



Закон України «Про ринок електричної енергії», № 2019-VIII. (2017, 13 квітня). *Верховна Рада України*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2019-19#Text>

Закон України «Про альтернативні джерела енергії», № 555-IV. (2003). *Верховна Рада України*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/555-15#Text>

Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо сприяння виробництву та використанню біологічних видів палива», № 1391-VI. (2009, 21 травня). *Верховна Рада України*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1391-17#Text>

Закон України «Про енергетичну ефективність будівель», № 2118-VIII. (2017, 22 червня). *Верховна Рада України*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2118-19#Text>

Енергетичний хаб Європи: Україна схвалила енергетичну стратегію до 2050 року. (n.d.). *Green Transform*. <https://greentransform.org.ua/ukrayina-shvalyla-energetychnu-strategiyu-do-2050-roku/?print-posts=pdf>

МОН інтегрує тему енергоефективності в шкільну програму. (n.d.). *Міністерство освіти і науки України*. <https://mon.gov.ua/news/mon-intehruie-temu-enerhoefektyvnosti-v-shkilnu-prohamu>

— 90 —

УДК 377.991.12:159-051]:[159.944.4-027.561]

ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНИХ ДЕФОРМАЦІЙ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

Оксана Лапа,

кандидат педагогічних наук, старший
дослідник, докторантка Інституту
професійної освіти НАПН України,
<https://orcid.org/0000-0002-0964-7674>
e-mail: oksana.lapa@ukr.net

Анотація. Стаття присвячено розгляду діяльності практичних психологів закладів професійної (професійно-технічної освіти) на

сучасному етапі. Особливості діяльності практичних психологів у воєнний час передбачають багато професійних і особистісних викликів. Урахування особливостей професійної діяльності практичних психологів закладів П(ПТ)О, знання причин, рівнів та наслідків професійної деформації цих фахівців забезпечить успішну її профілактику. Найбільш ефективною умовою організації профілактики професійних деформацій є застосування комплексного підходу.

Ключові слова: профілактика професійних деформацій, практичні психологи, професійна діяльність практичних психологів закладів професійної (професійно-технічної освіти), заклади професійної (професійно-технічної освіти), професійна культура.

PREVENTION OF PROFESSIONAL DEFORMATIONS OF PRACTICAL PSYCHOLOGISTS OF VOCATIONAL (VOCATIONAL-TECHNICAL) EDUCATION INSTITUTIONS

Oksana Lapa,

*Candidate of Pedagogical Sciences, Senior
Researcher, Doctoral Student of the Institute of
Vocational Education of the NAES of Ukraine*

Abstract. The article is devoted to the consideration of practical psychologists of professional (vocational education) at the present stage. The peculiarities of practical psychologists in wartime involve many professional and personal challenges. Taking into account the peculiarities of professional activity of practical psychologists of institutions of professional (vocational education), knowledge of the causes, levels and consequences of professional deformation of these specialists will ensure its successful prevention. The most effective condition for the organization of prevention of professional deformation is the use of a comprehensive approach.

Keywords: prevention of professional deformations, practical psychologists, professional activity of practical psychologists of professional institutions (vocational education), institutions of vocational (vocational education), professional culture.

Повномасштабна російська агресія на території суверенної України поставила систему професійної (професійно-технічної) освіти (далі – П(ПТ)О) перед низкою серйозних викликів, які потребують



негайного вирішення. Основними проблеми, з якими зіткнулися заклади П(ПТ)О під час війни, є фізичні руйнування або пошкодження навчальних закладів; організація безпечного навчання; внутрішня і зовнішня міграція здобувачів освіти і педагогів (Лапа О., 2023, 2024). Багато освітніх закладів змушені перейти на дистанційне навчання. Це виявило проблеми технічного забезпечення навчання, доступу до інтернету, підвищення цифрової грамотності учасників освітнього процесу (Мигаль, 2023). Отже, є потреба у швидкій адаптації освітнього процесу до нових умов. Окрім цього, війна негативно впливає на ментальне здоров'я здобувачів освіти і педагогів, знижує когнітивні функції та мотивацію до навчання і професійної діяльності. Практичні психологи, які працюють у закладах професійної (професійно-технічної) освіти, виконують професійні обов'язки в умовах високого емоційного навантаження, постійного контакту з проблемами здобувачів освіти і педагогічного колективу. У багатьох випадках практичним психологам доводиться здійснювати додаткову діяльність, пов'язану з волонтерською роботою, соціально-психологічною підтримкою деяких категорій громадян (внутрішньо переміщених осіб, членів сімей військовослужбовців ЗСУ та ін.).

Це може призводити до професійного вигорання вищезгаданих спеціалістів, а з часом до появи у них професійних деформацій. Феномен професійної деформації представників професій типу «людина-людина» досліджували вітчизняні вчені Ю. Александрова, Н. Афанасьєва, Н. Берегова, Ю. Бідило, О. Повстюк, Н. Циба, водночас розкриття питань виникнення та профілактики вищезгаданого феномену у практичних психологів закладів П(ПТ)О потребує подальшого детального розгляду.

Успішна профілактика професійних деформацій практичних психологів закладів П(ПТ)О можлива лише за повного розуміння особливостей їх професійної діяльності. Основними професійними проблемами цієї діяльності є наступні причини.

1. Збільшення в закладах П(ПТ)О як здобувачів освіти, так і педагогічних працівників з психоемоційними розладами і порушеннями.

Велика кількість учасників освітнього процесу пережили евакуацію, втрату батьків, друзів, житла, що призводить до ПТСР, депресії, тривожних, соціальних розладів та інших проблем. У них можуть спостерігатися панічні атаки, агресія та емоційні зриви під час навчального процесу. Окрім цього, проявляються погіршення когнітивних функцій (пам'яті, уваги, мислення та ін.). Практичний

психолог в силу об'єктивних і суб'єктивних причин не завжди має достатньо навичок та інструментів для роботи з травмованими підлітками і дорослими, а професійне навантаження не дозволяє приділити кожному необхідну увагу.

2. Професійне перенавантаження через збільшення обсягу роботи.

Окрім здобувачів освіти, практичні психологи здійснюють супровід педагогічних працівників, адміністрації, батьків/опікунів, періодично займаються психологічною допомогою внутрішньо переміщеним особам на волонтерських засадах. Лівову частку робочого часу фахівець вимушений займатися кризовим консультуванням. Отже, особливістю сучасної професійної діяльності практичних психологів є відсутність чітких обов'язків через нестандартні ситуації, що приводить до постійної втоми, втрати мотивації та емоційного виснаження.

3. Відсутність належної підтримки професійної діяльності.

Обов'язковою умовою успішної професійної діяльності практичного психолога в умовах війни є збільшення кількості і якості сторонньої допомоги фахівцям. Наразі маємо часту відсутність супервізій та підтримки від колег, і, як наслідок, брак ресурсів для особистісного відновлення практичного психолога. Без професійної підтримки зростає ризик вигорання та розвитку професійних деформацій у вищезазначених фахівців.

Ми погоджуємося з думкою українських вчених О. Кудерміної, Л. Захаренко, Д. Мацібори (2021), які під поняттям *професійної деформації* розуміють психологічно деструктивні зміни якостей і властивостей особистості (характеру, ціннісних орієнтацій, мислення, спілкування і поведінки), поява яких обумовлена впливом здійснення професійної діяльності.

Причини появи професійної деформації можуть бути різноманітними. Загалом можна визначити три групи причин професійної деформації практичних психологів закладів професійної (професійно-технічної) освіти.

1. Перша група: асоціативні причини. Передумовами для професійної деформації в цьому випадку є занадто тісна асоціація людини зі своєю професійною роллю або зі своєю професійною спільнотою. Тобто, у силу ряду обставин (як зовнішніх, так і внутрішніх), людина повністю ідентифікує себе з певною професією, не залишаючи місця особистому життю чи власним інтересам.



2. Друга група: *безпосередньо професійна діяльність*. У силу соціальних обставин (військові дії, професійна необхідність, волонтерство та ін.) виконання професійних обов'язків вимагає від практичних психологів частого прояву специфічних якостей особистості або певного типу поведінки. Таким чином, це негативно відбивається на особистісному прояві практичного психолога у звичайних побутових обставинах – тобто, за інерцією, людина завжди поводить себе так, ніби знаходиться при виконанні професійних обов'язків.

3. Третя група: *психофізіологічні характеристики особистості практичного психолога*. У силу власних фізичних, ментальних, соціальних особливостей кожен практичний психолог має певний поріг тиску професійних обставин, після переходу якого наступають негативні зміни особистості, пов'язані з професійною діяльністю, які і будуть складати професійну деформацію цього фахівця.

Вчені сходяться на думці, що професійні деформації практичних психологів можуть виявлятися на кількох рівнях.

1. Когнітивний рівень (мислення та сприйняття.)

Цей рівень пов'язаний зі змінами у способі сприйняття інформації та аналізу ситуацій. Як приклад, можемо навести наступні ситуації з професійної діяльності практичного психолога. Приклади:

- оцінка оточуючих осіб крізь призму психологічних теорій, навіть у побутових ситуаціях;
- підміна об'єктивного сприйняття світу професійними схемами, як от: «Якщо людина не дивиться співрозмовнику в очі – вона говорить неправду»;
- спрощення або, навпаки, надмірне ускладнення пояснень поведінки оточуючих.

2. Емоційний рівень (емоційне виснаження, емпатійна втома).

Практичні психологи закладів П(ПТ)О в умовах війни надзвичайно часто працюють з емоційно важкими ситуаціями, що може призводити до зниження емоційної чутливості або, навпаки, до надмірного співпереживання.

Це приводить до:

- втрати емоційного контакту в особистому житті фахівця (наприклад, відсутності реакції психолог на переживання близьких і рідних, бо «вже чув/чула таке тисячі разів»);
- надмірного занурення у проблеми клієнтів, що шкодить особистому здоров'ю практичного психолога;

– емоційного вигорання, яке є небезпечним як для клієнтів (ризик отримання неякісної допомоги), так і для фахівця (втрата ментального і фізичного здоров'я).

Згідно з дослідженням Малишевої К. (2003), емоційне вигорання практикуючих психологів є поширеним наслідком хронічного емоційного навантаження.

3. Поведінковий рівень.

У практичних психологів проявляються певні зміни у спілкуванні з оточуючими, виборі стилю взаємодії та навіть у побутових звичках. Це виразно помітно у звичайному побутовому спілкуванні через фрази, які містять суто професійну лексику, наприклад: «закрити свій гештальт», «класичний механізм заміщення» тощо. Також можливі прояви нав'язування оточуючим психологічної допомоги без запиту, формальне або навіть зверхнє ставлення до клієнтів: «Я вже знаю, що зараз буде сказано».

4. Морально-етичний рівень (зміни у цінностях).

Цей рівень проявляється через зміни у професійних та особистих цінностях, що можуть призвести не тільки до порушення етичних норм, але й до викривленого розвитку професійної культури практичних психологів. Маркерами негативних морально-етичних деформацій може бути:

- використання психологічних маніпуляційних технік у власних інтересах;
- цинічне ставлення до людських проблем («Зараз у всіх однакові травми – нічого нового, бо війна»);
- порушення конфіденційності через професійну звичку аналізувати людей вголос (якщо це відбувається у присутності сторонніх).

Згідно з Етичним кодексом психолога, професійна діяльність за будь-яких умов і обставин вимагає дотримання конфіденційності та поваги до клієнта, але професійна деформація може призводити до нехтування цими принципами. З іншого боку, погоджуємося з висновками І. Хоржевської (2009), яка у своїх дослідженнях акцентує увагу на професійній деформації фахівця як відчуженні від власного «Я» на користь професійної ролі, що призводить до змін у його поведінці та сприйнятті світу.

Таким чином, розуміння, вчасне виявлення, профілактика професійної деформації є важливими для підтримки ефективності та психологічного благополуччя практичних психологів закладів П(ПТ)О.



Ми погоджуємося з думкою зарубіжних науковців (Maslach & Leiter, 2016; Schaufeli et al., 2009) які стверджують, що профілактика професійної деформації вимагає комплексного підходу.

Отже, основні напрями профілактики професійної деформації практичних психологів закладів П(ПТ)О повинні включати наступне.

1. Розвиток емоційної стійкості.

Основними методами можуть бути:

- розвиток навичок психоемоційної саморегуляції практичних психологів: практикування дихальних технік та релаксаційних методів (наприклад, прогресивної м'язової релаксації Джейкобсона), які сприяють фізіологічному розслабленню;

- медитація та усвідомленість (mindfulness) знижують рівень тривожності та допомагають розвивати здатність до рефлексії.

За можливості велику користь можуть принести психотерапевтичні сесії.

2. Супервізія та взаємопідтримка у фаховому середовищі.

Супервізія є критично важливим компонентом розвитку професійної культури практичного психолога, адже регулярні супервізійні зустрічі допомагають осмислювати складні випадки, зменшують ризик емоційного вигорання, виникнення професійних деформацій. Взаємопідтримка у професійному середовищі зміцнює соціальні зв'язки та формує культуру психологічного благополуччя.

3. Постійний професійний розвиток.

Наукові дослідження підтверджують, що безперервна освіта сприяє професійному зростанню та запобігає рутинізації праці (Kolb, 2015). Ефективними методами профілактики професійних деформацій фахівців може бути участь у конференціях та тренінгах (за професійними чи особистісними інтересами), адже оволодіння новими методиками та інструментарієм сприяє підвищенню ефективності роботи, знижує рівень професійної фрустрації.

4. Збереження балансу між роботою та особистим життям.

Порушення балансу між роботою та особистим життям є однією з основних причин емоційного вигорання практичних психологів закладів П(ПТ)О. Методами запобігання є: тайм-менеджмент професійної діяльності; хобі та соціальної активності (сприяють збереженню особистісної автентичності); фізична активність (позитивно впливає на рівень особистої енергії та стресостійкість).

5. Ефективний освітній менеджмент.

Ефективне управління освітнім закладом відіграє ключову роль у зменшенні професійних деформацій. Методи його реалізації:

- оптимізація робочого навантаження (запобігає емоційному виснаженню);
- зменшення бюрократичного тиску дозволяє практичним психологам зосередитися на роботі з клієнтами;
- створення психологічно безпечного робочого середовища (сприяє професійному самовираженню та комфорту на робочому місці).

Урахування особливостей професійної діяльності практичних психологів закладів П(ПТ)О, знання причин, рівнів та наслідків професійної деформації цих фахівців забезпечить успішну її профілактику. Найбільш ефективною умовою цієї профілактики є застосування комплексного підходу у її реалізації. Комплексний підхід, що включає розвиток емоційної стійкості, професійний розвиток, супервізію, підтримку балансу між роботою та життям, організаційні заходи, дозволяє мінімізувати ризики професійних деформацій та сприяє довготривалій продуктивності практичних психологів закладів П(ПТ)О. Також профілактика професійних деформацій є необхідною умовою збереження ефективності та психологічного благополуччя вищезгаданих фахівців.

Список посилань

Александров, Ю. В. (2004). *Професійна деформація працівників органів внутрішніх справ і шляхи її корекції* (Автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06). Харків.

Афанасьєва, Н. Є., & Бідило, Ю. В. (2013). Детермінанти виникнення та розвитку професійної деформації у працівників аварійно-рятувальних підрозділів ДСНС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології: збірник наукових праць*, (14, Ч. IV), 17–25. Харків: Національний університет цивільного захисту України.

Лапа, О. В. (2023). Запобігання професійному вигоранню педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти у воєнний час. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 5(2), 1–5.

Лапа, О. В. (2024). Проблеми розбудови системи психологічної допомоги у закладах професійної (професійно-технічної) освіти. *Інноваційна професійна освіта. Професійна освіта в умовах сталого розвитку суспільства: монографія*, 6(19), 656–661.



Малишева, К. О. (2003). *Синдром емоційного вигорання психолога-консультанта: психологічні чинники, профілактика та корекція* (Автореф. дис. ... канд. психол. наук). Київ.

Мигаль, М. (2023). Освіта в умовах війни: виклики та перспективи для України. *Інститут аналітики та адвокації*. <https://iaa.org.ua/articles/education-in-times-of-war-challenges-and-prospects-for-ukraine/>

Хоржевська, І. (2009). Особистісні зміни фахівця як наслідок професійної деформації. *Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського*.

<http://dspace.nbuv.gov.ua/bitstream/handle/123456789/26596/28-Khorjevskaja.pdf?sequence=1>

Циба, Н. В. (2010). Професійне самовизначення та феномен професійної деформації психологів. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*, (2), 145–149.

Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204–220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>

Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development* (2nd ed.). Pearson FT Press.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout: The cost of caring*. Cambridge, MA: Malor Books. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.45.2.197>

— 20 —

УДК 37.091.12:504:614.253

РОЛЬ ЕКОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО МЕДИЧНОГО ПРАЦІВНИКА

Іван Пасічник,
аспірант Інституту професійної освіти
НАПН України,
<https://orcid.org/0009-0005-0284-8720>
e-mail: binet2008@gmail.com

Анотація. У статті розглядається значення екологічної культури в структурі особистості майбутнього медичного працівника. Автор