

Отже, формування самооцінки у дітей з порушеннями слуху залежить від:

1. Умов сімейного виховання. Визначено, що якщо дитина перебуває в середовищі глухих, вона благополучно розвивається в міру своїх можливостей. У таких сім'ях частіше зустрічається стратегія повного прийняття дитини і її дефекту. По-іншому складаються стосунки у сім'ї, де батьки чуочі. У взаєминах можливе нерозуміння один одного, відстороненість, уникнення з боку батьків. Такі умови виховання можуть лише негативно позначитися на формуванні самооцінки.

2. Доведено, що незважаючи на те, що діти з порушенням слуху більш ніж чуочі оптимістично налаштовані щодо свого майбутнього, вони не можуть повноцінно реалізовуватись в соціальному плані через низьку самооцінку, нездатність вирішувати самостійно проблеми, реагувати на зовнішні життєві обставини, сприятливі моменти і ситуації, досягати успіхів у навчальній та особистісній діяльності.

3. Від комунікативних навичок. Зазначено, що в більшості випадків глухі мають відносно мало мовних засобів для опису особистісних особливостей людей, їх емоційних проявів. Це уповільнює у нечуючих процес формування соціально-емоційної зрілості, усвідомлення дітьми свого ставлення до інших і до себе, свого становища серед однолітків і в більш широкому соціальному оточенні. Передумовою вище зазначеному є порушення комунікативних зв'язків з людьми і особливо з однолітками.

4. Від умов навчання. Навчання в закладах інтернатного типу може вплинути на формування глухих і слабочуючих дітей неадекватної самооцінки, що найбільш гостро впливає на період входження їх в самостійне життя.

#### **Список використаної літератури:**

1. Бекетова Е.С. Пути формирования коммуникативных навыков у детей с нарушением слуха / Е.С. Бекетова. – Новосибирск: НГПУ, 2017. – с. 10 – 13.
2. Богданова Т.Г. Сурдопсихология. М., 2002.
3. Кошелева Е.А. Психологические особенности глухих и слабослышащих людей и их проявления в общении / Е.А. Кошелева. – Поволжская государственная социально-гуманитарная академия, 2012. – с. 672 – 675.
4. Олейникова Л.Т. Социализация старших подростков с нарушениями слуха / Л.Т. Олейникова. – Известия ВГПУ, 2011. – с. 75 – 78.
5. Основы психологии детей с нарушениями слуха: Учебное пособие / Сост. О.И. Сулова. – Саратов: Издательский центр «Наука», 2013. – 92с.

*Науковий керівник: доцент І. В. Сірик*

## **ФАКТОРИ ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ**

**Д. В. Рожков**

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Термін «емоційне вигорання» був введений американським психіатром Г. Фрейденбергером в 1974 році для характеристики психологічного стану здорових людей, що перебувають в інтенсивному й тісному спілкуванні із клієнтами, пацієнтами в емоційно насиченій атмосфері при наданні професійної допомоги. Спочатку цей термін визначався як стан знемоги, виснаження з відчуттям власної марності [3].

Феномен емоційного вигорання вже виходить за рамки середньостатистичної людини, яка перебуває у стресовому стані в своєму житті. Це екстремальний стан коли людина досягає емоційного, фізичного та психічного виснаження, яке викликане

тривалим стресом. Люди, які страждають від вигорання часто відчують безнадійність і безпорадність, і відчують, що майже кожен день для них закінчився не дуже вдало.

Є багато можливих причин і наслідків емоційного вигорання. Більшість досліджень використовують не експериментальні методи, і як наслідок, існує мало переконливих доказів про зв'язок емоційного вигорання з різними факторами. Можливі причини включають в себе помітно професійні стресори, такі як перевантаження, рольова невизначеність і рольовий конфлікт.

В теорії професійного стресу, стресові фактори є похідними від теорії ролей і представляють очікування. Таким чином, ці чинники стресу мають міжособистісний компонент. Інші стресові фактори, такі як тиск на роботі і різні стресові події, можуть також призвести до більшого вигорання.

Незадоволення очікуванням також пов'язане з вигоранням, і це узгоджується з ідеєю, що вигорання розвивається протягом довгого часу на роботі. Несправедливе робоче середовище також може привести до вигорання, хоча цей зв'язок не може бути лінійним або простим.

На додаток до робочого середовища, деякі особистісні характеристики або індивідуальні відмінності також дають змогу передбачити емоційне вигорання. До них відносяться як демографічні та диспозиціональні змінні.

Емпіричні дані вказують про те, що професійні чинники ніж особистісні фактори і вигорання мають набагато сильніший і більш послідовний зв'язок. Можна спрогнозувати, що літні люди будуть більш схильні до емоційного вигорання через їх тривалий досвід.

Після того як феномен став загальноновизнаним, закономірно виникло запитання щодо факторів, що сприяють розвитку або, навпаки, що гальмують його. Традиційно вони групувалися у два великих блоки, особливості професійної діяльності й індивідуальні характеристики самих професіоналів. Частіше ці фактори називають зовнішній і внутрішній або особистісний і організаційний [4]. Деякі автори виділяли й третю групу факторів, розглядаючи змістовні аспекти діяльності як самостійні. Так, Форманюк Т.В. виділяє особистісні, рольові й організаційні фактори відповідно: індивідуальні, соціальні й «характер роботи й оточення робітника» [1].

Розглянемо як приклад класифікацію В.В. Бойка, що виділяє ряд зовнішніх і внутрішніх факторів передумов, що провокують емоційне вигорання.

Група організаційних (зовнішніх) факторів, включає умови матеріального середовища, зміст роботи й соціально-психологічні умови діяльності, є найбільш представницькою в області досліджень вигорання. Не випадково в деяких роботах підкреслюється домінуюча роль цих факторів у виникненні емоційного напруження. Розглянемо їх:

- хронічна напружена психоемоційна діяльність – така діяльність пов'язана з інтенсивним спілкуванням, із цілеспрямованим сприйняттям партнерів і впливом на них. Професіоналові, що працює з людьми, доводиться постійно підкріплювати емоціями різні аспекти спілкування: активно ставити й вирішувати проблеми, уважно сприймати, посилено запам'ятовувати й швидко аналізувати візуальну, звукову й письмову інформацію, швидко зважувати альтернативи й приймати рішення;

- дестабілізуюча організація діяльності. Основні її ознаки загальновідомі організація й планування праці, недолік устаткування, погано структурована й розпливчата інформація, наявність у ній «бюрократичного шуму»;

- дрібні подробиці, протиріччя, завищені норми контингенту, з яким пов'язана професійна діяльність. При цьому дестабілізуюча обстановка викликає багаторазовий

негативний ефект: вона позначається на самому професіоналі, на суб'єкті спілкування;

- клієнти, споживачі, пацієнти тощо, а потім взаємини обох сторін [2].

Неблагополучна психологічна атмосфера професійної діяльності: визначається двома основними обставинами – конфліктністю по вертикалі, у системі «керівник – підлеглий», і по горизонталі, у системі «колега – колега». Нервозна обстановка спонукує одних розтрачувати емоції, а інших – шукати способи економії психічних ресурсів. Рано або пізно обачна людина з міцними нервами буде схилитись до тактики емоційного вигорання: триматися від усього й всіх подалі, не приймати все близько до серця, берегти нерви.

Синдром «емоційного вигорання» все ще належить до маловивчених феноменів особистісної деформації та являє собою багатоаспектний конструкт, набір негативних психологічних переживань, пов'язаних із тривалими й інтенсивними міжособистісними взаємодіями з високою емоційною насиченістю або когнітивною складністю, а отже, можна сказати, що ключову роль у виникненні синдрому «вигорання» відіграють емоційно ускладнені або напружені стосунки в системі «людина-людина».

#### **Список використаної літератури:**

1. Александровский Ю. А. Пограничные психические расстройства- [Руководство для врачей] / А. Ю. Александровский. - М.: Медицина, 2000. – 496 с.
2. Бойко В. В. Синдром «емоціонального вигорання» в професіональному общении / В. В. Бойко. — СПб. : Питер, 1999. — 154 с.
3. Кулик С. М. Психологічні проблеми професійної адаптації вчителів / С. М. Кулик // Актуальні проблеми психології / [за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки]. – Т. 1. – К. : Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2001. – 256 с.
4. Фирсова А.В., Павлова А.М. Изучение и профилактика эмоционального выгорания у педагогов // Психология сегодня : Материалы XI региональной научно-практической конференции студентов и аспирантов. / Фирсова А.В., Павлова А.М. //– Екатеринбург, 2009. – 261 с.

*Науковий керівник: доцент О.В. Куліш*

## **ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ ДІТЕЙ ВЗАЄМОДІЇ З ТВАРИНАМИ**

### **В. В. Семенченко**

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

З розвитком цивілізації через постійне фізичне та емоційне навантаження серед дорослих і дітей збільшується кількість захворювань психогенного характеру. Таким чином постає питання пошуку ефективних методів надання психологічної підтримки. Одним з таких методів є анімалотерапія (від латинського «animal» – тварина) – науковий метод лікування і профілактики різних захворювань, який ґрунтується на використанні психічних можливостей тварин. Основним психотерапевтичним засобом є взаємодія людини з твариною. Близький контакт, кінестетичні аспекти взаємодії, невербальне спілкування людини з твариною сприяють зниженню психічної напруги, процесам саморегуляції, самовідновлення завдяки відчуттю єдності з природою.

У педагогіці тварин традиційно використовують з метою ознайомлення з природою (частіше в період дошкільного дитинства). Кожна програма розвитку дитини дошкільного віку містить відповідний розділ, теоретичне обґрунтування та методи роботи в цій сфері. Формування ціннісного та емоційно-позитивного ставлення до живої природи в ранньому та дошкільному дитинстві можливе лише на основі