

УДК 159.9:373.2.011.3-051

КОЛТУНОВИЧ Т. А.

Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СУБ'ЄКТИВНОГО ВІДЧУТТЯ ЩАСТЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ВИХОВАТЕЛІВ ДИТЯЧИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

У статті викладено особливості екзистенційної сповненості у вихователів з різними рівнями сформованості професійного вигорання. Обґрунтовано зв'язок професійного вигорання з екзистенційною сповненістю та її компонентів, визначено силу впливу досліджуваних конструктивів один на одного. Емпірично доведено припущення про детермінованість професійного вигорання на різних рівнях його сформованості відповідною структурною організацією екзистенції; визначено провідні та базові компоненти структури.

Ключові слова: професійне вигорання, екзистенційна сповненість, самотрансценденція, самодистанціювання, персональність, свобода, відповідальність, екзистенційність.

Життя у гармонії з собою та світом, внутрішня згода по відношенню до себе, до того, чим ти займаєшся, у тому числі професійно, наявність сенсу у власному житті – ті найбільш значущі умови, з якими пов'язане суб'єктивне відчуття щастя особистості, переживання нею життєвої сповненості.

Опитування Київського міжнародного інституту соціології, здійснене у 2012 р. на замовлення компанії WIN-GallupInternational, засвідчує той факт, що «барометр надії та щастя» українців сягнув 43-відсоткового бар'єру: саме стільки громадян нашої країни почувають себе щасливими [4], що значно нижче, за показники минулих років. Причинами подібного стану називають: фінансове неблагополуччя, низький рівень освіти, незадоволеність особистим життям, відсутність захопленості професійною діяльністю тощо. Проте представники компанії WIN-Gallup International заперечують вплив фінансових проблем на суб'єктивне відчуття щастя, оскільки найбільш щасливими виявились громадяни як економічно стабільних, благополучних, так і економічно нестабільних і неблагополучних країн (Нігерія, Гана, Нідерланди і Швейцарія).

Представлена публікація – спроба з'ясувати зв'язок між суб'єктивним відчуттям щастя та протилежною стороною захопленості (workengagement) професійною діяльністю – професійним вигоранням. Під останнім автор розуміє багатовимірний, пов'язаний з роботою насамперед психічний синдром, який виникає на різних етапах професійної діяльності людей, та характеризується поступовою втратою під дією пролонгованого професійного стресу емоційної, когнітивної і фізичної енергії, і проявляється у симптомах психоемоційного виснаження, хроні-

чної втоми, цинізму та зниження задоволення від виконаної роботи.

Проблемі вигорання педагогів присвячено значну кількість досліджень як у вітчизняній, так і у зарубіжній психологічній науці (D. V. Dierendonck, H. J. Freudenberg, E. Iwanicki, S. E. Jackson, M. Leiter, C. Maslach, B. Perlman, A. M. Pines, W. B. Schaufeli, R. L. Schwab, В. В. Бойко, Н. Є. Водоп'янова, Т. В. Зайчикова, А. К. Маркова, Н. В. Назарук, В. Є. Орел, Т. І. Ронгінська, О. О. Рукавішніков, Т. В. Форманюк та ін.). Проте поза увагою науковців залишилось вивчення професійного вигорання та детермінант його виникнення серед вихователів (К. О. Дубініцька, О. О. Рукавішніков, Л. І. Тишук), а проблема зв'язку професійного вигорання та екзистенційної сповненості у цій професійній групі не досліджувалася взагалі.

Виходячи з позицій екзистенційно-аналітичного підходу (А. Ленгле), професійне вигорання можна визначити як особливу форму екзистенційного вакууму з домінуванням симптому виснаження, який виникає у діяльності; як своєрідний прояв неекзистенційної установки до життя та ігнорування екзистенційної дійсності, що призводить до дефіцитарної вітальної симптоматики у соматичному та психічному аспектах. Подібна симптоматика виконує захисну функцію щодо запобігання подальшому розвитку неекзистенційної установки [2].

Відтак, професійне вигорання можна пояснити як розлад, зумовлений дефіцитом сповненості, як своєрідний «після-ефект», якому передують відсутність упродовж тривалого часу можливості втілити у життя власні цінності, неможливість їхнього переживання у професійній діяльності, негативна екзистенційна установка,

відчуття безглуздості життя, екзистенційний відчай, прояв байдужості до всіх сторін суспільного життя, взаємин з оточуючими, як протидія тим явищам і проявам, що суперечать переконанням, ціннісним орієнтаціям, диспозиціям, вірі людини тощо (А. Ленгле, 2008; В. П. Москалець; 2011; В. Франкл, 1991).

Екзистенційна сповненість характеризує вільне та повне проживання життя через автентичні установки та актуалізацію особистої відповідальності [2], тобто, не дивлячись на те, що людина витрачає свій час, віддаючи себе цінностям, активно діє, переживає стресові події тощо, вона не виснажується, не уникає контактів з іншими, не страждає від власної безпомічності та непотрібності, а прагне до досягнення результатів; вона не очікує комфортного безхмарного життя, а отримує досвід з його проживання за будь-яких обставин.

Мета презентованого у цій публікації наукового доробку полягає у з'ясуванні ролі екзистенційної сповненості та її компонентів у формуванні вигоряння у вихователів дитячих навчальних закладів.

Для досягнення мети сформульовано такі завдання: виявити характер взаємозв'язків між екзистенційною сповненістю та її компонентами фазами та симптомами вигоряння; розкрити її роль у формуванні професійного вигоряння вихователів.

Психометричний інструментарій дослідження склали: «Методика діагностики рівня емоційного вигоряння» В. В. Бойка, що дає можливість дослідити синдром як динамічну модель у рамках процесуального підходу та дозволяє побачити повну картину професійного вигоряння за трьома фазами і дванадцятьма симптомами [3] та опитувальник «Шкала екзистенції» А. Ленгле та К. Орглер [2, с. 141–170].

Обробка результатів здійснювалась на аналітичному та структурному рівнях і включала: методи описової статистики, порівняльний, кореляційний та структурний аналізи, методи кореляційного відношення, «полярних груп» (Дж. Фланагана) та «експрес- χ^2 » (А. В. Карпова).

У дослідженні взяло участь 408 вихователів дошкільних навчальних закладів м. Чернівці та Чернівецької області. Середній вік досліджуваних – 32,16 років (від 18 до 67 років); стаж – 9,9 років (від 1 місяця до 48 років).

Табл. 1 демонструє визначені середні величини та дисперсії за шкалами «Методики діагностики рівня емоційного вигоряння» В. В. Бойка.

Як видно з табл. 1, вибіркове середнє підсумкового показника сформованості вигоряння (ППСВ) становить 127,05 б. із 360 максимально можливих. При цьому вираження показників за цією шкалою не тяжіє до крайніх значень (ППСВ_{min.} = 19 б., ППСВ_{max.} = 281 б.), та, відповідно до інтерпретації результатів, відображає не-

Таблиця 1
Розподіл респондентів за структурно-динамічними показниками професійного вигоряння (N = 408)

| Симптоми та фази вигоряння | M | Рівні сформованості вигоряння та його компонентів (у%) | | | Домінування симптому (у%) |
|---|---------------|--|---------------------------------|----------------------------|---------------------------|
| | | високий (сформований/а) | середній (на стадії формування) | низький (не сформований/а) | |
| переживання психотравмуючих обставин | 10,73 | 29,17 | 23,04 | 47,80 | 18,39 |
| невдоволення собою | 6,27 | 5,64 | 17,90 | 76,47 | 3,19 |
| загнаність у кут | 6,55 | 12,75 | 17,90 | 69,37 | 9,07 |
| тривога і депресія | 10,23 | 21,82 | 25,74 | 52,45 | 14,22 |
| фаза напруга | 33,78 | 12,50 | 28,68 | 58,82 | - |
| неадекватне вибіркове емоційне реагування | 15,76 | 53,44 | 29,66 | 16,92 | 35,79 |
| емоційно-моральна дезорієнтація | 11,50 | 30,15 | 25,25 | 44,61 | 14,22 |
| розширення сфери економії емоцій | 12,03 | 34,56 | 22,06 | 43,39 | 24,51 |
| редукція професійних обов'язків | 14,87 | 45,59 | 29,17 | 25,25 | 35,79 |
| фаза резистенція | 54,22 | 38,97 | 43,87 | 17,14 | - |
| емоційний дефіцит | 9,91 | 21,57 | 32,36 | 46,08 | 11,52 |
| емоційне відчуження | 10,96 | 22,06 | 30,40 | 47,55 | 12,26 |
| особистісне відчуження | 8,28 | 15,69 | 22,80 | 61,52 | 11,28 |
| психосоматичні та психовегетативні порушення | 9,80 | 19,61 | 24,51 | 55,89 | 13,97 |
| фаза виснаження (ФВ) | 38,97 | 13,97 | 34,56 | 51,47 | - |
| підсумковий показник сформованості вигоряння | 127,05 | 18,88 | 43,14 | 37,99 | - |

сформованість фази «напруга» (33,78 б.), зумовленої виснажливою постійністю чи посиленням психотравмуючих чинників, початковий етап формування фази «виснаження» (38,97 б.), яка супроводжується падінням загального енергетичного тону й ослабленням нервової системи, та заключний етап формування фази «резистенція» (54,22 б.), що характеризується опором зростаючому стресу. Загалом по вибірці три фази вигорання сформовано у 4,17 % респондентів, дві – у 11,28 %, одну – у 30,40 %, жодної – у 14,46 % респондентів. Хоча б одна фаза сформована у 45,84 % респондентів, у 70,59 % респондентів хоча б одна фаза перебуває на етапі формування. У 4,66 % респондентів усі три фази перебувають на стадії формування, у 26,96 % – дві, у 38,97 % – одна. Високий рівень сформованості професійного вигорання виявлено у 18,87 %, середній – у 43,14 %, низький – у 37,99 % респондентів.

Використовуючи метод «полярних груп», вибірку за підсумковим показником сформованості вигорання розподілено на три групи по 60 респондентів кожна: групу респондентів з високим рівнем сформованості вигорання (ВРВ), середнім (СРВ) і низьким (НРВ).

Узагальнені результати за опитувальником «Шкала екзистенції» демонструє табл. 2.

Застосування однофакторного дисперсійного аналізу Крускала-Уолліса (див. табл. 3), дозволяє говорити про наявність достовірних відмінностей між трьома групами вихователів за субшкалами самотрансценденція (ST), що переважає у вихователів з СРВ і НРВ, та персональність (P), яка більш виражена у групі вихователів з НРВ, порівняно з групою вихователів з ВРВ.

Отже, на основі отриманих даних вихователів з ВРВ можна охарактеризувати як замкнених, нездатних відчувати близькість, співчувати, сприймати екзистенційну значущість того, що відбувається; більш орієнтованих на мету дії, а не на її сенс. Окрім того, їм властиві: емоційна сплосченість та убогість у стосунках зі світом й оточуючими, плоска амплітуда почуттів, підвищена готовність психосоматично реагувати на навантаження. Водночас нестача емоційності робить їх невпевненими, безпомічними, «сліпими» у сприйнятті почуттів і цінностей. Такий стан зачіпає і професійну сферу, тому на роботі особистість характеризується діловитістю та функціональністю.

Для проведення більш ґрунтовного аналізу взаємозв'язку досліджуваних конструктивів розраховано рангову кореляцію (*r-Spearman*) (табл. 4).

Таблиця 2
Середні значення та дисперсії субшкал опитувальника «Шкала екзистенції» у трьох групах респондентів (N = 180)

| Субшкали опитувальника «Шкала екзистенції» | Групи респондентів | | | | | |
|--|--------------------|---------|--------|--------|--------|--------|
| | з ВРВ | | з СРВ | | з НРВ | |
| | М | D | М | D | М | D |
| (SD) самодистанціювання | 24,29 | 46,22 | 28,30 | 39,86 | 29,29 | 54,41 |
| (ST)самотрансценденція | 53,86 | 83,67 | 64,17 | 83,24 | 67,24 | 108,19 |
| (F) свобода | 38,86 | 97,67 | 40,43 | 58,95 | 42,76 | 74,99 |
| (V) відповідальність | 43,21 | 99,41 | 43,70 | 120,40 | 49,48 | 112,96 |
| (P)персональність | 80,21 | 206,18 | 92,48 | 196,53 | 97,14 | 278,13 |
| (E)екзистенційність | 82,07 | 343,46 | 84,00 | 288,73 | 92,24 | 323,99 |
| (G) загальний показник екзистенції | 162,29 | 1029,14 | 176,48 | 719,72 | 188,19 | 984,56 |

Примітка: ВРВ – група респондентів з високим рівнем сформованості професійного вигорання, СРВ – з середнім, НРВ – з низьким; М – середнє значення, D – дисперсія.

Таблиця 3
Достовірність відмінностей у групах респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання за «Шкалою екзистенції» (N = 180)

| Компоненти екзистенції | Групи, між якими виявлено відмінності | Н-критерій Крускала-Уолліса, p |
|------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|
| (SD) самодистанціювання | - | H = 2,0300, p = 0,3624 |
| (ST)самотрансценденція | 1 < 2, 3 | H = 13,911, p = 0,0010 |
| (F) свобода | - | H = 2,6331, p = 0,2681 |
| (V) відповідальність | - | H = 5,2418, p = 0,0727 |
| (P)персональність | 1 < 3 | H = 10,079, p = 0,0065 |
| (E)екзистенційність | - | H = 4,1457, p = 0,1258 |
| (G) загальний показник екзистенції | - | H = 7,0710, p = 0,0291 |

Примітка: 1 – група респондентів з високим рівнем сформованості професійного вигорання, 2 – з середнім, 3 – з низьким.

Таблиця 4

Матриця кореляційних зв'язків між вигоранням та його складовими й екзистенцією та її компонентами ($N=180$)

| Показники паралельних методик | (SD) само- дистанці- ювання | (ST) само- тран- ценденція | (F) свобода | (V) відповіда- льність | (P) персона- льність | (E) екзис- тенційн ість | (G) загаль- ний пока- зник ек- зистенції |
|--|-----------------------------------|----------------------------------|----------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------------|--|
| переживання психотравмуючих обставин | ,167 | -,144 | -,212 | -,085 | -,045 | -,159 | -,095 |
| незадоволеність собою | ,037 | -,146 | -,109 | -,065 | -,063 | -,078 | -,092 |
| загнаність у кут | -,258* | -,328* | -,108 | -,169 | -,307* | -,128 | -,252 |
| тривога і депресія | -,011 | -,056 | -,074 | -,239 | -,040 | -,175 | -,124 |
| фаза напруга | -,008 | -,217 | -,159 | -,186 | -,149 | -,179 | -,188 |
| неадекватне вибіркоче емоційне реагування | -,068 | -,179 | ,038 | -,153 | -,109 | -,060 | -,094 |
| емоційно-моральна дезорієнтація | -,075 | -,234 | -,053 | -,078 | -,260* | -,067 | -,160 |
| розширення сфери економії емоцій | -,061 | -,396** | -,192 | -,155 | -,263* | -,162 | -,231 |
| редукція професійних обов'язків | -,150 | -,189 | -,072 | -,283* | -,174 | -,201 | -,190 |
| фаза резистенція | -,162 | -,398** | -,122 | -,275* | -,328* | -,203 | -,282* |
| емоційний дефіцит | -,032 | -,348** | -,131 | -,079 | -,269* | -,098 | -,184 |
| емоційне відчуження | -,315* | -,234 | -,158 | -,100 | -,321* | -,139 | -,253 |
| особистісне відчуження | ,026 | -,262* | ,002 | -,004 | -,193 | ,007 | -,098 |
| психосоматичні та психовегетативні порушення | -,023 | -,228 | -,144 | -,087 | -,156 | -,087 | -,138 |
| фаза виснаження | -,127 | -,340** | -,172 | -,117 | -,300* | -,136 | -,234 |
| підсумковий показник сформованості вигорання | -,104 | -,369** | -,173 | -,196 | -,298* | -,181 | -,258* |

Примітка: * - $p \leq 0,05$

Варто зауважити, що всі виявлені кореляційні зв'язки мають зворотну спрямованість. Зважаючи на значну їхню кількість, проаналізовано тільки найбільш сильні. Так, зростання рівня сформованості вигорання, фаз «резистенція» та «виснаження», симптомів «розширення сфери економії емоцій» та «емоційний дефіцит» супроводжується зниженням показників самотрансценденції (ST), що проявляється у здатності людини відчувати цінності та жити заради когось/чогось-небудь, зниженні відповідальності та

включеності у життя, здатності сприймати глибокі стосунки, екзистенційну значущість того, що відбувається.

Подальше завдання дослідження полягало в інтерпретації даних на більш глибокому структурному рівні. Для цього проаналізовано матриці інтеркореляцій, на основі котрих побудовано структурограми (див. рис. 1), вираховано індекси організованості структур екзистенції (див. табл. 5), визначено базові та провідні компоненти структур екзистенції (див. табл. 6).



Рис. 1. Структура екзистенційної сповненості у групах респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання.

Умовні позначення: позитивний зв'язок на рівні статистичної значущості: 0,01 - **—**; 0,05 - **- - -**

Таблиця 5
Міра організованості структурограм екзистенції у респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання

| Групи респондентів | Структурні індекси | | |
|--------------------|--------------------|-----|-----|
| | ІКС | ІДС | ІОС |
| з ВРВ | 62 | 0 | 62 |
| з СРВ | 57 | 0 | 57 |
| з НРВ | 63 | 0 | 63 |

Примітка: ІКС – індекс когерентності структури, ІДС – індекс дивергентності структури, ІОС – індекс організованості структури; ВРВ – групареспондентів з високимрівнемсформованостіпрофесійноговигорання, СРВ – з середнім, НРВ – з низьким.

Аналізуючи кількість та якість зв'язків у структурах екзистенційної сповненості у трьох групах, виявлено ряд закономірностей: відсутність негативних кореляційних зв'язків; більша кількість статистично значущих взаємозв'язків у структурах респондентів з НРВ і ВРВ, порівняно з респондентами з СРВ. Аналіз структурограм, здійснений за системою структурних індексів (за методикою А. В. Карпова) [1]: індексу когерентності, індексу дивергентності й індексу організованості структур (див. табл. 5), підтвердив той факт, що виявлені структурні індекси у трьох групах респондентів абсолютно когерентні, що свідчить про інтегральний характер екзистенції.

Як бачимо, між індексами організованості структури у трьох групах вихователів значущої різниці не виявлено (ІОС у групах респондентів з НРВ та ВРВ у 1,1 рази вищий, ніж у групі респондентів з СРВ). Проте аналіз структурограмщодоїхньоїгомо-/гетерогенності за методом «експрес- χ^2 » виявив їхнювідносну якісну гетерогенність у

групах респондентів з ВРВ і СРВ ($\chi^2_{емп.} = 0,50 < \chi^2_{кр.} = 0,94$), що дозволяє говорити про відмінності саме якісного порядку у структурах екзистенційної сповненості, тобто приріст значення підсумкового показника сформованості вигорання відображає значні внутрішні зміни у структурі екзистенційної сповненості.

Розраховані вагові коефіцієнти та визначені провідні і базові компоненти у структурі екзистенції (див. табл. 6) дозволяють визначити функціональну ролькожного компоненту екзистенційної сповненості у формуванні професійного вигорання у вихователів.

Аналіз таблиці показує, що у структурі екзистенції респондентів з НРВ усі структурні компоненти екзистенції мають однакову вагу ($W = 18$). У структурі екзистенції респондентів з СРВ вагові коефіцієнти значно нижчі, ніж у структурах двох інших груп.

Базовими для структури екзистенції вихователів з СРВ є загальний показник екзистенції (G) ($W = 18$), самодистанціювання (SD) ($W = 18$), відповідальність (V) ($W = 17$), персональність (P) ($W = 17$) та екзистенційність (E) ($W = 17$). Ці компоненти мають значну кількість різнопланових зв'язків з професійним вигоранням і його складовими.

У структурі екзистенції вихователів з ВРВ базовими ($W = 18$ для всіх компонентів) є самодистанціювання (SD), свобода (F), персональність (P), екзистенційність (E) і загальний показник екзистенції (G). Ймовірно, що підвищення самотрансценденції (ST) та свободи (F) у структурі екзистенційної сповненості вихователів з СРВ та підвищення самотрансценденції (ST) та від-

Таблиця 6

Базові та провідні компоненти у структурі екзистенції у респондентів з різними рівнями сформованості професійного вигорання

| Складові екзистенції | Групи респондентів | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--------------------|-----|------------|----|------|-------------|-----|------------|----|------|-----------------------|-----|------------|----|------|
| | з ВРВ | | | | | з СРВ | | | | | з НРВ | | | | |
| | R>0 | R<0 | Σ_R | W | rank | R>0 | R<0 | Σ_R | W | rank | R>0 | R<0 | Σ_R | W | rank |
| (SD) самодистанціювання | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (ST)самотрансценденція | 6 | 0 | 6 | 17 | 7 | 5 | 0 | 5 | 13 | 7 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (F) свобода | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 5 | 0 | 5 | 14 | 6 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (V) відповідальність | 6 | 0 | 6 | 17 | 7 | 6 | 0 | 6 | 17 | 3 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (P)персональність | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 17 | 3 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (E)екзистенційність | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 17 | 3 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| (G) загальний показник екзистенції | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 | 6 | 0 | 6 | 18 | 1 |
| Базові компоненти | SD, F, P, E, G | | | | | SD, G | | | | | SD, ST, F, V, P, E, G | | | | |
| Провідні компоненти | ST | | | | | ST, P, G, V | | | | | - | | | | |

Примітка: R > 0 – кількість позитивних зв'язків, R < 0 – кількість негативних зв'язків, Σ_R – сума позитивних і негативних зв'язків, W – структурна вага, rank – ранг

повідальності (V) у структурі екзистенційної сповненості у вихователів з БРВ дасть можливість знизити рівень сформованості професійного вигоряння.

Отже, визначені компоненти екзистенційної сповненості, будучи базовими, визначають можливість формування професійного вигоряння в одному випадку і неможливість його розвитку в іншому.

Провідні якості у структурі екзистенції респондентів з БРВ – самотрансценденція (ST), у респондентів з СРВ – самотрансценденція (ST), персональність (P), загальний показник екзистенції (G) та відповідальність (V), у групі респондентів з НРВ – провідних компонентів не виявлено.

Як видно з табл.6, загальний показник екзистенції у структурі екзистенційної сповненості у вихователів з СРВ є і базовими і провідними. Тому можна припустити, що саме підвищення рівня суб'єктивного відчуття щастя може виступати значущим чинником антивигоряння.

З метою в'яснення сили впливу досліджуваних конструктів один на одного розраховано коефіцієнт кореляційного відношення (табл. 7).

Аналіз табл. 7 показує наявність значущого кореляційного відношення двох типів (η ST, V, P, G \rightarrow вигоряння та η вигоряння \rightarrow ST, V, P, G), що вказує на складність і взаємність зв'язку між ними, проте сила впливу самотрансценденції (ST) та персональності (P) на вигоряння менша, ніж у зворотному напрямі, тобто у 14,4 % вигоряння детермінується низьким рівнем загального показника екзистенції, у 5,3 % випадків – відсутністю персональної включеності у життя, планування життя, зайняття позиції очікування та глядача (V – відповідальність); у 4,5 % випадків – відсутністю дистанції до самого себе, втраченою орієнтацій, нездатністю виходити з потоку активності (наприклад, робити паузи у діяльно-

сті) для встановлення рефлексивної дистанції, залежністю від випадкових подразників, переважаннями, які викликають упередження та звуження сприйняття.

Тоді як вигоряння у 22,7 % випадків призводить до емоційної обмеженості, мізерності у стосунках зі світом і людьми, безпорадності, невпевненості, «сліпоті» у сприйнятті почуттів та цінностей (ST – самотрансценденці); у 15,7 % випадків – до замкнутості, підвищеної готовності психосоматично реагувати на навантаження, емоційної нездатності до діалогу (P – персональність); у 5,7 % випадків – до бездіяльності, труднощів у прийнятті рішень, необов'язковості, незнання того, що слід робити, зниження здатності витримувати навантаження, чутливості до перешкод, дії без внутрішнього стимулу на основі зовнішніх спонукальних причин (E – екзистенційність).

Отриманий результат дозволяє говорити про наявність зв'язку між професійним вигорянням та суб'єктивним відчуттям щастя у вихователів дитячих навчальних закладів та його детермінованість, з одного боку, відсутністю відчуття щастя, персональної відповідальності за власне життя та невмінням відходити на дистанцію від себе самого, а з іншого – закономірностями структурної організації компонентів екзистенційної сповненості.

Перспективу подальших досліджень складе визначення та обґрунтування психологічних умов корекції професійного вигоряння у вихователів на основі детермінуючих його появу та формування особистісних чинників.

Список використаних джерел

1. Карпов А. В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов / А. В. Карпов // Психологический журнал. — 2006. — Т. 27. — № 6. — С. 18—28.
2. Кривцова С. В. Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер / Кривцова С. В., Лэнгле А.,

Т а б л и ц я 7

Показники кореляційного відношення та детермінації між складовими екзистенційної сповненості та вигорянням

| Вплив складових екзистенційної сповненості на формування вигоряння | | | Вплив вигоряння на складові екзистенційної сповненості | | |
|--|---------|----------|--|---------|------------------------------------|
| Шкали екзистенції | η | η^2 | η^2 | η | Шкали екзистенції |
| SD (самодистанціювання) | 0,212* | 0,045* | 0,027 | 0,165 | SD (самодистанціювання) |
| ST (самотрансценденція) | 0,322** | 0,104** | 0,227** | 0,477** | ST (самотрансценденція) |
| F (свобода) | 0,138 | 0,019 | 0,031 | 0,176 | F (свобода) |
| V (відповідальність) | 0,321** | 0,053** | 0,068** | 0,261** | V (відповідальність) |
| P (персональність) | 0,374** | 0,140** | 0,157** | 0,396** | P (персональність) |
| E (екзистенційність) | 0,152 | 0,023 | 0,057** | 0,239** | E (екзистенційність) |
| G (загальний показник екзистенції) | 0,379** | 0,144** | 0,099** | 0,315** | G (загальний показник екзистенції) |

Примітка: * – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$, кольором виділено коефіцієнти, що свідчать про вплив більшої сили

- Орглер К. // Экзистенциальный анализ : Бюллетень. — 2009. — № 1. — М. : ИЭАПП. — С. 141—170.
3. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. — М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. — С. 394—399.
4. Global barometer of hope and happiness at year end 2012 [Electronic Resource]. — WIN-Gallup International Association. — Mode of access: <http://www.answers.com/topic/flame-out—1#ixzz1TW0c2sAF>.

КОЛТУНОВИЧ Т. А.

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ СУБЪЕКТИВНОГО ОЩУЩЕНИЯ СЧАСТЬЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДЕТСКИХ УЧЕБНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

В статье изучены особенности экзистенциальной исполненности у воспитателей с разными уровнями сформированности профессионального выгорания. Обоснована связь профессионального выгорания и экзистенциальной исполненности и ее компонентов, определена сила влияния исследуемых конструктов друг на друга. Эмпирически доказано предположение о детерминированности профессионального выгорания на разных уровнях его сформированности соответствующей структурной организацией экзистенции, определены ведущие и базовые компоненты структур.

Ключевые слова: профессиональное выгорание, экзистенциальная исполненность, самоотрансценденция, самодистанцирование, персональность, свобода, ответственность, экзистенция.

KOLTUNOVYCH TETIANA

THE FEATURES OF INTERACTIONS BETWEEN THE SUBJECTIVE SENSE OF HAPPINESS AND PROFESSIONAL BURNOUT AMONG PRESCHOOL TEACHERS

The article investigates the features of existential fullness among preschool teachers with different levels of professional burnout. The connection between the professional burnout and existential fullness and its components was justified, and was defined the influence power of constructs on each other. An assumption of professional burnout determinacy at different formation levels of the corresponding structures of existential fullness was empirically proved, key and basic components in the structures were identified.

Keywords: professional burnout, existential fullness, self-transcendence, self-distancing, personality, freedom, responsibility, existentiality.

Стаття надійшла до редколегії 04.03.2013 року.

УДК 159.9

КОРОП М. Ю., ЧЕРЕПОВ О. В.

Київський національний
торгівельно-економічний університет

РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СКЛАДОВОЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті вказується на переорієнтацію процесу фізичного виховання студентів у формуванні функціонально-структурної інтеграції організму у ході занять руховою активністю, що дозволяє розробити принципово нові підходи до використання традиційних засобів та методів фізичної культури, запровадити нові критерії ефективності процесу фізичного виховання у формуванні психологічної складової здорового способу життя студентської молоді.

Ключові слова: фізичне виховання студентів, здоров'я, фізична підготовленість, функціонально-структурна інтеграція, критерії ефективності, психологічна складова здорового способу життя.

Здоров'я людини займає одне з найважливіших місць у системі людських цінностей та пріоритетів і визначається як процес збереження і розвитку її психічних і фізіологічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності за максимальної тривалості життя. Рівень здоров'я населення визначається умовами праці

та побуту, добробутом, загальною та гігієнічною культурою, тобто способом життя людини.

Державні вимоги до системи фізичного виховання студентської молоді, розроблені відповідно до Законів України «Про фізичну культуру і спорт», «Про освіту», Державних програм розвитку фізичної культури і спорту в Україні перед-