

Олена Гнізділова

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Ореста Карпенко

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

Марія Чепіль

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВИХОВАТЕЛІВ ЗДО УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті висвітлюються результати дослідження проблеми професійного вигорання вихователів закладів дошкільної освіти (ЗДО) України в умовах воєнного стану. У фокусі наукового пошуку перебували такі аспекти, як симптоми травми, стресові події, резильєнтність, соціальна підтримка. Показано, що сучасні виклики, спричинені військовою агресією, значно підвищують психоемоційне навантаження на працівників дошкільної освіти. Основну увагу приділено аналізу чинників, що сприяють розвитку синдрому професійного вигорання серед вихователів: робота в умовах постійного стресу, обмеженість ресурсів, необхідність надавати психологічну підтримку дітям та їхнім родинам, а також вимушені зміни в організації освітнього процесу. Виокремлено особливості проявів цього синдрому у вихователів під час війни, включаючи емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження мотивації до професійної діяльності. Запропоновано комплексні шляхи подолання професійного вигорання, які включають впровадження програм психологічної підтримки, підвищення кваліфікації педагогів у сфері стрес-менеджменту, створення безпечного та ресурсного освітнього середовища. Наголошено на важливості співпраці з психологами, соціальними працівниками та представниками громадських організацій для збереження психічного здоров'я вихователів.

Ключові слова: професійне вигорання, вихователі, заклад дошкільної освіти, психоемоційне навантаження, стресові події, психологічна підтримка, ПТСП, кризові ситуації, емоційне виснаження, резильєнтність.

Постановка проблеми. Професійне вигорання – це стан фізичного, емоційного та психічного виснаження, який виникає внаслідок тривалого стресу на роботі. Для вихователів дошкільних закладів воно має особливу специфіку через їхню роль у навчанні, догляді та емоційній підтримці дітей дошкільного віку. У дошкільних закладах вихователі відповідають не лише за навчання, але й за емоційний добробут і безпеку дітей. Через війну багато українських вихователів опинилися у складних соціальних та економічних умовах: зниження доходів і нестача ресурсів для роботи, втрата соціальних зв'язків через евакуацію чи переміщення, обмежені можливості отримати психологічну чи професійну допомогу. Попри це, вихователі дошкільних закладів у зоні бойових дій або в регіонах, де є небезпека, працюють у надзвичайно стресових умовах. Постійні повітряні тривоги, руйнування інфраструктури, загроза обстрілів, робота з дітьми, які переживають травматичний досвід, посилює психологічний тиск. Часто самі вихователі страждають від посттравматичних симптомів, що ускладнює їхню здатність адекватно виконувати роботу. Високий рівень вигорання у педагогічних

працівників призводить до: падіння якості взаємодії вихователів із дітьми, зниження ефективності навчального процесу.

Поза як у кризові періоди дошкільна освіта відіграє надважливу роль: дошкільні заклади стають своєрідним «острівцем стабільності» для дітей. Вихователі допомагають дітям долати травматичний досвід, підтримують їхню емоційну рівновагу. Діти, які переживають травматичні події, часто демонструють проблемну поведінку (агресія, тривога, замкнутість), що створює додаткові труднощі у взаємодії. Актуальність проблеми професійного вигорання вихователів обумовлена їхньою ключовою роллю у формуванні майбутнього покоління, особливо в умовах війни, де дошкільна освіта стає важливим елементом відновлення суспільства.

Мета статті: висвітлити хід і результати дослідження з визначення факторів, які впливають на вигорання вихователів дошкільних закладів у регіонах, постраждалих від війни.

Виклад основного матеріалу. Автори публікації особисто провели дослідження причин, факторів професійного вигорання вихователів закладів дошкільної освіти України у межах реалізації у 2022 – 2024 рр. спільного українсько-австрійського науково-дослідного проекту «Якість підготовки вихователів дошкільних закладів в Австрії та Україні: компаративний аналіз» (Керівники – Ореста Карпенко, д.п.н., професор, професор кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти, Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка; Вільфрід Сміт, професор педагогічних наук із спеціалізацією на ранній освіті та вихованні, Інститут психосоціального втручання та дослідження комунікації, Інсбруцький університет Леопольда і Франца).

Метою дослідження було визначити, які саме фактори впливають на виникнення вигорання у вихователів ЗДО України в професійному середовищі. У фокусі перебували такі аспекти, як симптоми травми, стресові події, резильєнтність, соціальна підтримка, досвід роботи та вік.

Вихователі дошкільних закладів є групою, схильною до професійного вигорання через високі навантаження, низьку оплату праці та емоційну напруженість. Особлива увага приділяється тим, хто працює в умовах війни, де стрес і травми через бойові дії створюють додаткові ризики. У дослідженні взяли участь 562 вихователі (з них 561 жінка, 1 чоловік віком від 17 до 68 років) з чотирьох регіонів України (Харківська, Львівська, Одеська та Полтавська області). Учасники представляли 183 заклади дошкільної освіти з обраних регіонів.

Вивчалися такі фактори, як симптоми травми, вплив стресових подій, підтримка, резильєнтність, досвід роботи та вік. Онлайн-опитування проходило у жовтні-листопаді 2022 року, через 8 місяців після початку повномасштабного вторгнення. Вивчалися прямі й опосередковані впливи різних факторів на вигорання. Використовувались опитування, що включали перевірені інструменти оцінки вигорання, травматичних симптомів, резильєнтності та соціальної підтримки.

Для збору даних було застосовано кілька стандартизованих опитувальників для оцінки ключових факторів, пов'язаних із професійним вигоранням серед вихователів дошкільних закладів. Ось їх опис:

1. Застосовано Burnout Assessment Tool (BAT) з метою оцінки рівня вигорання, вимірювання основних і вторинних його симптомів (психосоматичні прояви). Тест містив 23 запитання для виявлення основних симптомів, які охоплюють виснаження, емоційне дистанціювання, когнітивне та емоційне порушення (наприклад, «Все, що я роблю на роботі, вимагає величезних зусиль») і 10 запитань, спрямованих на вимірювання психологічних і психосоматичних проявів (наприклад, «Я маю труднощі зі сном», «Мені важко зосередитися»). Шкала оцінювання від 1 – «ніколи» до 5 – «завжди».

2. Використано International Trauma Questionnaire (ITQ) для виявлення симптомів травми і розладів саморегуляції. Тест містив 6 запитань, які оцінюють повторні спогади, уникання та відчуття загрози (наприклад, «Чи були у вас настирливі спогади про травматичну подію?» або «У вас були повторювані спогади про травматичний досвід?») і 6 запитань, спрямованих на емоційну дисрегуляцію, негативне самосприйняття та проблеми у відносинах (наприклад, «Коли я засмучений, мені важко заспокоїтися»). Шкала оцінювання від 0 – «зовсім ні» до 4 – «дуже сильно».

3. Досліджувався вплив військових стресорів: вимірювання досвіду стресових подій, пов'язаних із війною. Тест містив 34 запитання щодо подій, пов'язаних із війною (наприклад, «Мій будинок був пошкоджений або зруйнований»). Формат відповідей: «Так» або «Ні». Результати: Сумарний бал від 0 до 34, що відображає кількість пережитих стресових подій.

4. Вимірювалася резильєнтність (Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC-10). Тест вміщував 10 пунктів для оцінки психологічної стійкості, які оцінюють здатність адаптуватися та долати труднощі (наприклад «Я можу адаптуватися до змін» або «Я можу впоратися з труднощами завдяки власному досвіду»). Шкала оцінювання 5-бальна (від 0 – «зовсім не вірно» до 4 – «завжди вірно»). Результати: загальний бал (0–40), що відображає рівень стресостійкості.

5. Досліджувалася соціальна підтримка (Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)). Тест вміщував 12 пунктів, які охоплюють підтримку з боку сім'ї, друзів і важливих людей (наприклад, «Є особлива людина, яка допомагає мені справлятися з труднощами»). Шкала оцінювання 7-бальна (від 1 – «категорично не згоден» до 7 – «повністю згоден»).

Ці інструменти забезпечили достовірність і надійність зібраних даних та дозволили детально дослідити різноманітні аспекти професійного вигорання в умовах війни.

Результати дослідження за кожною методикою:

1. Середній бал для основних симптомів вигорання (емоційне виснаження, дистанціювання) становив 2,03 за шкалою від 1 до 5. Найчастіше вихователі повідомляли про втому та когнітивні труднощі, наприклад, труднощі з концентрацією уваги. Середній бал для вторинних симптомів

становив 2,37, що свідчить про наявність психосоматичних проявів (труднощі зі сном, психологічний дистрес). З'ясовано, що вторинні симптоми тісно корелюють із симптомами травми ($r = 0.63$).

2. International Trauma Questionnaire (ITQ). Цей інструмент оцінював симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та розлади саморегуляції (DSO). Симптоми ПТСР: середній бал становив 6,78 (максимально можливий – 24). Найчастіше учасники зазначали про повторювані спогади, гіперчутливість і уникання ситуацій, що нагадують про травматичні події. Розлади саморегуляції (DSO): Середній бал — 3,98. Поширеними були симптоми емоційної дисрегуляції та труднощі у стосунках з іншими людьми. DSO суттєво пов'язаний із вигоранням: $r = 0.58$ (основні симптоми) та $r = 0.61$ (вторинні симптоми).

3. Військові стресори. 34 запитання про стресові події, пов'язані з війною, показали наступне: середній бал становив 5,82 (максимально — 34). Найпоширеніші стресорами виявилися: звуки повітряних тривог, руйнування інфраструктури, перебої з електроенергією. Опосередкований вплив: стресові події напряду не впливали на вигорання, але через симптоми ПТСР і DSO вони сприяли підвищенню рівня вигорання.

4. Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10) рівень резильєнтності (психологічної стійкості) оцінювався як важливий фактор протидії вигоранню. Середній бал: 27,44 (з можливих 40). Зв'язок із вигоранням: вища резильєнтність знижувала ризик вигорання: $r = -0.36$ (основні симптоми), $r = -0.39$ (вторинні симптоми). Опосередковані ефекти: резильєнтність зменшувала симптоми ПТСР і DSO, що, у свою чергу, знижувало рівень вигорання.

5. Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Цей інструмент вимірював рівень соціальної підтримки. Середній бал становив 5,83 (з можливих 7). Джерела підтримки: найбільше учасники відзначали підтримку з боку сім'ї та друзів. Зв'язок із вигоранням: соціальна підтримка знижувала ризик вигорання: $r = -0.27$ (основні симптоми), $r = -0.26$ (вторинні симптоми). Опосередковані ефекти: соціальна підтримка через зменшення DSO допомагала знижувати рівень вигорання.

Результати дослідження дозволили дійти таких висновків. Симптоми ПТСР і DSO суттєво підвищують ризик вигорання. Резильєнтність і соціальна підтримка мають захисний ефект. Військові стресори впливають на вигорання через травматичні симптоми. Локація (робота у прифронтовій зоні) також опосередковано впливає через стресори. Було виявлено негативні фактори, що підвищують ризик вигорання. Вихователі, які відчують сильні травматичні переживання (нічні кошмари, гіперчутливість), частіше зазнають вигорання. Стресові події (звуки вибухів, руйнування інфраструктури) опосередковано впливають на вигорання через розвиток травматичних симптомів. Вихователі, які працюють у прифронтових зонах (Харківщина), зазнають вищого рівня стресу, що сприяє вигоранню.

Також встановлено позитивні фактори, що знижують ризик вигорання. Резильєнтність: люди з більшою здатністю адаптуватися до складних обставин

мають нижчий ризик вигорання. Соціальна підтримка: тісні зв'язки з колегами, сім'єю чи друзями допомагають зменшити вигорання. Психологічна допомога: участь у таких ініціативах, як програма «Поруч», має потенціал для зміцнення психологічної стійкості вихователів. Досвід роботи: учасники з тривалим стажем роботи мали вищий ризик виникнення деяких вторинних симптомів вигорання (наприклад, психосоматичних проявів). Вік: прямого впливу віку на вигорання не виявлено, але старші вихователі зазвичай демонструють більшу резильєнтність.

Висновки. Отже, найважливішими факторами вигорання серед вихователів є симптоми травми, відсутність резильєнтності та соціальної підтримки. Для зменшення ризику необхідно впроваджувати програми допомоги, спрямовані на зміцнення психологічного здоров'я вихователів. Особлива увага має бути приділена тим, хто працює у складних умовах війни. Ця стаття є важливим внеском у розуміння впливу війни на освітній сектор і дає чіткі орієнтири для практичних дій. Психологічна підтримка, програми розвитку резильєнтності та зміцнення соціальних зв'язків є важливими заходами для зменшення вигорання. Необхідно створювати доступні програми для зменшення симптомів травми серед вихователів. Забезпечити створення середовища, де вихователі можуть отримати підтримку від колег, адміністрації та психологів. Особливу увагу варто приділити тим, хто працює у прифронтових регіонах або має слабку соціальну підтримку.

Список використаних джерел

1. Smidt, W., Karpenko, O., Czepil, M., & Embacher, E.-M. (2024). Predictors of burnout of preschool teachers working in the warzone Ukraine. *Early Childhood Research Quarterly*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2024.05.002>

УДК:373.2.018.1.015.31:17.022.1

Біланенко К. І.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник - к. п. н. Фазан Т. П.

РОЛЬ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМУВАННІ МОРАЛЬНИХ ЦІННОСТЕЙ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті розкрито значення сімейного виховання для формування моральних цінностей у дитини дошкільного віку. Висвітлено сутність морального виховання. Проаналізовано вплив батьківської моделі поведінки, стилю виховання, ефективної комунікації та позитивної взаємодії у сім'ї.

Ключові слова: сімейне виховання, моральні цінності, діти дошкільного віку, стиль виховання, батьки, сім'я.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві проблема виховання моральних цінностей у дітей дошкільного віку в умовах сім'ї набуває особливої актуальності. Чимало батьків, зосередившись на матеріальному забезпеченні на інших життєвих питаннях, часто не враховують значущість морального виховання власних дітей. Однак сім'я є первинним середовищем, де формується ціннісна система особистості, розвивається уявлення про