

8. Водопьянова Н. Е. Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 16. Психология. Педагогика.* 2015. №. 1. С.45 – 54.

9. Хазова С. А. Ментальные ресурсы субъекта в разные возрастные периоды. Дис... доктора психол. наук: 19.00.13. Кострома. 2014. 540с.

Науковий керівник: Ламаш Ірина Володимирівна, доцент кафедри соціології та психології факультету №6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент.

Потупало Дмитро Русланович,

студент 3-го курсу факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ

На даний час синдром емоційного вигорання має істотне значення в розвитку емоційної сфери людини, здоров'ї, працездатності особистості та для психологічної науки в цілому. В останні роки синдром емоційного вигорання все частіше зустрічається у працюючих людей та в період навчання. Депресії, стреси, нове оточення, труднощі на роботі та навчанні, тяжка та виснажлива робоча обстановка – все це є психологічними аспектами у формуванні даного синдрому у різноманітних працівників різних сфер діяльності та студентів в період навчання.

Період активного входження в нове соціальне середовище супроводжується діями, спрямованими на отримання визнання і високого статусу в групі студентів-ровесників.

М. А. Воробйова, аналізуючи підходи вітчизняних і зарубіжних авторів до поняття «емоційне вигорання», зробила висновок про те, що, по суті, вони зводяться до одного підстави: це комплекс фізичних джерел для переживань і

поведінки, які позначаються на працездатності, фізичному і психічному самопочутті, а також на інтерперсональних відносинах людини [3, с.83].

С. П. Іванова вважає, що характерними для ситуацій «вигорання» є емоційні перевантаження. Авторка говорить, що стан психічної напруженості є одним з показників синдрому емоційного вигорання в професійній діяльності, вони викликають відчуття дискомфорту, тривоги, фрустрації, песимістичні настрої. Дослідниця наголошує, що на розвиток «вигорання» впливають багато чинників, але більшість дослідників вважають, що вік, стать, стаж роботи та інші соціально-демографічні характеристики не пов'язані прямо з професійним «вигоранням» [4, с.45].

У студентському середовищі перевантаження і вимоги виступають у всьому різноманітті. З іншого боку, саме в цей період формується майбутній професіонал, стан психічного здоров'я якого безпосередньо впливає на успішність діяльності і стиль життя в цілому, і таким чином набуває значення високе його становище у суспільстві.

Навчання в вузі, по суті, це - соціальна діяльність, пов'язана з взаємодією між людьми, не залежно від їх майбутньої професії. Студенти в процесі консультування і в приватних бесідах нерідко скаржаться, вельми схожі на ознаки «вигорання».

О. В. Бажук відносно означеної проблеми у студентів виділяє два аспекти. Авторка говорить, що останнім часом студентська молодь проявляє негативну динаміку зміни свого здоров'я, але при цьому є перспективною соціальною групою для сприйняття і поширення цінності «здоров'я», а також формування усвідомленого та цілеспрямованого ставлення до зміцнення свого здоров'я. Дослідниця вважає, що актуалізація і активізація особистісних ресурсів студентів сприятиме підвищенню здоров'язберігаючого потенціалу всіх суб'єктів освітнього процесу. Оксана Бажук наголошує на тому, що одна і та ж особливість особистості може бути як фактором вигорання, так і складовою частиною ресурсів професійного

здоров'я в залежності від взаємозв'язків її з іншими і ступенем вираженості в даний момент, що необхідно враховувати в процесі профілактики професійного вигорання студентів [1, с.46].

Н. Є. Водопьянова та Є. С. Старченкова феномен емоційного вигорання розглядають як професійну деформацію фахівця, яка викликана впливом зовнішніх і внутрішніх факторів. До «зовнішніх» автори відносить, особливості навчальних стандартів, організаційні особливості навчання, педагогічні методи роботи зі студентами, динаміка розвитку та психологічний клімат навчальної групи, курс, навчальний заклад. «Внутрішніми», на їх думку, виступають індивідуальні особливості студента: духовний світ, самосприйняття, цінності, мотивація та інші [2, с.72].

Проблема емоційного вигорання має більше прикладне значення, в останні кілька років увагу дослідників привертає все більше вигорання серед студентської молоді. Так, за даними Ц. Р. Джекобса і Д. Додда, 40% студентів в одному навчальному закладі мають ту чи іншу ступінь вираженості емоційного вигорання.

Отже, на розвиток даного синдрому впливають багато факторів: прагнення до хорошої успішності, підвищеної стипендії, неправильно організована робота з навчальним матеріалом, організаційні та професійні стреси. Емоційне вигорання сильно впливає на особистість студента, підриваючи його здоров'я і бажання успішно вчитися. Крім того, студенти змушені переносити досить великі навантаження, що пред'являють великі вимоги до фізичною, розумовою, моральною і вольовим ресурсів особистості. Все це, безсумнівно, може служити психологічними чинниками, що приводять до стану емоційного вигорання.

Список бібліографічних посилань

1. Бажук О. В. Ресурсное обеспечение профилактики эмоционального выгорания студентов - будущих педагогов. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2017. №4. С.46-48.

2. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб., 2005. 336 с.

3. Воробьева М. А. Связь эмоционального интеллекта и синдрома эмоционального выгорания у студентов. *Образование и наука*. 2016. №4 (133). С.80-94.

4. Иванова С. П. Методика диагностики эмоционального выгорания у будущих психологов МЧС России. *Ученые записки университета Лесгафта*. 2009. №7. С.44-48.

Науковий керівник: Посохова Яна Сергіївна, старший викладач кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківський національний університет внутрішніх справ, кандидат психологічних наук.

Сабазова Юлія Олександрівна,

слухач магістратури факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ

Проблема особистості та особистісної зрілості є на сьогодні найбільш актуальною у психологічній науці. На думку багатьох вчених (Г. С. Абрамова, А. Адлер, Б. Г. Ананьєв, А. Елліс, Е. Еріксон, І. С. Кон, Г. Олпорт, Е. Фромм, О. С. Штепа та ін.) системоутворюючою для визначення поняття особистісної зрілості виступає категорія «зрілість». Зрілість – це інтегральна якість людини, тому вона вивчається багатьма науками: філософією, психологією, педагогікою, юриспруденцією, етикою. Існує два суттєво відмінних погляди на зрілість: 1) зрілість як певний віковий період у житті людини; 2) зрілість як характеристика високого розвитку певних психічних функцій людини незалежно від її віку [2; 4]. Б. Г. Ананьєв підкреслював, що етапи зрілості людини як індивіда, як особистості, як суб'єкта діяльності, пізнання, спілкування не збігаються за часом [1].