

Бердянський державний педагогічний університет  
(повне найменування закладу вищої освіти)  
Факультет дошкільної, спеціальної та соціальної освіти  
(повна назва факультету)  
Кафедра соціальної роботи та інклюзивної освіти  
(повна назва кафедри, циклової комісії)

**Пояснювальна записка**  
до кваліфікаційної роботи

бакалавр  
(освітній ступінь)

на тему:

**“Профілактика професійного вигорання соціальних працівників  
в умовах війни”**

**Виконав:**

здобувач I (бакалаврського)  
рівня вищої освіти  
IV курсу, 404 СР групи  
галузі знань 23 Соціальна робота  
спеціальності 231 Соціальна робота  
**Ілля ПУКЛІЧ**

**Науковий керівник:**

ас. Наталія МАЦЕЙКО

**Рецензент:**

к. пед. н., доц. Анастасія ТУРГЕНЄВА

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3-5</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....</b>	<b>6</b>
1.1. Професійне вигорання як соціально-психологічний феномен: сутність, чинники формування, стадії розвитку та характерні ознаки.....	6-19
1.2. Специфіка професійної діяльності соціального працівника як чинник розвитку професійного вигорання фахівця.....	19-27
1.3. Особливості розвитку професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни.....	27-33
1.4 Профілактика професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни: зміст і методи.....	33-36
<b>Висновки до першого розділу.....</b>	<b>36-37</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ СФОРМОВАНOSTІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....</b>	<b>38</b>
2.1 Діагностика рівня сформованості професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни, аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	38-46
2.2 Розробка практичних рекомендацій щодо профілактики професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни.....	47-49
<b>Висновки до другого розділу.....</b>	<b>49-51</b>
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>52-54</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>55-59</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>60-88</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Розвиток системи соціального захисту населення в Україні створює можливості для надання комплексної допомоги громадянам, спрямованої на забезпечення їхніх індивідуальних потреб, що сприяє подоланню чи мінімізації складних життєвих обставин. Забезпечення якісного надання соціальних послуг можливе виключно за умови високого рівня професійної компетентності соціальних працівників, їх активної залученості у робочий процес, уміння професійно реагувати на потреби клієнтів, а також нові виклики сучасності, шляхом імплементації інноваційних методів надання допомоги у практичну діяльність.

Специфіка професійної діяльності соціального працівника, насамперед її поліфункціональність, емоційна насиченість професійної комунікації, складність контингенту клієнтів, високий рівень соціальної відповідальності перед суспільством, впливає на психологічний стан фахівця, викликаючи емоційне напруження та стрес, що, у свою чергу, стає причиною розвитку професійних деформацій, зокрема професійного вигорання.

Надпотужним зовнішнім чинником розвитку синдрому професійного вигорання соціальних працівників стало повномасштабне вторгнення РФ на територію України та глибока гуманітарна криза в країні, спричинена наслідками тривалих воєнних дій. Саме соціальні працівники, поряд із волонтерами, медиками, рятувальниками, знаходяться на передовій лінії підтримки постраждалого населення. Робота в екстремальних умовах, яка передбачає надмірне нерегламентоване збільшення професійних зобов'язань, нової інформації та алгоритмів дій, які змінюються ледь не щодня, збільшення кількості клієнтів, які потребують екстреного (кризового) втручання, що супроводжується постійним відчуттям небезпеки, емоційної напруженості, невизначеності та загальної безпорадності перед обличчям масштабних трагедій, призводить до ескалації професійного вигорання фахівця.

Феномен професійного вигорання став предметом численних досліджень

як закордонних (А. Brodsky, С. Cherniss, Т. Cox, Е. Edelwich, Н. Freudenberger, А. Griffiths, S. Jackson, М. Leiter, С. Maslach, V. Schaufeli), так і вітчизняних дослідників (В. Бобрицька, В. Бойко, Н. Водоп'янова, М. Буриш, Т. Зайчикова, Т. Колтунова, С. Максенко, С. Машак, Н. Перхайло, Г. Рідкодубська, О. Романовська), чиї висновки теоретичних та емпіричних пошуків є важливими для розуміння його сутності, чинників, наслідків для працівників соціономічних професій, зокрема соціальних працівників. Проблему превенції професійного вигорання та пошуку ефективних стратегій її подолання розглянули О. Главацька, А. Мойсеєнко, Л. Петрасюк, Т. Скорик, В. Тименко, Ю. Жогно, Т. Форманюк тощо. Управлінському аспекту профілактики професійного вигорання присвячено наукові розвідки А. Василик, О. Доди, І. Євдокимової, О. Бутиліної.

Теоретичний аналіз джерельної бази засвідчив, що більшість досліджень зосереджені на вивченні особливостей перебігу процесу професійного вигорання працівників соціономічної сфери за мирного часу, проте бракує наукових праць з питань специфіки перебігу професійного вигорання фахівців відповідної галузі в умовах надзвичайних та кризових ситуацій, зокрема в умовах воєнних дій. Нагальною є потреба у розробці ефективних стратегій, конкретних інструментів попередження і подолання наслідків професійного вигорання соціальних працівників з урахуванням реалій сучасності, що становитимуть практичну цінність. Означені суперечності обумовили вибір теми нашого дослідження: **“Профілактика професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни”**.

**Об'єкт дослідження** — явище професійного вигорання соціальних працівників.

**Предмет дослідження** — зміст та методи профілактики професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни.

**Мета дослідження** — визначити особливості, чинники розвитку професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни та ефективні методи профілактики даного явища.

Задля досягнення поставленої мети було поставлено наступні **завдання дослідження:**

- 1) здійснити теоретичний аналіз наукової літератури щодо стану дослідженості феномену професійного вигорання, зокрема соціальних працівників: підходи щодо трактування, чинники формування, стадії розвитку та характерні ознаки;
- 2) розглянути специфіку професійної діяльності соціального працівника як чинника розвитку професійного вигорання фахівця;
- 3) дослідити особливості розвитку професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни;
- 4) визначити зміст та ефективні методи профілактики професійного вигорання соціальних працівників в умовах війни;
- 5) провести емпіричне дослідження рівня сформованості професійного вигорання соціальних працівників, на його основі розробити практичні рекомендації щодо профілактики даного явища в умовах війни.

Для розв'язання завдань дослідження використано комплекс методів: *загальнонаукові* (аналіз, синтез, систематизація, порівняння, узагальнення – для вивчення наукової літератури з досліджуваної проблематики); *конкретно-наукові*: (категоріальний аналіз – для розкриття змісту й уточнення дефініцій основоположних понять; структурно-функціональний аналіз; структурно-логічний аналіз); *емпіричні* (анкетування, опитування, тестування, проєктивні методики); *методи математичної статистики*.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається із вступу, 2 розділів і висновків до кожного з них, загальних висновків, списку використаних джерел (нараховує 41 найменування) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 88 сторінок, із них основного тексту – 54.

## ВИСНОВКИ

Професійне вигорання є специфічним процесом, спричиненим тривалою відповідною реакцією організму на хронічні емоційні й міжособистісні чинники у професійному середовищі, результатом якого є стан психосоціальної дезадаптації фахівця з характерним зниженням рівня його психофізіологічних ресурсів, ознаки якого відображаються на всіх сферах життя особистості, головним чином на емоційній. Дане явище характеризується фізичним та емоційним виснаженням, апатією, тривожністю, зниженням продуктивності, підвищеним рівнем роздратованості, втратою мотивації, ризиками розвитку психосоматичних захворювань. Тривалий дисбаланс між вимогами професійної середовища та ресурсами працівника порушує здатність суб'єкта ефективно управляти власною професійною діяльністю.

Синдром професійного вигорання формується під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, найвагомим серед яких є організаційний, що пов'язаний з особливостями конкретної професійної діяльності особистості.

Соціальні працівники як фахівців професійного типу "Людина-людина" знаходяться у категорії підвищеного ризику переживання синдрому професійного вигорання, що обумовлено специфікою їхньої професійної діяльності, насамперед її поліфункціональністю, що передбачає виконання широкого спектру професійних функцій; емоційною насиченістю професійних контактів з отримувачами соціальних послуг і колегами, ризиками вторинної травматизації; психологічно складним контингентом реципієнтів; відсутністю можливості швидких позитивних змін у вирішенні проблемної ситуації клієнта й оцінки результатів власної діяльності; невідповідністю між особистісно-професійними характеристиками і умовами праці; відсутністю конкурентної оплати праці; недостатнім соціальним престижем професії на ринку праці і визнанням її соціальної значущості на державному рівні.

В умовах воєнного часу ці ризики значно посилюються. Головними проблемами фахівців соціальної сфери в умовах війни стали відсутність безпечних умов праці та базових технічних можливостей, необхідних для

здійснення професійних функцій, пов'язаних з перебування в укритті, блекаути, відсутністю стабільного Інтернет-з'єднання; недостатність кваліфікованих кадрів і у зв'язку з цим перевантаження персоналу; поява нових соціально незахищених категорій громадян (внутрішньо переміщених осіб (ВПО), учасників бойових дій і ветеранів війни, постраждалих внаслідок полону і тортур, населення деокупованих територій тощо) і, відповідно — нагальна потреба у розробці та впровадженні у практику діяльності уніфікованих підходів до оцінки їхніх потреб та надання кваліфікованої соціальної допомоги і підтримки.

Розуміння цих аспектів професійної діяльності слугує поштовхом для розробки стратегій підтримки соціальних працівників в умовах війни, що сприятимуть збереженню їх професійної ефективності та психологічного здоров'я, які передбачають наступне: проведення регулярних зовнішніх супервізій персоналу; впровадження програм психологічної підтримки фахівців та програм з професійного розвитку; проведення колективних командоутворюючих активностей; оптимізацію організаційно-управлінських аспектів діяльності установи тощо. Важливим у цьому контексті постає питання розвитку у фахівців навичок стресостійкості та підвищення рівня їх резильєнтності.

Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчили наявність ознак професійного вигорання серед соціальних працівників, які продовжують здійснювати професійну діяльність в умовах війни. Найпомітніші прояви професійного вигорання серед респондентів спостерігаються у формі деперсоналізації та редукції особистих досягнень. Разом з тим, опитувані соціальні працівники одночасно характеризуються достатньо високими рівнями соціально-психологічної адаптації та проявляють високу професійну та соціальну активність, усвідомлюючи себе як цілісну особистість. Більшість із них зберігають впевненість у собі та високий рівень оптимізму, незважаючи на важкі та іноді критичні умови праці і високий рівень соціальної відповідальності перед клієнтами, суспільством в цілому.

Отже, профілактика і подолання проявів професійного вигорання соціальних працівників залишається одним із пріоритетних завдань

управлінських структур, держави в цілому, оскільки саме від цих характеристик залежить продуктивність та ефективність праці спеціалістів, якість соціальних послуг, що надаються клієнтам, а також загальний рівень благополуччя фахівців, які постають одними з ключових суб'єктів надання допомоги і підтримки населенню, постраждалому внаслідок війни.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Bradley H. B. Community-based Treatment for Young Adult Offenders. *Crime & Delinquency*. 1969. Vol. 15, № 3. P. 359-370.
2. Maslach C. The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it. San Francisco: Jossey-Bass publishers, 1997. 156 p.
3. Edelwich E., Brodsky A. Stages of Disillusionment in the Helping Professions. N. Y., 1980. 123 p.
4. Schaufeli W., Burnout B. An Overview of 25 Years of Research and Theorizing. Handbook of work and health psychology. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd, 2003. P. 383–425.
5. Freudenberger H. J. *Staff burn-out*. *Journal of Social Issues*. 1974. 30. P. 159-166.
6. What Is General Adaptation Syndrome? Healthline: вебсайт. URL: <https://www.healthline.com/health/general-adaptation-syndrome> (дата звернення: 19.11.2023).
7. Evaluating the Role of Hans Selye in the Modern History of Stress. National Library of Medicine: вебсайт. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK349158/> (дата звернення: 22.11.2023).
8. Cherniss C. Professional burnout in human service organizations. New York: Praeger, 1980. 233 p.
9. Cherniss C. Staff burnout: Job stress in the human services. Beverly Hills, CA: Sage Publishing Inc., 1980. 199 p.
10. Maslach C. A. Multidimensional Theory of Burnout. *Theories of Organizational Stress*, Oxford, 1994. 280 p.
11. Burisch M. Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung: [3. Auflage]. Berlin: Heidelberg Springer Medizin Verlag, 2006. 314 p.
12. Lemieux C. M., Plummer C. A., Richardson R., Simon C. E., Ai A. L. Mental health, substance use, and adaptive coping among social work students in the

- aftermath of Hurricanes Katrina and Rita. *Journal of Social Work Education*. 2010. 46(3), P. 391-410.
13. Tosone C., Nuttman-Shwartz O., Stephens T. Shared trauma: When the professional is personal. *Clinical Social Work Journal*. 2012. 40(2), P. 231-239.
14. Астремська І. В. Прикладні методика та основи супервізії в соціальній роботі: навчальний посібник. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2017. 396 с.
15. Бартків О. Професійна підготовка майбутніх соціальних працівників до мультидисциплінарної взаємодії. *Педагогічний часопис Волині. Розділ III. Актуальні питання теорії і практики спеціальної освіти і соціальної роботи*. №2 (5), 2017. С.113-118.
16. Бегун-Трачук Л.О. Дослідження професійного та емоційного вигорання у психолого-педагогічній теорії та практиці. *Музичне мистецтво в освітологічному дискурсі*. 2020. №5. С. 128-133.
17. Бутиліна О. В., Бугай К. Є. Професійне вигорання фахівців із соціальної роботи в умовах воєнного стану. *SOCIOPROSTIR: міждисциплінарний електронний збірник наукових праць з соціології та соціальної роботи*. 2022, № 12. С. 24-32. URL: <https://doi.org/10.26565/2218-2470-2022-12-03> (дата звернення: 17.04.2024).
18. Гусак Н.Є., Семігіна Т.В., Трухан С.О. Стратегії і виклики роботи з внутрішньо переміщеними особами. *Вісник НТУУ "КПІ". Політологія. Соціологія. Право*. 2014. Вип. 2 (22). С.161-167.
19. Євдокимова І. А. Соціальна робота в Україні: тенденції розвитку й проблеми в довоєнний період та в умовах війни з Росією. *SOCIOPROSTIR: міждисциплінарний електронний збірник наукових праць з соціології та соціальної роботи*. 2022, № 12. С. 6-13.
20. Карамушка Л. М., Бондарчук О. І., Грубі Т. В. Психологічні чинники професійного вигорання працівників державної фіскальної служби України: монографія / Л. М. Карамушка, О. І. Бондарчук, Т. В. Грубі. Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2015. 254 с.

21. Карамушка Л. М., Снігур Ю. С. Психологія вибору копінг-стратегії керівниками освітніх організацій: монографія. К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 188 с.
22. Колтунович Т. А. Сутність і співвідношення понять “професійне вигорання” та “професійний стрес”. *Гуманітарний Вісник ДВНЗ “Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди”*. К.: Гнозис, 2014. Вип. 31. Том III (11). С. 142-151.
23. Колтунович Т. А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів: дис. ... к-та психолог. наук: 19.00.07. Івано-Франківськ, 352 с.
24. Комар Т. О., Вахрушева Г. Г. Синдром вигорання психологів системи освіти. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічна науки*. 2018. Вип. 2. Том 2. С. 51-55.
25. Котляр В., Михайленко Н. Соціально-освітнє середовище формування активної життєвої позиції майбутнього педагога соціального. *Професійна підготовка фахівців соціальної сфери на засадах компетентнісно-зорієнтованої парадигми: колективна монографія / О. Гуренко, Н. Захарова, О. Ілішова, В. Котляр, Н. Михайленко, К. Петровська, А. Попова, С. Улюкаєв / За заг. ред. к. пед. н., доц. К. Петровської*. Мелітополь: ТОВ “Видавничий будинок Мелітопольської міської друкарні”, 2020. С. 98-118.
26. Ломоносова Н, Хелашвілі А., Назаренко Ю. Соціальні послуги для ветеранів та ветеранок у громадах: виклики і потреби. К.: ГО “Правозахисний центр “Принцип”, 2024. 130 с.
27. Михайленко О. В. Професійне вигорання у діяльності фахівців соціально-виховної роботи. *Вісник Національного університету “Чернігівський колегіум” ім. Т. Г. Шевченка Серія. Педагогічні науки*. 2023. № 23 (179). С. 72-80.
28. Міністерство з питань реінтеграція тимчасово окупованих територій України: підсумки 2022 року: аналітичний звіт. URL:

- <https://minre.gov.ua/wp-content/uploads/2023/01/prezentacziya-za-2022-rik-5-nova.pdf> (дата звернення 01.04.2024).
- 29.Міністерство соціальної політики: вебсайт. URL: <https://www.msp.gov.ua/timeline/Vnutrishno-peremishcheni-osobi.html> (дата звернення: 03.11.2023).
- 30.Міністерство у справах ветеранів України: вебсайт. URL: <https://mva.gov.ua> (дата звернення: 29.11.2023).
- 31.Перхайло Н.А. Попередження професійного вигорання майбутніх фахівців соціальної сфери. *Збірник наукових праць “Педагогіка та психологія”*. 2016. Вип. 55. С. 202-210.
- 32.Перхайло Н.А. Попередження професійного вигорання майбутніх фахівців із соціальної роботи засобами велнес-технології. *The I International Conference on Multidisciplinary Research*. Berlin, Germany, January 19-21. P. 729-732.
- 33.Поліщук В.А. Формування соціальної відповідальності у майбутніх фахівців соціальної роботи: системний підхід. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2022. Вип. 2 (9). С. 281-288.
- 34.Про затвердження Випуску 80 “Соціальні послуги Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників: наказ Міністерства соціальної політики України від 29 берез. 2017 р. №518. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0518739-17#Text> (дата звернення: 25.03.2024).
- 35.Про соціальні послуги: Закон України 17 січ. 2019 р. № 2671-VIII . URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> (дата звернення: 12.04.2024).
- 36.Рідкодубська Г. А. Професійне вигорання соціальних працівників. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. 2020. № 1(34). С. 266-271.
- 37.Соціальні послуги в умовах війни: нові зміни та виклики. Незалежний український аналітичний центр “Лабораторія законодавчих ініціатив”:

- вебсайт. URL: <https://parlament.org.ua/analytics/soczialni-poslugy-v-umovah-vijny-novi-zminy-ta-vyklusy/> (дата звернення: 30.04.2024).
- 38.Столярик, О., Семигіна, Т. Повернутися з війни: психосоціальна підтримка ветеранів/-нок та членів їхніх сімей. *Social Work and Education*. 2023. Vol. 10, No. 1. pp. 63-77.
- 39.Хайрулін О.М. Психологія професійного вигорання військовослужбовців: [монографія]; за наук. ред. А.В. Фурмана. Тернопіль: ТНЕУ, 2015. 219 с.
- 40.Центр громадського здоров'я: вебсайт. URL: <https://phc.org.ua/news/profesiyne-vigorannya-medichnikh-pracivnikiv> (дата звернення: 20.01.2024).
- 41.TRUDcom: вебсайт. URL: <https://ua.trud.com/ua/salary/2/79088.html> (дата звернення: 30.03.2024).