

Київський університет імені Бориса Грінченка

БРЕЦКО ІРИНА ІВАНІВНА

УДК [159.942.5:343.811]-053.6 (043.3)

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПІДЛІТКІВ
В УМОВАХ СІМЕЙНОЇ ДЕПРИВАЦІЇ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук



Київ – 2015

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана у Мукачівському державному університеті, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Щербан Тетяна Дмитрівна,
Мукачівський державний університет,
ректор.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Гошовський Ярослав Олександрович,
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки,
завідувач кафедри педагогічної та вікової психології;

кандидат психологічних наук, доцент
Павелків Віталій Романович,
Рівненський державний гуманітарний університет,
декан психолого-природничого факультету,
доцент кафедри загальної психології та
психодіагностики.

Захист відбудеться 16 червня 2015 р. о 10.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 26.133.04 у Київському університеті імені Бориса Грінченка за адресою: 04053, м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Київського університету імені Бориса Грінченка за адресою: 04212, м. Київ, вул. Маршала Тимошенка, 13-б.

Автореферат розісланий «16» травня 2015 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



Л. І. Подшивайлова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність дослідження зумовлена тим, що кардинальні зміни суспільної свідомості в нашій державі призвели до виникнення численних соціально-психологічних парадоксів та їх особистісних модифікацій. Трансформаційний характер суспільних процесів спричиняє коливання соціетальної психіки, проявляючись насамперед в особистісній дихотомії як у площині індивідуального існування, так і на рівні сімейної взаємодії. Численні соціально-економічні детермінанти (недостатній рівень прожиткового мінімуму, безробіття, вимушена трудова міграція, бюрократизм влади тощо) стають основною причиною того, що особистість у різних векторах власної самореалізації досить часто зазнає фрустраційно-депресивних переживань та психоемоційного виснаження. Мета-фактором у цьому складному і болісному процесі є повсякчасні спроби людини вибудувати систему власного психологічного захисту задля уникнення надмірного емоційного вигорання і забезпечення особистісної та соціальної комфортності, з метою збереження нуклеарної сім'ї.

Стабільна психологічна атмосфера, партнерський мікроклімат у сім'ї, гармонійні й демократичні стратегії спілкування справляють суттєвий вплив на розвиток внутрішньосімейних відносин та самоактуалізацію особистості, однак у випадку різновидової сімейної депривації вони можуть виступати джерелом потужної психотравматизації, насамперед дітей.

Проблеми сімейної депривації виступають об'єктом наукового вивчення багатьох учених (Г. Бевз, Дж. Боулбі, В. Васютинський, Я. Гошовський, І. Дубровіна, Н. Карасьова, Й. Лангмейер, М. Лісіна, Г. Лялюк, С. Максименко, А. Маслюк, З. Матейчек, Л. Осьмак, А. Прихожан, Т. Юферева та ін.). Спільною тезою всіх досліджень постає визнання того, що соціально-психологічний розвиток депривованих підлітків відбувається своєрідним і нетиповим шляхом та істотно відрізняється від онто- і соціогенезу їхніх однолітків, які виховуються в умовах повноцінної сімейної взаємодії. Через свою деструктивну й обмежувальну природу і сутність депривація називається соціопатогенним феноменом, що пригніблює повносправний і гармонійний розвиток дитини підліткового віку. Блокування можливостей підлітків у вільній самореалізації екзистенційних потреб, пригнічення базових життєвих спонук наповнює негативним забарвленням їхнє повсякденне існування та зумовлює цілу низку складнощів і особливостей соціальної активності. Перманентне або флуктуативне позбавлення батьківської та материнської опіки, повномірного статусно-рольового сімейного спілкування гальмівним чином впливає на розвиток усієї психоструктури підлітка, зокрема його самосвідомості. Різноманітні деприваційні чинники прямо чи опосередковано виступають основною причиною сильного й деструктивного виснаження інтелектуально-афективного потенціалу підлітків, зокрема стають фактором їхнього інтенсивного психоемоційного вигорання.

Здійснений аналіз науково-психологічної літератури свідчить, що проблема синдрому емоційного вигорання знайшла своє відображення у роботах зарубіжних і вітчизняних науковців, присвячених змісту і структурі цього синдрому (Т. Буленко, А. Василенко, І. Ващенко, Г. Діон, Л. Кандибович, Л. Карамушка, Т. Кириленко,

М. Левітов, С. Максименко, В. Орел, В. Павелків, О. Саннікова та ін.), а також методам його діагностики (В. Бойко, Л. Бурлачук, Н. Водоп'янова, К. Маслач, І. Савенкова, О. Старченкова, В. Шмаргун та ін.). Психоемоційне вигорання вивчається насамперед як проблема професійної деформації особистості (Г. Абрамова, В. Бойко, Е. Зеєр, Л. Мітіна, О. Фонарьов, Т. Форманюк, О. Щербаков, Т. Щербан, Ю. Юдчиць та ін.), тому типові ознаки синдрому емоційного вигорання розглядаються здебільшого за фаховою ознакою прояву у представників різних професійних груп – педагогів (В. Кан-Калик, Н. Дідусь, Ю. Кулюткін, Г. Сухобська, Н. Чепелева, В. Чернобровкін, Т. Форманюк, Т. Яценко та ін.), працівників медичних закладів (К. Маслач, П. Бланк, В. Шуфелі та ін.), соціальних працівників та працівників сфери обслуговування (Дж. Грінберг, О. Полуніна, Б. Содерфельдт, М. Содерфельдт та ін.), спортсменів (Л. Армстонг, Р. Велей, Д. Гошовська, К. Гренліф, В. Клименко, Г. Ложкін та ін.), міліціонерів (Н. Пов'якель, Л. Леженіна та ін.).

Загальний депресивний модус свідомості і поведінки депривованих підлітків, як результат дестабілізації міжособистісних внутрішньосімейних взаємин, спричинений соціально-психологічною нестабільністю та конкретними соціально-особистісними негараздами, знаходить свій прояв в індивідуальній амбівалентності й конфліктності. Тому на чільне місце висувуються проблеми психопрофілактики та психокорекції депривованих дітей з підвищеним рівнем психоемоційного вигорання як одного з найважливіших показників дестабілізації особистісного розвитку.

Недостатня розробленість окресленої проблематики у вітчизняній психологічній науці якраз і зумовила актуальність вибору теми дисертаційного дослідження **«Особливості психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри психології Мукачівського державного університету в межах науково-дослідної теми «Соціально-психологічні детермінанти фахової підготовки практичних психологів» (державний реєстраційний номер № 0112U000716). Тему дисертації затверджено на засіданні вченої ради Мукачівського державного університету (протокол № 6 від 22.02.2011 р.) та узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 7 від 30.09.2014 р.).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації.

Дослідження було зорієнтоване на вирішення таких **завдань**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми психоемоційного вигорання депривованої особистості в науковій та навчально-методичній психолого-педагогічній літературі.

2. Емпірично вивчити проблеми психологічних особливостей психоемоційного вигорання підлітків в умовах депривації сімейної взаємодії.

3. Провести порівняльний аналіз специфіки прояву психоемоційного вигорання в підлітків за критерієм «норма-депривація».

4. Розробити концептуальну програму підтримки і розвитку депривованих підлітків із синдромом емоційного вигорання.

Об'єктом дослідження є емоційне вигорання особистості в умовах депривації.

Предмет дослідження – особливості психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації.

Теоретико-методологічну базу дослідження склали теоретичні засади психологічної науки про людські емоції (К. Ізард, Б. Додонов та ін.), зокрема наукові підходи В. Вілюнаса О. Кульчицької. Я. Рейковського, С. Рубінштейна та ін.; положення про єдність емоційно-потребової та пізнавальної сфер особистості (Л. Виготський, С. Максименко, О. Саннікова); теоретичні концепції вигорання (В. Бойко, В. Орел, Н. Самоукіна, О. Старченкова, О. Романова, О. Рукавишніков, Т. Форманюк, Е. Aronson, С. Maslach, А. Pines, S. Jackson та ін.); наукові твердження про специфіку особистісного розвитку депривованих підлітків (М. Аралова, Я. Гошовський, Н. Карасьова, Й. Лангмейєр, М. Лісіна, З. Матейчек, С. Мещерякова, В. Мухіна, Л. Осьмак, А. Прихожан, А. Рузьська, Л. Царегородцева та ін.).

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань було використано комплекс методів наукового дослідження: *теоретичні*: аналіз, порівняння, класифікація, узагальнення, систематизація теоретичних та емпіричних даних для визначення понять і теоретико-методологічних основ вивчення проблеми дослідження; *емпіричні*: психолого-педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний та контрольний етапи), опитування, спостереження, бесіда, тестування для виявлення психоемоційного вигорання підлітків; *кількісної обробки даних*: встановлення рівня значущості відмінностей за критерієм Стюдента, для кореляційного аналізу. Для кількісної обробки даних було використано статистичний пакет SPSS.19.

Експериментальна база дослідження. Пілотажне дослідження проведено на вибірці 475 осіб (спеціалізована школа-інтернат I-III ступенів м. Берегова та дошкільний навчальний заклад (дитячий будинок) інтернатного типу смт. Чинадієво Закарпатської області й загальноосвітній школі I-III ступенів № 13 і спеціалізованій школі I-III ступенів № 16 з поглибленим вивченням окремих предметів та курсів м. Мукачева Закарпатської області) (школа-інтернат – 223, масова школа – 252), зокрема на констатувальному і формуальному етапах емпіричного дослідження – 244 підлітки.

Наукова новизна і теоретичне значення полягає у тому, що: *вперше* здійснено комплексне вивчення особливостей психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації, що проявляються як загальноособистісна афективна розбалансованість, високий рівень невротизації і самотності, емоційна напруга і тривожність, почуття безпорадності і недовіри до людей; встановлено специфіку соціально-психологічного розвитку підлітків в умовах сімейної депривації, яка полягає в тому, що нестача сімейно-родинного спілкування, блокований комунікативно-перцептивний клімат призводять до надмірного психоемоційного вигорання та неадекватного самоусвідомлення й ускладненого онтогенезу; проведено порівняльний аналіз специфіки прояву психоемоційного вигорання в підлітків за критерієм «норма-депривація»; розроблено концептуальну модель підтримки і розвитку депривованих підлітків із синдромом емоційного вигорання; *набули подальшого розвитку* положення про негативний вплив різновидової

депривації, зокрема сімейної, на особистісний розвиток підлітків; розроблено програму емпіричного вивчення психологічної суті емоційного вигорання в депривованих підлітків з дестабілізованих, проблемних, дистантних сімей, яка дозволяє різнобічно дослідити специфіку проявів їхнього психоемоційного вигорання.

Практичне значення результатів дослідження. Розроблено, апробовано й запроваджено у навчально-виховний процес загальноосвітніх інтернатних закладів генетично-психологічну профілактично-корекційну програму для подолання наслідків емоційного вигорання депривованих підлітків, що передбачає вироблення ними індивідуальних тактик і стратегій нейтралізації травмотогенного синдрому вигорання та вироблення успішних навичок просоціальної адаптації, а також розроблені концептуальні положення й отримані експериментальні дані може бути використано у процесі професійної діяльності практикуючих психологів, соціальних педагогів, учителів, вихователів загальноосвітніх навчальних закладів інтернатного типу з метою профілактичної, консультативної, корекційної роботи з депривованими підлітками задля нейтралізації результатів негативного впливу на них психоемоційного вигорання та для загальної успішної ресоціалізації. Одержані теоретико-емпіричні дані доповнюють окремі розділи таких навчальних курсів, як «Вікова та педагогічна психологія», «Спеціальна психологія», «Психологія важковиховуваних підлітків», «Психокорекція», «Психологія депривації», «Психологія девіантної поведінки» та ін.

Основні результати дослідження **впроваджено** в практику підготовки студентів Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя (довідка № 205 від 24 листопада 2014 року), Житомирського державного університету імені Івана Франка (довідка № 182 від 18 листопада 2014 року), Київського національного торгівельно-економічного університету (довідка № 3264/31-04 від 21 листопада 2014 року), Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (довідка № 134 від 24 листопада 2014 року), Берегівської спеціалізованої школи-інтернат I-III ступенів (довідка № 372 від 31 жовтня 2014 року), спеціалізованої школи I-III ступенів № 16 з поглибленим вивченням окремих предметів та курсів м. Мукачеве (довідка № 295/01-13 від 5 грудня 2014 року). Також результати дослідження впроваджено в роботу педагогів – вихователів Чинадіївського дошкільного навчального закладу (дитячого будинку) інтернатного типу Закарпатської обласної ради (довідка № 307-01 від 5 грудня 2014 року); в навчально-виховний процес Мукачівської загальноосвітньої школи I-III ступенів № 13 (довідка № 01-02/244 від 26 листопада 2014 року); в навчально-методичну роботу кафедри психології Мукачівського державного університету (довідка № 3081 від 11 листопада 2014 року).

Апробація результатів дослідження. Основні положення і результати дисертаційного дослідження були апробовані на: *науково-практичних конференціях різних рівнів: міжнародних:* «Молодіжна політика: проблеми та перспективи» (Дрогобич, 2010), «Проблема аутизму і шляхи її вирішення» (Луцьк, 2010), «Сучасні підходи до інтеграції та соціалізації дітей з особливими потребами» з циклу «Психолого-педагогічні основи інклюзивної освіти: проблеми, здобутки, перспективи» (Луцьк, 2011), «Генеza буття особистості» (Київ, 2011) «Актуальні проблеми сучасної психології» (Луцьк, 2011); «Психогенеza особистості: норма і

девіація (турбота про дітей з порушеннями: багаторівневий підхід» (Луцьк, 2012); *всеукраїнських*: «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 2011), «Розвиток просоціальної стратегії як основи морального становлення особистості» (Рівне, 2013); *науково-практичних семінарах з міжнародною участю*: «Феноменологія депривації: психолого-педагогічний і теоретико-прикладний дискурс» (Луцьк, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014), «Афективна психорегуляція особистості з проблемами розвитку: робота з дітьми з розладами спектру аутизму» (Луцьк, 2013), «Pedagogy of 21st century: teaching in the world of constant information flow» (Budapest, 2014); на засіданнях кафедри психології Мукачівського державного університету.

Публікації. Результати дисертаційної роботи відображено в 12 одноосібних наукових публікаціях (серед яких 5 – у наукових фахових виданнях України у галузі психології, 1 – у періодичному науковому фаховому виданні іноземної держави).

Структура й обсяг дисертації. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел (219 найменувань, з них – 14 іноземною мовою) і додатків на 24 сторінках. Загальний обсяг дисертації становить 215 сторінок. Основний зміст викладено на 166 сторінках. Робота містить 2 таблиці, 21 рисунок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність дослідження, сформульовано мету й основні завдання роботи, визначено його об'єкт, предмет та методологічні засади, відзначено наукову новизну, теоретичну та практичну значущість дослідження, вказано форми апробації його результатів, а також описано структуру дисертаційної роботи.

У першому розділі «**Теоретичні засади дослідження феномену психоемоційного вигорання особистості в умовах депривації**» здійснено теоретичний аналіз психоемоційного вигорання особистості у психолого-педагогічних дослідженнях, проаналізовано соціально-психологічні й особистісні детермінанти психоемоційного вигорання людини, розкрито депривацію сімейного спілкування як основний негативний чинник психоемоційного вигорання підлітків

Науково-психологічний аналіз численних досліджень дає підстави стверджувати, що синдром вигорання є складним процесом поступової втрати емоційної, когнітивної та фізичної енергії, що проявляється в симптомах емоційного й розумового виснаження, фізичної втоми, особистісного відмежування та зниження задоволення від виконання будь-якої роботи й життєдіяльності загалом. Синдром психоемоційного вигорання відрізняється від емоційної ригідності, яка визначається насамперед органічними причинами – силою та властивостями нервової системи, мірою рухливості емоцій, психосоматичними порушеннями тощо, комплексним травмогенним характером впливу на особистісне буття. Люди із синдромом вигорання зазвичай мають поєднання психопатологічних, психосоматичних, власне соматичних симптомів і ознак соціальної дисфункції.

Традиційно можна виділити три ключові ознаки синдрому емоційного вигорання: потужне психоемоційне (іноді психофізичне) виснаження; відмежування від клієнтів

(пацієнтів, учнів, друзів, однолітків) і від роботи; відчуття неефективності й недостатності своїх досягнень у сфері функціональної життєдіяльності. Відчуття втрати власної ефективності або падіння самооцінки у рамках вигорання є сигналом того, що людина не бачить перспектив для своєї професійної діяльності, знижується задоволення роботою, втрачається віра у свої професійні можливості, що неминуче проявляється на всіх параметрах життєдіяльності (сімейна комунікація, міжособистісні інтеракції, соціальні статусно-рольові дисфункції тощо).

Розвиток психоемоційного вигорання ймовірніший у людей з меншою мірою зрілості і самодостатності, імпульсивніших і нетерплячіших, депривованих та ізольованих. З віком вірогідність розвитку вигорання дещо зменшується, тобто до нього схильніші початкуючі працівники, люди молодшого віку, однак більшість дослідників вважають, що вік, стать, стаж роботи та інші соціально-демографічні характеристики не пов'язані прямо з професійним вигоранням, оскільки більше значення має індивідуальний тип реагування на стресогенні фактори й ситуації. Зазвичай причина вигорання є розгалуженою комбінацією цілого ряду детермінант, проте індивідуальна ситуація особистісного розвитку може посилювати або згладжувати їх вплив.

Депривація сімейного спілкування є одним із дуже негативних факторів, який зумовлює психоемоційне вигорання підлітків. Психоемоційне вигорання (разом з особистісно-характерологічними акцентуаціями, негативними афективними тенденціями в особистісній поведінці, соціально-педагогічною занедбаністю, комунікативною некомпетентністю тощо) є значущим компонентом особистісної деформації, внаслідок чого відбуваються істотні зміни якостей і властивостей (мотиваційних інтенцій, стереотипів сприймання, ціннісних орієнтацій, характеру, способів спілкування і поведінки). Депривація як умова й чинник розвитку справляє гальмівний і ускладнюючий вплив на становлення в підлітковому віці таких особистісних утворень, як мотивація, ціннісні орієнтації, агресивність, тривожність і страхи, темпоральні переживання. У підлітковому віці наслідки сімейної депривації призводять, головним чином, до порушень емоційної сфери (загострений нейротизм, підвищена тривожність, агресивність, депресивність, занижена емпатія тощо) і соціальної (розбалансовані особливості дитячо-батьківських стосунків, негативістський характер поведінки підлітків тощо). В емоційній сфері сімейна депривація проявляється у підлітків насамперед у вигляді дезорганізуючих емоційних реакцій, що мають специфічні особливості. Їхня агресія руйнівніша і генералізованіша, у них сильніше виражений негативізм, що проявляється в протидії встановленим соціальним нормам, томі такі підлітки фрустрованіші і тривожніші, ніж діти зі звичайних недепривованих сімей, і в них нижча опірність стресам та вища схильність до психоемоційного виснаження і вигорання.

Окрім збільшення вірогідності комунікативної байдужості в депривованих підлітків проявляються беземоційність або невміння спілкуватися; алекситимія у всіх проявах (неможливість висловити словами свої відчуття і почуття), яка завжди пов'язана з тривогою; безсистемний трудовоголізм, коли відбувається камуфляж якоїсь проблеми хаотично виконуваною роботою (спроба компенсації особистісної неспроможності), соціальна аутизація як зниження (або відсутність) зв'язків, любові, прагнення до самотності тощо.

У другому розділі **«Емпіричне вивчення особливостей психоемоційного вигорання в умовах різнотипної сімейної депривації»** розкрита методична база і процедура організації емпіричного дослідження, здійснено порівняльну характеристику особливостей психоемоційного вигорання підлітків зі школи-інтернату та загальноосвітньої школи, презентовано результати факторного аналізу, висвітлено результати порівняльного аналізу специфіки психоемоційного вигорання підлітків за критеріями: «стать», «вік (у межах внутрішньопідліткової популяції)» та «тип сімейної депривації».

Емпіричне дослідження проводилося на базі спеціалізованої школи-інтернат I-III ступенів м. Берегова та дошкільного навчального закладу (дитячого будинку) інтернатного типу смт. Чинадієво Закарпатської області й загальноосвітньої школі I-III ступенів № 13 і спеціалізованої школі I-III ступенів № 16 з поглибленим вивченням окремих предметів та курсів м. Мукачева Закарпатської області упродовж 2008-2013 років у три етапи.

На *першому етапі* (2008-2009 роки) – здійснено аналіз рівня і міри розробленості досліджуваної проблеми в теоретичному і прикладному ракурсах; проведено пілотажне дослідження, обґрунтовано загальну концепцію дисертаційної роботи (визначено засадничі теоретичні положення дослідження, висунуто робочі гіпотези, сформульовано об'єкт, предмет і мету дослідження, обрано експериментальні майданчики, сформовано репрезентативну гетерогенну вибірку, укладено пакет психодіагностичних методик). На *другому етапі* (2009-2011 роки) – проведено констатувальний експеримент для діагностики психологічних особливостей емоційного вигорання у депривованих підлітків з різнотипних освітніх закладів (загальноосвітня школа, школа-інтернат). На *третьому етапі* (2012-2013 роки) – проведено формувальний експеримент, що дозволив системно узагальнити й інтерпретувати результати дослідження, здійснено їх оформлення у вигляді рукопису дисертаційної роботи, підготовлено автореферат дисертації.

Окремим і дуже важливим для загальної концепції дослідження був критерій **«тип сімейної депривації»**. Було диференційовано таку типологію дітей підліткового віку: з повної депривованої девіантної сім'ї (проблемні сім'ї – алкоголізм, наркоманія, проституція та інші відхилені форми поведінки батьків); з повної депривованої дистантної сім'ї (батьки тривалий час (понад 2 роки) перебувають у трудовій міграції за кордоном); з повної депривованої багатодітної сім'ї (нестача уваги, брак турботи, матеріальні негаразди тощо); напівсирітство (втрата когось одного з батьків, здебільшого батька); напівсирітство (діти, яких виховують матері-одиначки); з неповної сім'ї (розлучені батьки); сирітство (втрата обох батьків); сирітство (діти-«підкидьки», вихованці шкіл-інтернатів, що прийшли з дитячих будинків і не знали (не пам'ятали) власних батьків).

Пакет валідних методик, за допомогою яких можна отримати надійні й достовірні результати про психоемоційні особливості підлітків, зокрема й про симптоми, які засвідчують їхнє психоемоційне виснаження і вигорання, склали такі методики: «САН (самопочуття, активність, настрій)», «Тест ЗЕС» (Б. Додонов), «Методика самооцінки емоційних станів» (А. Уессманн, Д. Рікс), «Методика експрес-діагностики неврозу» (за К. Хеком – Х. Хессом) і «Методика діагностики

рівня невротизації» (за Л. Вассерманом), «Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності» (за Д. Расселом, М. Фергюсоном), «Тест для визначення потреби у спілкуванні (ПС)» (за Ю. Орловим), «Методика діагностики особистісної тривожності» (Ч. Спілбергера, Ю. Ханіна), «Діагностика особистісної тривожності» (А. Прихожан), «Карта спостережень» (Д. Стотта), авторська «Схема аналізу поведінки депривованого підлітка, схильного до психоемоційного вигорання».

Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик підлітками зі школи-інтернату: *перший фактор*, умовно названий «пригнічено захисна агресія» (24,7 % від загальної дисперсії), умістив такі показники: «пригніченість» (0,910), «високий рівень самотності» (0,827), «вище середнього рівень потреби у спілкуванні» (0,735), «глорична емоційна спрямованість» (0,630), «ворожість до дорослих» (0,572) та зі знаком «—» «шкільна тривожність» (0,645); у *другому факторі*, що названий «комунікативно безпорадна невротизація» (21,4 % внесок у загальну дисперсію) виділилися такі показники: «комунікативна емоційна спрямованість» (0,721), «почуття безпорадності» (0,680), «високий рівень невротизації» (0,650), «міжособистісна тривожність» (0,615) і зі знаком «—» «низький рівень потреби у спілкуванні» (0,715), «настрій» (0,635); до *третього фактора* під назвою «альтруїстично недовірлива тривожність» (15,6 % внесок у сумарну дисперсію) увійшли такі показники: «вище середнього рівень потреби у спілкуванні» (0,690), «альтруїстична емоційна спрямованість» (0,645), «недовіра до нових людей, речей, ситуацій» (0,610), «тривожність у ставленні до дорослих» (0,595); *четвертий фактор*, «емоційно самооцінна тривожність» (9,1 % від загальної дисперсії), вмістив такі показники: «емоційна напруга» (0,710), «ворожість до дітей» (0,635), «самооцінна тривожність» (0,575) та зі знаком «—» «високий рівень неврозу» (0,650).

Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик підлітками із загальноосвітньої школи. До *першого фактора*, що умовно названий нами як «гедоністично комунікативна самотність» (23,2 % внесок у сумарну дисперсію), увійшли такі показники: «вище середнього рівень потреби у спілкуванні» (0,875), «гедоністична емоційна спрямованість», «високий рівень самотності» (0,735), та зі знаком «—» «енергійність, бадьорість» (0,630); до *другого фактора*, що названий нами «пугнічно невротична тривожність» (20,1 % внесок у сумарну дисперсію), увійшли такі показники: «пугнічна емоційна спрямованість» (0,750), «високий рівень невротизації» (0,675), «ворожість до дітей» (на основі ревнощів: від суперництва — до неприхованої ворожості) (0,610), «самооцінна тривожність» (0,590) зі знаком «—» «активність» (0,730); *третьій фактор*, який умовно названий «комунікативно пригнічена тривожність» (16,2 % внесок у сумарну дисперсію), виокремилися такі: «комунікативна емоційна спрямованість» (0,642), «пригніченість» (0,600), «середній рівень тривожності» (0,585), «міжособистісна тривожність» (0,570); показникове наповнення *четвертого фактора* за умовною назвою «гностично емоційна недовіра» (10,4 % від загальної дисперсії) таке: «нижче середнього рівень потреби у спілкуванні» (0,615), «недовіра до нових людей, речей, ситуацій» (0,550), «гностична емоційна спрямованість» (0,535).

З метою вивчення психологічних особливостей психоемоційного вигорання в депривованих підлітків школи-інтернату, що позбавлені сімейного спілкування і

реального батьківського впливу, та їхніх однолітків загальноосвітньої школи, що виховуються в умовах повноцінної сімейної взаємодії, було проведено порівняння окремих результатів виконання застосовуваних у дослідженні методик.

Основні порівняльні параметри презентовано в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати виконання експериментальних завдань підлітками
зі школи-інтернату та загальноосвітньої школи

Методики	Показники, які порівнюються	Середнє арифметичне		t- критерій Ст'юдента	α
		школа-інтернат	загальна школа		
«Тест ЗЕС» (Б. Додонов)	комунікативна емоційна спрямов.	6,5	7,7	2,70	0,01
	глюрична емоційна спрямов.	4,1	4,8	2,64	0,01
	гностична емоційна спрямов.	1,6	2,4	2,73	0,01
«Методика самооцінки емоц. станів» (А. Уессманн, Д. Рікс)	емоційна напруга	9,1	6,8	4,12	0,001
	пригніченість	11,2	8,6	4,42	0,001
«Методика діагн. рівня відчуття самотності» (за Д. Расселом, М. Фергюсоном)	високий рівень самотності	7,5	6,4	2,61	0,05
«Діагностика особистісної тривожності» (А. Прихожан)	самооцінна тривожність	14,7	18,6	3,71	0,001
	міжособистісна тривожність	24,3	16,8	7,08	0,001
«Методика діагностики рівня невротиз.» (за Л. Вассерманом)	високий рівень невротизації	10,5	7,6	3,38	0,01

Порівняльний аналіз результатів дозволяє зробити висновок про специфічність функціонування психоемоційної сфери в депривованих дітей, що пояснюється, на нашу думку, насамперед детермінуючим впливом позбавлень реальної повноцінної сімейної взаємодії.

Констатовані результати є підставою стверджувати про необхідність надання нагальної системної кваліфікованої психологічної допомоги із залученням сучасних розвивальних технологій підліткам, які схильні до переживання багатьох симптомів психоемоційного вигорання. Окремої поглибленої консультативно-корекційної уваги потребує вибірка депривованих досліджуваних, які продемонстрували значно гостріші форми емоційних розладів, афективної втоми і через брак сімейної опіки залишаються у своєрідному офіційно-байдужому полі патерналістської опіки інтернатного закладу, в якому здебільшого культивуються деприваційні моделі спілкування.

У третьому розділі «**Концептуальні засади нейтралізації психоемоційного вигорання особистості депривованого підлітка**» розкрита модель підтримки і розвитку депривованих підлітків із синдромом емоційного вигорання, зокрема подані засадничі положення вивчення психоемоційного вигорання підлітків в умовах депривації та генетично-психологічна програма профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками із симптомами психоемоційного вигорання, висвітлено організацію та результати формувального експерименту.

Основними засадничими принципами концептуальної моделі є: опора на гуманістичні, генезисні й особистісно-розвивальні принципи психолого-педагогічної підтримки; здійснення спрямованого розвитку і психолого-педагогічної корекції мотиваційно-поведінкової, когнітивної та емоційно-оцінювальної сфер депривованого підлітка із синдромом емоційного вигорання.

Серед цілої низки принципів науково-психологічного дослідження в генетичній психології (принцип аналізу за «одиницями» (визначення вихідного суперечного відношення, що породжує клас явищ як ціле); принцип історизму (принцип єдності генетичної та експериментальної лінії дослідження); принцип системності (принцип цілісного розгляду психічних утворень) та ін.), *основний наголос було зроблено на запровадженні принципу проектування* (принцип активного моделювання, відтворення форм психіки в особливих умовах). Культивованій нами *метод розробки проектів* дозволяє формувати особистісні риси, які розвиваються лише в груповій діяльності і не можуть бути засвоєні тільки вербально, насамперед це вміння працювати в колективі; брати відповідальність за власний вибір, прийняття вагомого рішення, розділяти відповідальність за успіх чи невдачу проекту; аналізувати результати міжособистісного спілкування та співдіяльності; здатність відчувати себе потрібним і повноправним членом команди тощо. У роботі з депривованими підлітками активно запроваджувався *дерефлексійний функціональний принцип*. Дуже результативною стратегією, яка відповідає логіці та суті побудови системи розвивального навчання, є застосовуваний *метод інтенсиву*.

Загалом, *концептуальна модель психолого-педагогічної підтримки підлітків із синдромом емоційного вигорання* базувалася на двох основних рівнях її системної організації: 1) вертикальний – забезпечує генезисну поступальність, неперервність, системність і цілісність психолого-педагогічної підтримки: захист, допомогу, сприяння, взаємодію; 2) горизонтальний – системна ієрархізована організація всередині кожного етапу: цільова спрямованість, зміст психолого-педагогічної підтримки, реалізація розвивальних генетично-моделювальних технологій, організаційні і специфічні (деприваційні) умови; критерії, рівні та показники результативності; засоби і способи психологічної діагностики.

Отож базові положення концептуальної моделі побудовані на ключовій змістово-функціональній тріаді: 1. Специфічні особливості структури психоемоційного вигорання підлітків в умовах депривації пов'язані з особливостями їх ціннісно-сміслової сфери і життєвими орієнтаціями та полягають у домінуванні тенденцій до деперсоналізації і в негативній динаміці всього особистісного розвитку (за Е. Еріксоном

– «базисна недовіра до світу»); 2. Режим різновидової (соціальна, сімейна, комунікативна, перцептивна, економічна та ін.) депривації справляє сповільнюючий (іноді спотворюючий) вплив на онто- і соціогенез дітей підліткового віку, призводячи до надмірно-компенсаційних навантажень на їхню афективно-емоційну сферу та породжуючи психоемоційне виснаження й вигорання; 3. Різнотипна сімейна депривація (сирітство, напівсирітство, багатодітність, дистантні сім'ї трудових мігрантів та ін.) виступає основним детермінантним тлом і причинно-наслідковою базою психоемоційного вигорання підлітків.

З метою оптимізації стану справ було розроблено, апробовано і задіяно як розвивальний засіб *«Генетично-психологічну програму профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками із симптомами психоемоційного вигорання»*. Теоретико-емпіричні узагальнення й наш досвід роботи з дітьми, життєдіяльність яких ускладнена різновидовими обмеженнями, дали підстави стверджувати, що проблема профілактики і психокорекції потребує здійснення комплексних превентивних і ситуативних заходів, які повинні проводитися психологом служби супроводу інтернатного закладу у межах психогігієнічного і профілактичного впливу на депривованих вихованців. Взаємодія депривованого підлітка з навколишнім світом та її ефективність забезпечуються механізмом регуляції рівня активації (енергетичний ресурс) і різноманітністю форм поведінки (особистісно-психологічний ресурс), утворюючи індивідуальний стиль саморегуляції. Програма включає три послідовні етапи: підготовчий (підготовка до роботи із проектування власного саморозвитку), основний (навчання методам самодіагностики, психоемоційної саморегуляції, розвиток самоспостереження, самоаналізу, рефлексії, формуванню ціннісного ставлення до себе, власного здоров'я, широкого природного і соціального довкілля), завершальний (закріплення отриманих навичок самоспостереження, самодіагностики, саморегуляції, саморекреації, підведення підсумків).

Вважається, що здійснення профілактичної і психокоректувальної діяльності щодо запобігання й подолання синдрому емоційного вигорання у депривованих підлітків можливе насамперед таким шляхом: активізація спілкування, посилення мотивації відповідальності, ініціативності, цілеспрямованості, креативності, працездатності, працьовитості, дисциплінованості; уміння знаходити компромісні рішення, передбачати, планувати, аналізувати, бути готовим до ризику, оволодівати стресостійкістю тощо. Розроблений *«Тренінг соціально-психологічної корекції особистісно-деприваційних деформацій»* дозволяє працювати з депривованим підлітком одночасно в двох аспектах: як із суб'єктом міжособистісних взаємин та як з індивідуальністю, акцентуючись на змінах, що відбуваються у внутрішньому світі дитини; дає можливість досягти різних особистісних ефектів (їх можна звести до трьох типів: діагностичні, коректувальні, психотерапевтичні), які залежать від поставлених завдань і притаманні в будь-якому вигляді тренінгу як основні або супутні. Тренінг однозначно впливає на такі комунікативні характеристики, як просоціальні здібності і відкритість у спілкуванні. Важливою умовою досягнення

позитивних антидеприваційних результатів є перенесення отриманих під час тренінгу соціально-психологічних знань, умінь і навичок у реалії повсякденного життя, тобто головним ефектом соціально-психологічного тренінгу є особистісний розвиток учасника Т-групи, який триває і після його завершення. Вважаємо, що *надавати повсякденну психологічну допомогу і підтримку можуть лише фахівці з високим рівнем власного соціопсихічного здоров'я, життєдіяльність і поведінка яких послужать компенсаторним фактором і моделлю для наслідування для депривованих підлітків із симптомами психоемоційного вигорання.*

Для стабілізації особистісної афективності та зниження надмірно високого фону психоемоційного вигорання в депривованих підлітків було проведено формувальний експеримент. Гетерогенну вибірку склали підлітки – учні Берегівської школи-інтернату в кількості 60 осіб (експериментальна група (n=30) та контрольна група (n=30).

Якщо до початку задіяння формувальних впливів у досліджуваних превалювали тенденції від спокою до тривожності (шкала «спокій – тривожність»), що включала помітне занепокоєння, скутість, стурбованість, страх, неспокій, невизначеність, а також досить помітні нервозність, хвилювання і роздратування, то після участі у тренінгу на високому відсотковому рівні проявилися впевненість у собі, витриманість, невимушеність, позбавленість неспокою та інші показники, що загалом сигналізували про тенденцію до виходу із «показникового тезаурусу», який відповідав за психоемоційне вигорання і виснаження. Відповідним чином після формувальних впливів істотно зросли показники у векторі зменшення амортизаційно втомливих модальностей до енергійно життєстверджувальних (шкала «енергійність, бадьорість – втома»). Також відбулися позитивні зрушення за шкалою «хороший настрій – пригніченість», зокрема у векторі відсоткового зростання кількості депривованих дітей, які на відміну від пригніченості, втоми і суму почали у більшій мірі відчувати веселість, приємне збудження, покращання настрою. Дещо менші зміни відбулися за шкалою «впевненість у собі – почуття безпорадності», однак на рівні збільшення відчуття впевненості і компетентності істотно знизився прояв у досліджуваних таких симптоматичних показників, як «слабкість», «обмеженість», «гнітюче почуття слабкості та марності зусиль».

Після залучення тренінгової програми у досліджуваних проявилися істотні зміни, спрямовані на зниження відчуття самотності та зорієнтовані на просоціальну самореалізацію як спробу виходу зі стану психоемоційного вигорання. На підставі порівняльного аналізу результатів виконання експериментальних завдань підлітками з ЕГ та КГ до і після проведення корекційної роботи вдалося з'ясувати загальний позитивний та успішний вплив застосованих психотренінгових засобів на зниження рівня емоційного вигорання, зокрема у варіанті зменшення такого складного й важливого показника, як різномодальна тривожність (самооцінна, міжособистісна і шкільна). Результати проведення методики «Діагностика особистісної тривожності» (А. Прихожан) з вихованцями школи-інтернату засвідчили позитивні зміни після проведення психокорекційної роботи (див. рис. 1).

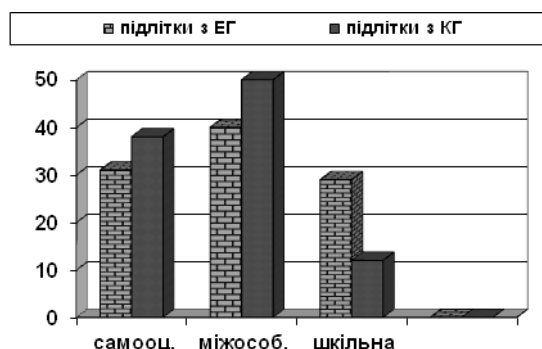


Рис. 1. Результати виконання експериментальних завдань підлітками з ЕГ та КГ після проведення корекційної роботи (за методикою «Діагностика особистісної тривожності» (А. Прихожан))

Аналіз результатів емпіричного дослідження особливостей психоемоційного вигорання учасників експериментальної та контрольної груп до і після формувальної дії засвідчив, що *експериментальна робота, в основу якої покладена генетично-психологічна програма профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками, призвела до гармонізації змісту їхнього афективно-регулятивного світоставлення та самосприймання*. Отож завдяки формувальному впливу в досліджуваних відмічено збільшення рівня емоційної саморегуляції завдяки знанням і навичкам, здобутим упродовж тренінгових занять. Зокрема, спостерігається зниження рівня невротизму, тривожності, суб'єктивного відчуття самотності та інших депресивно-амортизаційних станів. Також помітні позитивні зміни в загальному самоприйнятті та регулюванні самопочуття, активності, настрою і збалансування базових емоцій.

Змістове наповнення самооцінки своїх емоційних станів у депривованих підлітків – учасників Т-груп після експериментальної роботи є переважно адекватним, позитивним і внутрішньо узгодженим. Динаміка психоемоційного вигорання дітей, які виховуються в умовах сімейної депривації, була стабілізована на основних векторах свого прояву і до того ж були успішно оптимізовані ключові параметри афективної картини світу, насамперед на рівні зниження базальної різновидової тривожності (міжособистісної та самооцінної).

Депривованим підліткам притаманні численні комунікативні бар'єри, нестійкість настрою, коливання й різкі перепади самооцінки, ранимість та неадекватність емоційних реакцій у відповідь на зовнішній тиск, проблеми у сприйманні власної зовнішності, зокрема так звані підліткові комплекси, переживання статусно-рольових неадекватностей та ціла низка інших дисфункцій, тому генетично-психологічна програма, базована на профілактичних та корекційних підходах, дозволила істотно стабілізувати, гармонізувати й оптимізувати окреслені параметри у векторі просоціальності й нейтралізації обмежувальних нашарувань. Якщо спочатку психоемоційні розлади проявлялися на рівні ригідних і агресивних форм і манер спілкування та різновидових конфліктів з тренінговим середовищем, то згодом у процесі занурення у тренінгові реалії, комфортний емоційний мікроклімат довірливих і партнерських взаємин, відбулося помітне згладжування і

гармонізація афективних складових спілкування депривованих дітей. Досліджувані, які активно й часто вдавалися до емоційних реакцій-спалахів як варіантів психологічного захисту в проблемних і стресових ситуаціях, почали сприймати світ не як джерело постійних небезпек, гострої тривожності й безвихідного песимізму, а як середовище для самореалізації в нових, набутих під час тренінгу поціновуваних статусах і ролях. Це проявилось в наповненні адекватною позитивно забарвленою афективністю та оптимістичністю їхнього світогляду, впевненою, стійкою та нетривожною самооцінкою, реалістичним підходом до життя зі стабільнішою та об'єктивнішою емоційною реакцією на його виклики і проблеми.

Оскільки для вихованців інтернатних закладів гостра емоційна реактивність є одним із способів справитися з травмогенним зовнішніми і внутрішніми розладами невлаштованого соціального світу (відсутність сімейного мікроклімату, соціалізаційних зусиль рідних батьків тощо), то задіяні формувальні впливи у режимі зацікавленого і жвавого тренінгового спілкування дали змогу значно понизити емоційно-травмівні моменти, спричинені депривацією, та відновити афективний баланс і особистісну рівновагу. Участь у розвивальній позитивно емоційно налаштованій спільній діяльності у Т-групі дозволила депривованим підліткам актуалізувати і приростити просоціальний спектр емоцій, спрямованих на задоволення життям, на розвиток спілкування, на альтруїстичне надання безкоштовної допомоги іншим тощо. Загальний психоемоційний фон змінився у напрямку від невизначеності, простоти, втоми до інтенсивності, оптимізму, радості і жвавої комунікації.

Загалом, можна стверджувати про сприятливий психокорекційний вплив розробленої та задіяної генетично-психологічної програми профілактично-корекційної роботи на самооцінку емоційних станів депривованими підлітками із симптомами психоемоційного вигорання.

ВИСНОВКИ

Узагальнення отриманих у роботі теоретико-емпіричних результатів дало підстави зробити такі **висновки**:

1. Теоретичний аналіз проблеми дозволив стверджувати, що синдром вигорання є особистісною деформацією, яка виникає внаслідок емоційно важких або напружених відносин у системі «людина – людина», розвивається у просторі й часі людської діяльності та призводить як до психологічних (конотативних, когнітивних, емоційних, мотиваційних та ін.) змін, так і до психосоматичних порушень, негативно впливаючи на соціальне і психічне здоров'я особистості й гармонійність усієї її екзистенції. Тривалий синдром психоемоційного вигорання можна позначити як практично повну стагнацію, а часом і регрес особистісного розвитку зі зміною базальних утворень психоструктури або й частковим руйнуванням.

Психоемоційне вигорання є розгалуженим симптомокомплексом, що охоплює всі структурні рівні особистості: соціально-психологічний через зміну системи міжособистісних взаємин; власне особистісний як зміна особистісних рис; мотиваційний через якісну і змістовну зміну мотивації; регулятивно-поведінковий як зміна вчинків, психостанів і емоційних взаємин.

Системотвірними детермінантами психоемоційного вигорання є соціально-психологічні, вікові, організаційні, професійні, особистісні, комунікативні та інші чинники. Одним з ключових негативних факторів психоемоційного вигорання підлітків є депривація сімейного спілкування. Психоемоційне вигорання – це своєрідна афективна втеча (самовтеча) підлітка від гнітючих умов режиму різновидової депривації, це його психологічна суперечка з виснажливим і несправедливим соціумом, який не надає можливості для повноцінного задоволення базових екзистенційних потреб, це індивідуальна відповідь на тривалий стрес, фрустрацію, розчарування та інші амортизаційні ситуації та обставини.

Депривація сімейного спілкування, нестача родинної опіки й турботи, розладнання перцептивно-комунікативного мікроклімату призводять до численних дисфункцій та зростання девіантних, делінквентних і адиктивних форм поведінки дітей, які переживають з приводу цього психоемоційне виснаження й вигорання. До психоемоційного виснаження призводять такі основні сімейно зумовлені психотравмівні переживання дитини: стан загального сімейного незадоволення, внутрішньосімейна тривожність і конфліктність, надмірна нервово-психічна і фізична напруга, постійне переживання стану провини та інші депресивні, тривожні й фрустраційні стани.

Отож розбалансованість системи сімейного виховання, дисгармонії сімейних стосунків, форми різновидової депривації є основними патогенними чинниками, що зумовлюють виникнення психоемоційних розладів у дітей підліткового віку.

2. Емпіричне вивчення особливостей психоемоційного вигорання підлітків в умовах депривації сімейної взаємодії дозволило встановити найважливіші індикатори цього феномену. Результати факторного аналізу виконання експериментальних завдань методик депривованими підлітками зі школи-інтернату (перший фактор *«пригнічено захисна агресія»*, другий фактор *«комунікативно безпорадна невротизація»*, третій фактор *«альтруїстично недовірлива тривожність»*, четвертий фактор *«емоційно самооцінна тривожність»*) концентрували в собі найістотніші показники, які репрезентували сутнісне наповнення психоемоційного вигорання в депривованих підлітків. Встановлено, що їм притаманні високий рівень невротизації і самотності, емоційної напруги і тривожності, почуття безпорадності і недовіра до нових людей, речей та ситуацій. Сімейна депривація породжує особистісну афективну розбалансованість, що негативно впливає на психосоціальне здоров'я підлітків та призводить до надмірного і частого психоемоційного вигорання.

3. Порівняльний аналіз особливостей прояву психоемоційного вигорання в підлітків за критерієм «норма-депривація» дав змогу виявити істотні відмінності між двома групами досліджуваних. Результати порівняльного аналізу засвідчують специфічність функціонування психоемоційної сфери в депривованих дітей, що пояснюється насамперед детермінуючим впливом позбавлень реальної повноцінної сімейної взаємодії, любові й опіки. Вихованці школи-інтернату порівняно з однолітками із звичайних сімей продемонстрували значно вищий рівень розбалансованості афективної сфери, що проявилось у першу чергу на рівні високої різномодальної тривожності, завищеної невротизації, загостреної емоційної напруги, надмірного суб'єктивного переживання самотності, неадекватного

самооцінювання власних емоційних психостанів та інших депресивних й девіантних тенденцій. Переважна більшість обстежених депривованих підлітків характеризуються високим рівнем психоемоційного вигорання порівняно із загальнопопуляційними нормами і показниками, структура якого презентована симптомами переживання психотравмуючих обставин сімейної недоглянутості, знехтуваності й занедбаності (неадекватне емоційне вибіркове реагування, емоційно-моральна дезорієнтація, імпульсивні тривожні поведінкові реакції, високий рівень почуття самотності й непотрібності, розширення сфери економії емоцій та редукація життєвих обов'язків і перспектив).

Загалом, депривовані підлітки проявили значно істотніші форми емоційних розладів і в тому, що є ознакою несформованості й дисгармонійності афективного реагування на мікро- і макродовкілля та схильності до психоемоційного вигорання. Констатовані результати спонукають до надання нагальної системної кваліфікованої психологічної допомоги із залученням сучасних розвивальних технологій підліткам, які схильні до переживання багатьох симптомів психоемоційного виснаження і вигорання.

4. Розроблена генетично-психологічна програма профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками для подолання наслідків їхнього емоційного вигорання включала три послідовні етапи: *підготовчий* як підготовка до роботи із проектування власного саморозвитку, *основний* як навчання методам самодіагностики, психоемоційної саморегуляції, розвитку самоспостереження, самоаналізу, рефлексії, формуванню ціннісного ставлення до себе, власного здоров'я, широкого природного і соціального довкілля, *завершальний* як закріплення отриманих знань і навичок самоспостереження, самодіагностики, саморегуляції та саморекреації.

Завдяки формувально-корекційним впливам як задіяння комплексу тренінгових заходів, спрямованих на попередження й нейтралізацію синдрому емоційного вигорання, відбулися істотні зрушення у бік зменшення його негативної дії. Внаслідок успішної участі депривованих дітей у тренінгу вдалося понизити рівень інтенсивності і сили синдрому психоемоційного вигорання. Такі позитивні результати стали можливими завдяки єдності психопрофілактичної та психокорекційної діяльності щодо запобігання негативного впливу психоемоційного вигорання на депривованих підлітків, зокрема за допомогою оптимізації просоціальної мотивації розвитку індивідуальних рис упевненості, ініціативності, цілеспрямованості, креативності, працьовитості, дисциплінованості; уміння знаходити компромісні рішення, передбачати, планувати, аналізувати, бути готовим до змін, володіти стресостійкістю та адекватністю застосування механізмів психозахисту; вдосконалювати комунікативно-перцептивні навички, стилі гнучкого й плідного міжособистісного спілкування; проголошення оптимістичного ресоціалізаційного кредо, що сприяє процесам самоактуалізації депривованих підлітків. Перспективи дослідження вбачаємо у відстеженні вікової динаміки, проведенні крос-культурних порівняльних зрізів психоемоційних станів у депривованих осіб.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ:

1. Брецько І.І. Теоретичний аналіз феномену депривації в контексті ускладненого сімейного спілкування / І.І. Брецько // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. – Т. XII. част. 6. – К., 2010. – С. 40-48
2. Брецько І.І. Психоемоційне вигорання особистості : теоретико-методологічні аспекти / І.І. Брецько // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Т. X. : Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 16. – К., 2010. – С. 70-79.
3. Брецько І.І. Психологічна симптоматика емоційного вигорання особистості / І.І. Брецько // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Випуск 12. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2011. – С. 110-119.
4. Брецько І.І. Депривація сімейного спілкування як основний негативний чинник психоемоційного вигорання підлітків / І.І. Брецько // Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. – Т. XIII, част. 2. – К., 2011. – С. 24-32.
5. Брецько І.І. Порівняльна характеристика особливостей психоемоційного вигорання підлітків зі школи-інтернату та загальноосвітньої школи : результати факторного аналізу / І.І. Брецько // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 26. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. – С. 55-68.
6. Брецько І.І. Психологічні засади нейтралізації психоемоційного вигорання особистості депривованого підлітка / І.І. Брецько // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, II (14), Issue: 27, 2014. – Р. 83-87.
7. Брецько І.І. Соціально-психологічні особливості емоційного вигорання партнерів в умовах дестабілізації шлюбу / І.І. Брецько // Молодіжна політика: проблеми та перспективи: збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету ім. І. Франка / за ред. С.А. Щудло. – Дрогобич, 2010. – С. 426-430.
8. Брецько І.І. Психологічна симптоматика емоційного вигорання особистості // І.І. Брецько // Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2011. – С. 30-33.
9. Брецько І.І. Сімейна депривація та дефіцит спілкування як негативний чинник психоемоційного виснаження особистості / Брецько І.І. // II міжнародна науково-практична конференція «Гене́за буття особистості» (19 – 20 грудня 2011 року). – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2011. – Том 1. – С. 117-120

10. Брецько І.І. Врахування феномену психоемоційного вигорання вчителів і дітей у системі інклюзивної освіти / І.І. Брецько // Психолого-педагогічні основи інклюзивної освіти : проблеми, здобутки, перспективи.// за заг. ред. Я.О. Гошовського. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2011. – С. 125-130.
11. Брецько І.І. Психоемоційне вигорання підлітків в умовах депривації (результати факторного аналізу) / І.І. Брецько // Актуальні проблеми сучасної психології : збірник наукових статей; [гол.ред. Ж. П. Вірна]. – Луцьк : Вежа-Друк, 2013. – С.106-113.
12. Брецько І.І. Емпіричні кореляції психоемоційного вигорання депривованих підлітків / І.І. Брецько // Актуальні питання психологічної науки : Альманах студентського товариства. – Випуск 7. – Рівне : РДГУ, 2013. – С. 26-28.

АНОТАЦІЇ

Брецько І.І. Особливості психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Київський університет імені Бориса Грінченка, Київ, 2015.

Дисертація присвячена дослідженню психологічних особливостей емоційного вигорання підлітків в умовах сімейної депривації. У роботі проаналізовано основні наукові підходи до проблеми психоемоційного вигорання особистості в ситуації різновидових обмежень. Розкрито сутнісні ознаки психоемоційного вигорання в контексті специфіки особистісного розвитку депривованого підлітка. Висвітлено результати порівняльного аналізу специфіки психоемоційного вигорання підлітків за критеріями: «стать», «вік (у межах внутрішньопідліткової популяції)» та «тип сімейної депривації».

Емпірично досліджено і здійснено порівняльну характеристику особливостей емоційного вигорання підлітків зі школи-інтернату та загальноосвітньої школи. Розроблено генетично-психологічну програму профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками для подолання наслідків їхнього емоційного вигорання.

Ключові слова: підлітки, депривація, особливості психоемоційного вигорання, сімейна депривація, психоемоційне вигорання, генетично-психологічна програма профілактично-корекційної роботи з депривованими підлітками із симптомами психоемоційного вигорання.

Брецько И.И. Особенности психоэмоционального выгорания подростков в условиях семейной депривации. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание научной степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Киевский университет имени Бориса Гринченко, Киев, 2015.

Диссертация посвящена исследованию психологических особенностей эмоционального выгорания подростков в условиях семейной депривации. В работе проанализированы основные научные подходы к проблеме психоэмоционального выгорания личности в ситуации разнотипных ограничений. Раскрыты сущностные

признаки психоэмоционального выгорания в контексте специфики личностного развития депривированного подростка.

Проведено эмпирическое исследование проблемы, в частности качественная интерпретация показателей факторного анализа дала основания для выделения основных структурно-функциональных особенностей эмоционального выгорания подростков в условиях семейной депривации. Анализ смыслового наполнения четырех основных факторов (подростки из школы-интерната: F1 «подавленно защитная агрессия», F2 «коммуникативно беспомощная невротизация», F3 «альтруистически недоверчивая тревожность», F4 «эмоционально самооценочная тревожность»; подростки из общеобразовательной школы: F1 «гедонистически коммуникативное одиночество», F2 «пугливости невротическая тревожность», F3 «коммуникативно подавленная тревожность», F4 «гностически эмоциональное недоверие») свидетельствует о высоком общем фоне психоэмоционального выгорания подростков, особенно, воспитывающихся в условиях разнородных ограничений для развития, в частности лишенных родительских любви и попечительства.

Осуществлена сравнительная характеристика специфики проявления эмоционального выгорания у подростков из школы-интерната и общеобразовательной школы. Отражены результаты сравнительного анализа специфики психоэмоционального выгорания подростков по критериям: «пол», «возраст (в пределах внутриподростковой популяции)» и «тип семейной депривации». Результаты сравнительного анализа удостоверяют специфичность функционирования психоэмоциональной сферы у депривированных детей, что объясняется в первую очередь детерминирующим влиянием лишения реального полноценного семейного взаимодействия, любви и попечительства. Воспитанники школы-интерната сравнительно с ровесниками из обычных семей продемонстрировали значительно высший уровень разбалансированности аффективной сферы, что проявилось в первую очередь на уровне высокой разномодальной тревожности, завышенной невротизации, обостренного эмоционального напряжения, чрезмерного субъективного переживания одиночества, неадекватного самооценивания собственных эмоциональных психических состояний и других депрессивных и девиантных тенденций.

Благодаря задействованию комплекса тренинговых мероприятий, направленных на предупреждение и нейтрализацию синдрома эмоционального выгорания, произошли существенные сдвиги в сторону уменьшения его негативного действия. В результате успешного участия депривированных детей в тренинге удалось снизить уровень интенсивности и силы синдрома психоэмоционального выгорания. Такие позитивные результаты стали возможными благодаря оптимизации в депривированных детей просоциальной мотивации развития индивидуальных черт уверенности, инициативности, целенаправленности, креативности, трудолюбия, дисциплинированности; умение находить компромиссные решения, предусматривать, планировать, анализировать, быть готовым к изменениям, владеть стрессостойкостью и адекватностью применения механизмов психозащиты.

Полученные результаты формирующего эксперимента подтверждают, что применение разработанной генетически-психологической программы профилактически-

коррекционной работы с депривированными подростками в целом оказало позитивное влияние на снижение психоэмоционального выгорания детей, воспитывающихся в интернатном заведении.

Ключевые слова: подростки, депривация, особенности психоэмоционального выгорания, семейная депривация, психоэмоциональное выгорание, генетически-психологическая программа профилактически-коррекционной работы с депривированными подростками с симптомами психоэмоционального выгорания.

Bretsko I.I. Features of the psychological emotional burnout of teenagers in the conditions of family deprivation. – Manuscript.

Dissertation on the obtaining of the candidate's degree in psychological sciences on speciality 19.00.07 – Pedagogical and Developmental psychology. – Kyiv Boris Hrinchenko University, Kyiv, 2015.

Dissertation is dedicated to research of psychological features of the emotional burnout of teenagers in the conditions of family deprivation. Basic scientific approaches to the problem of the psychological emotional burnout of personality in the situation of different limitations have been analysed. The essence signs of the psychological emotional burnout in the context of specific of personality development of deprived teenager have been exposed. The results of comparative analysis of specificity of psychological emotional burnout of teenagers on criterion: «sex», «age (within the limits of internal juvenile population)» and «type of family deprivation» have been reflected.

Empirical studies and comparative characteristics features of emotional burnout of teenagers from boarding schools and secondary schools have been carried out. The genetic psychological program of prevention and correction work with deprived teenagers for overcoming of consequences of their emotional burnout has been worked out .

Key words: teenagers, deprivation, features of the psychological emotional burnout, family deprivation, psychological emotional burnout, genetic psychological program of prevention and correction work with deprived teenagers with the symptoms of the psychological emotional burnout.