabotnikov [Personal determinants and organizational factors of mental burnout in medical workers]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Jaroslavl' [in Ukrainian].

4. Vodop'janova, N.E. (2008). *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika*. [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. SPb.: Piter [in Russian].

5. Bojko, V. (2008). *Psihojenergetika [Psychoenergetics]*. SPb.: Piter [in Russian].

6. Bojko, V. V.(1996). *Jenergija jemocij v obshhenii: vzgljad na sebja i na drugih*. [Energy of emotions in communication: a look at yourself and others]. M.: Nauka [in Russian].

7. Zhoglo, O.P. (2009). Psihologichni osoblivosti emocijnogo vigorannja pedagogiv [Psychological features of emotional development of teachers].*Extended abstract of candidate's thesis*. Odesa [in Ukrainian].

8. Varnava, U.V. (2006). Jeksperimental'noe issledovanie nezrelyh psihologicheskikh zashhit lichnosti [Experimental study of immature psychological defenses of the individual]. *Naukovi zapiski Institutu psihologii imeni G.S. Kostjuka APN Ukraini - Naukovi zapiski Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk APN of Ukraine*, 29, 102-106 [in Ukrainian].

9. Karamushki, L.M.(2005). *Tehnologii roboti organizacijnih psihologiv [Technologies of robots and organizational psychologists]*. K.: Firma «Інкос» [in Ukrainian].

10. Orel, V.E. (2001). Fenomen «vygoraniya» v zarubezhnoj psihologii. Jempiricheskie issledovanija [The phenomenon of "burnout" in foreign psychology. Empirical studies]. *Psihologicheskij zhurnal - Psychological journal*, 1, 16–22 [in Ukrainian].



11. Mashhak, S.O. (2012). Profesijne vigo­rannja osobistosti jak social'no-psihologichna problema [Professional development of specialty as a social and psychological problem]. *Naukovij visnik L'vivs'kogo derzhavnogo universitetu vnutrishnih sprav – Scientific Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs*, 2 [in Ukrainian].
12. Zakon Ukoaïni «Pro doshkil'nu osvitu. [The Law of Ukraine “On preschool education”]. (n.d). *pedpresa.com.ua* Retrived from <https://pedpresa.com.ua/206188-bazovyj-komponent-doshkilnoyi-osvity-nova-redakciya.html> [in Ukrainian].
13. Porfir'eva, S.I. Profilaktika professional'nogo vygoranija pedagoga [Prevention of professional burnout of a teacher]. *gov.cap.ru* Retrived from http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=121&id=814324 [in Ukrainian].
14. Savchin, M. (2013). *Duhovna paradigma psihologii: monografija [Spiritual paradigm of psychology]*. K.: Akaldemvidav [in Ukrainian].
15. Informacijna sistema «Osvita UA» [Information system "Osvita UA"]. *osvita.ua* Retrived from <https://osvita.ua/doc/files/news/806/80681/37776.pdf> [in Ukrainian].