

abroad are unification and centralization; course nature (training in courses of different duration with a focus on customer needs); constant immersion of learners in a foreign language environment; individualization and differentiation; active use of the latest techniques and technologies. Studying the experience of foreign language training in the armed forces of the United States and Great Britain as well as Baltic States will give an opportunity to improve foreign language training of personnel of the Armed Forces of Ukraine in order to achieve interoperability with personnel of NATO and other international security organizations.

Key words: *professional training, professional foreign language training of officers, language training, foreign experience, system of standards STANAG 6001, multicultural personality, language tests, NATO Office for International Language Coordination.*

УДК 159.9.072:37.06

Наталія Кіцера

Івано-Франківський національний медичний університет¹

ДУ «Інститут спадкової патології НАМН України», м. Львів²

ORCID ID 0000-0002-6617-9336

DOI 10.24139/2312-5993/2021.05/144-155

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ МЕДИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ: ПРИЧИНИ, СИМПТОМИ, НАСЛІДКИ, МЕТОДИ ПОДОЛАННЯ

Мета статті полягала в дослідженні основних причин, симптомів та наслідків феномену емоційного вигорання викладачів медичних університетів, окреслення основних шляхів подолання емоційного вигорання. Науково-теоретичну та методичну основу дослідження склали наукові праці та публікації вчених, матеріали наукових конференцій щодо проблеми емоційного вигорання. Розроблена схема причинно-наслідкових зв'язків проблеми емоційного вигорання викладачів медичних спеціальностей. Запропоновано шляхи подолання емоційного вигорання викладів медичних закладів освіти.

Ключові слова: *емоційне вигорання, симптоми, викладачі медичних спеціальностей, стрес, пандемія COVID-19, деперсоналізація, виснаженість, редукція професійних досягнень.*

Постановка проблеми. Глобальне поширення світової пандемії COVID-19 призвело до різноманітних наслідків, які вплинули та продовжують впливати на загальний стан здоров'я людей, у тому числі на психоемоційний стан. Через цю небезпечну для здоров'я та життя хворобу весь світ з початку 2020 року зазнав різних обмежень. Дуже багато людей по всьому світу відчували і продовжують відчувати психологічне та фізичне виснаження, у тому числі через те, що не можуть вийти з дому на роботу.

З одного боку, сам вірус створює ситуації, за яких додатково до симптомів захворювання ще виникають такі емоції, як страх, занепокоєння, паніка, тривожність або депресія, які дедалі частіше з'являються серед різного населення світу. В останніх дослідженнях про психологічний вплив цієї пандемічної хвороби було виявлено збільшення рівня депресії, стресу та тривожності, пов'язаних із порушенням сну. З іншого боку, – соціальна

ситуація змінилася внаслідок поширення захворюваності й подальшого карантину, а також через заходи щодо спільного перебування в громадських місцях, удома поруч із інфікованими особами тощо. Крім того, це було зумовлено превентивними заходами, що застосовувалися урядами різних держав, такими як карантинні обмеження чи локдаун.

Більше того, люди в усьому світі опинилися перед новими професійними проблемами: деякі з них повністю припинили свою роботу, зіштовхнулися з певною невизначеністю, інші виявили, що їх робочий час збільшився.

У ситуації, що склалася, починаючи з 2020 року, національні уряди в усьому світі щодня вживають нових заходів обережності та реагування, щоб стримати поширення пандемії COVID-19 та вирішити цю кризу, установивши певні карантинні обмеження чи локдаун, надають поради щодо соціального дистанціювання та дотримання різних заходів, таких як тимчасове закриття закладів освіти. Ці глобальні закриття торкнулися понад 60 % світового населення, а в низці країн запроваджене локальне закриття вплинуло на мільйони учнів та студентів (*UNESCO, 2020a*). У таких раптових умовах викладачі відчують розгубленість і стрес, оскільки вони часто не впевнені у виконанні своїх обов'язків та в тому, як підтримувати зв'язки зі студентами для надання якісних освітніх послуг. Перехід на платформи дистанційного навчання потребує додаткового навантаження на викладача.

Великі зміни в житті студентів та викладачів у всьому світі, спричинені COVID-19, дали суспільству можливість перевірити його здатність адаптуватися до раптових стресових ситуацій, коли люди були залучені до нових завдань та ситуацій у професійному середовищі.

Аналіз актуальних досліджень. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ, 2020) визначає емоційне вигорання як синдром унаслідок хронічного професійного стресу, з яким не вдалося впоратися. Симптомами цього синдрому є: 1) почуття виснаження, втоми; 2) відчуття цинізму й негативу, підвищена ментальна віддаленість від роботи; 3) зниження професійної ефективності.

Проблема емоційного вигорання набула офіційного визнання як синдром з медичної точки зору в 1974 році. Х. Фрунденбергер охарактеризував його як певне фізичне та психічне виснаження, що поєднано з відчуттям власної непотрібності. На даний час зазначена проблема набула великої поширеності й актуальності з огляду на світову пандемію COVID-19. Синдром емоційного вигорання виникає в основному для таких професій, які належать до типу «людина – людина», що включають також викладачів

закладів вищої освіти. Рівень емоційного вигорання є одним із індикаторів оцінювання впливу професійного стресу на працівника.

Використовують термін емоційного вигорання під час характеристики психологічного стану здорової людини з відчуттям емоційної спустошеності та втоми, що знаходиться при виконанні своїх професійних обов'язків у взаємодії з людьми в емоційно напруженій атмосфері. При цьому особа, яка має симптоми емоційного вигорання, має низьку самооцінку, негативне ставлення до оточуючих та своєї роботи, яке в основному, виникає на основі стресу, викликаного спілкуванням із іншими. І в процесі цього відбувається поступова втрата фізичної, розумової та емоційної енергії.

Синдром емоційного вигорання внесений до Міжнародного класифікатора хвороб МКХ-10 як проблеми, пов'язані з труднощами управління своїм життям (Шевченко та Моспаненко, 2014).

Мета статті полягала в дослідженні основних причин, симптомів та наслідків феномену емоційного вигорання викладачів медичних університетів, окреслення основних шляхів подолання емоційного вигорання.

Методи дослідження. Науково-теоретичну та методичну основу дослідження склали наукові праці та публікації вчених, матеріали наукових конференцій щодо проблеми емоційного вигорання. Морфологічний аналіз для уточнення понятійно-категорійного апарату, табличний для наочного подання теоретичного і методичного матеріалу за досліджуваною проблемою, методи групування та систематизування для класифікації основних симптомів, причин і наслідків синдрому емоційного вигорання викладачів медичних спеціальностей.

Виклад основного матеріалу. Заклади вищої освіти зіштовхнулися з дуже великою кількістю викликів, щоб якісно проводити лекційні, лабораторні та семінарські заняття та іспити. Професорсько-викладацький склад медичних закладів вищої освіти в Україні був змушений перейти на дистанційне проведення навчальних дисциплін. Їм доводилося використовувати мобільні телефони, комп'ютери та ноутбуки впродовж тривалого часу, а це, у свою чергу, створює різні проблеми зі здоров'ям. Зокрема, цю проблему було висвітлено в дослідженні, яке мало на меті з'ясувати вплив онлайн-класів на фізичне та психологічне здоров'я викладачів (Kumari, 2020).

Згідно з дослідженням (Крючко та ін., 2021), емоційне вигорання відбувається не одномоментно, а поетапно. Кожному з етапів (напруження, резистенція, виснаження) характерні відповідні ознаки.

Погоджуємося з автором статті (Слободян, 2020), що феномен економічного вигорання можна описати як внутрішній баланс: коли ми

працюємо, то віддаємо й отримуємо одночасно енергію, вдячність, визнання, відчуття важливості роботи, співчуття та увагу. Працюючи довгий час, коли витрачаємо більше, ніж отримуємо, то працюємо «в мінус». Відтак, настає емоційне вигорання.

Вивчення літературних джерел за досліджуваною в роботі тематикою дозволило виокремити такі основні фактори, що викликають емоційне вигорання у викладачів медичних спеціальностей:

1) специфіка професійної діяльності (умови праці, робоче навантаження (обсяги аудиторного та позааудиторного навантаження), додаткові обов'язки на кафедрі, тривалість робочого дня, зміст роботи, складність їх проблем, глибина контакту з колегами, керівництвом та студентами, участь у прийнятті рішень, наявність зворотного зв'язку;

2) особисті характеристики викладача (вік, стать, рівень освіти, сімейний стан, проблеми в родині, стаж роботи тощо).

Основними джерелами емоційного вигорання у викладачів медичних закладів освіти є організаційні чинники (багато службових обов'язків, відсутність кар'єрного зростання), ситуаційні загальні чинники (недостатні знання, необхідність взаємодії зі складними студентами), специфічні (наявність конфліктних ситуацій з колегами, керівництвом, студентами, брак досвіду), особистісні чинники (наявність особистісної чи сімейної кризи, порушення режиму роботи та відпочинку, невідповідність розміру отриманої винагороди затраченим зусиллям).

Організація Об'єднаних Націй з питань освіти, науки та культури (*UNESCO, 2020b*) вже визначила наявність стресу серед викладачів через заходи, пов'язані з дистанційним навчанням, невизначеність їх тривалості та відсутність знайомства з он-лайн освітою. Неприємні емоції на роботі, пов'язані з виснаженням психологічних ресурсів, давно стали предметом частого обговорення серед працівників освітньої галузі (*Kim, Asbury, 2020*). Це відбувається в силу того, що довготривалий характер проблеми пандемії, спричиненої COVID-19 призвів до виснаження, створюючи менше впевненості у своїй здатності виконувати свою роботу викладачами та ускладнює управління поведінкою студентів (*Burić, Kim, 2020*).

Інші автори (*Ozamiz-Etxebarria et al., 2021*) досліджували за допомогою он-лайн опитування вплив стресу, тривоги та депресії за допомогою шкали DASS-21. Ними зроблено аргументований висновок про необхідність захисту психічного здоров'я викладачів з метою покращення як якості викладання, так і психічного здоров'я студентів.

Пандемія COVID-19, яка пришвидшила перехід від традиційних методів до он-лайн навчання, а відносини між викладачами та студентами змінилися, характеризувалися відсутністю прямого контакту, що мало наслідки для психічного здоров'я (Aperribai et al., 2020).

Зазначимо, що виникнення емоційного вигорання є різновекторними. Тож варто проаналізувати, що спричиняє емоційне вигорання у викладачів медичних спеціальностей. Основні причини, симптоми, синдроми, а також, наслідки емоційного вигорання в систематизованому вигляді за допомогою схеми причинно-наслідкових зв'язків представлено на рис. 1.

Розглянемо більш детально складові, вказані на рис. 1. Під редукцією професійних досягнень розуміють виникнення почуття некомпетентності та усвідомлення неуспішності у своїй професійній діяльності. До основних симптомів емоційного вигорання у викладачів медичних спеціальностей в розрізі трьох груп пропонується віднести такі:

1. Психофізичні симптоми:

- відчуття постійної хронічної втоми як зранку після прокидання, так і ввечері;
- відчуття емоційного виснаження;
- відчуття фізичного виснаження;
- зниження активності, відчуття слабості;
- частий біль голови;
- різке збільшення чи зменшення ваги;
- часткове чи повне безсоння;
- відчуття стану загальмованості, постійного бажання спати;
- зловживанням курінням, алкоголем чи іншими шкідливими звичками;
- відчуття задишки або порушення дихання під час будь-якого навантаження;
- погіршення слуху, зору;
- відчуття «вичерпання енергії»;
- почуття емоційного перенапруження;
- почуття безпорадності, безнадійності.

2. Соціально-психологічні симптоми:

- відчуття байдужості, депресії;
- підвищена дратівливість;
- постійне переживання негативних емоцій;
- наявність емоційних зривів;
- відчуття підвищеної тривожності та занепокоєності;

- відчуття гіпервідповідальності;
- відчуття страху, що щось «не вийде»;
- відчуття професійного дискомфорту;
- зниження досягнень особистості;
- збільшена ментальна віддаленість від своєї роботи;
- відсутність програми професійної перспективи.

3. Поведінкові симптоми:

- відчуття, що виконувати роботу, професійні обов'язки стає важче та складніше;
- бажання змінити свій робочий режим дня;
- бажання брати роботу додому, яку не виконуєш;
- відчуття зневіри, зниження ентузіазму щодо показників роботи та байдужість до результатів;
- низька моральна мотивація;
- невиконання різних завдань;
- дистанціювання від керівництва, колег і студентів;
- відсутність відчуття внутрішньої винагороди від роботи.

Щодо емоційного вигорання, то варто зазначити той факт, що в літературних джерелах зустрічаються різні підходи щодо його подолання.

Зокрема, фізична активність та фізичні вправи можуть допомогти пом'якшити наслідки нинішньої пандемії на психічне та фізичне здоров'я громадян у всьому світі. Настійно рекомендується бути фізично активними (Amatriain-Fernández et al., 2020), бо це може допомогти запобігти психологічним розладам або розладам настрою та покращення якості життя за рахунок зменшення негативних психосоціальних наслідків локдауну через пандемію COVID-19. Роль фізичної активності в загальному здоров'ї та самопочутті викладачів під час локдауну є дуже важливою, оскільки було встановлено, що ті викладачі, які виконують більше фізичних вправ, можуть запобігти проблем фізичного та психічного здоров'я.

Для підтримання високого рівня працездатності та вмотивованості з метою подолання проблеми емоційного вигорання, викладачі можуть (Білан та ін., 2021): організувати вдома зручне й комфортне робоче місце, ставити цілі, які поділяти на підцілі, розставляти правильні пріоритети та терміни виконання завдань, дотримуватися робочого дрес-коду, щоденно складати план роботи та контролювати його виконання. Корисним є узгодження з членами родини режиму тиші в робочі години, винагородження за виконане завдання чи досягнення цілі, підтримування

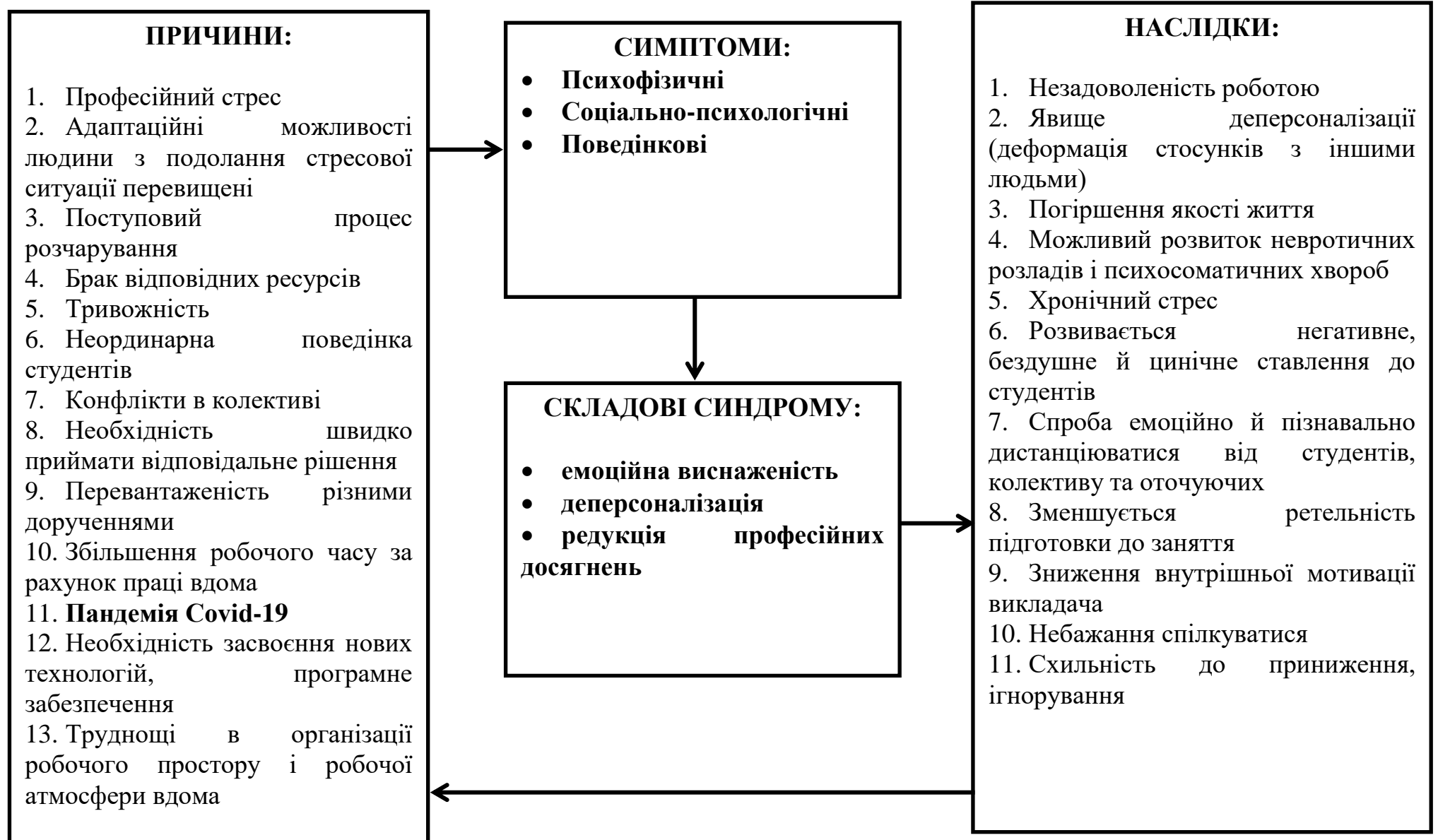


Рис. 1. Схема причинно-наслідкових зв'язків проблеми емоційного вигорання викладачів медичних спеціальностей

стану здоров'я в умовах вимушеної гіподинамії через систему правильного харчування, раціонального режиму праці і відпочинку (парк, сад, город, дача). Дуже важливо ділитися власним досвідом та набутими знаннями з колегами (Korzynski & Leona, 2013). Все це в комплексі допоможе зберегти хороші стосунки в колективі, стати профілактикою емоційного вигорання.

Керівництву університетів, інститутів, кафедр регулярно надавати професорсько-викладацькому складу зворотний зв'язок, дотримуватися етикету робочого графіку (надсилати листи тільки в робочий час), організувати можливості для віддаленої соціальної взаємодії (Larson et al., 2020).

Для зменшення рівня професійного емоційного вигорання викладачам медичних спеціальностей, необхідно проводити превентивні заходи (Васьковська, 2020):

1. Ідентифікувати ознаки емоційного вигорання.
2. Навчитися контролювати свій стан або за потреби звернутися до фахівців.
3. Не акцентуючи надмірної уваги на дрібних конфліктних ситуаціях, намагатися переключити увагу на іншу роботу.
4. Варто використовувати дихальні вправи.

Вивчення літературних джерел за досліджуваною в роботі проблемою (Клименко, 2020), дало змогу запропонувати такі шляхи подолання емоційного вигорання викладачів медичних закладів освіти:

1. Формування програми особистого та професійного розвитку.
2. Надання психологічної допомоги зі збереження психічного й емоційного здоров'я.
3. Відвідування семінарів щодо правильного планування часу й підвищення стресостійкості.
4. Участь у релаксаційних тренінгах з формуванням навичок подолання стресу.
5. Зміцнення внутрішніх ресурсів задля протистояння емоційному вигоранню.
6. Відвідування психотренінгів щодо набуття нових знань і освоєння технологій «подолання себе».
7. Уникання конфліктних ситуацій, зайвої відповідальності, чвар, невизначених обставин.
8. Підтримування фізіологічного рівня регуляції психофізичного стану (дотримання режиму відпочинку та сну, регулярне провітрювати

приміщення, збалансоване харчування, заняття спортом, танцями, процедури масажу, терапія кольором та ароматерапія).

9. Проведення дихальних вправ, що зменшує надлишкове збудження і нервову напругу.

10. Проведення водних процедур.

11. Підтримування емоційно-вольової регуляції психофізичного стану через позитивну дію гумору, музики, спілкування з рідними, близькими та друзями.

12. Заняття хобі чи улюбленою справою.

13. Перебування на природі для відновлення сил та енергії.

14. Спілкування з тваринами.

15. Проведення аутотренінгів з метою впливу на негативні емоції шляхом зняття напругу певної групи м'язів.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Криза охорони здоров'я, спричинена світовою епідемією, матиме довгострокові наслідки на населення, у тому числі на професорсько-викладацький склад закладів вищої освіти. Сучасні виклики вимагають переосмислення освітнього процесу, навчальних програм, методів оцінювання викладання та навчання, професійного розвитку викладачів. Щоб не працювати «в мінус» і поповнювати енергію, викладачам необхідно цікавитися новинками мистецтва, літератури, музики, дивитися театральні постановки, займатися волонтерством у різних галузях, проводити час на природі, захоплюватися різноманітними інтересами та хобі. Це сприятиме гармонізації внутрішніх мотивів та бажань із зовнішніми труднощами.

Дуже важливо мотивувати і стимулювати професійний розвиток викладачів медичних закладів освіти, матеріально й морально їх заохочувати преміями, подарунками до свят і пам'ятних дат тощо, забезпечувати визнання їх досягнень та успіхів, а також надавати емоційну підтримку, допомагати за потреби впоратися зі стресом.

ЛІТЕРАТУРА

Білан, О. А., Новикова, Л. Г., Марченко-Толста, К. С. (2021). Підвищення мотивації викладачів освітніх закладів в умовах віддаленої роботи. *Актуальні питання вищої медичної (фармацевтичної) освіти: виклики сьогодення та перспективи їх вирішення: матеріали XVIII Всеукр. наук.-практ. конф. в онлайн-режимі за допомогою системи Microsoft teams*, 65-67 (Bilan, O. A., Novikova, L. H., Marchenko-Tolsta, K. S. (2021). Increasing the motivation of teachers of educational institutions in the conditions of remote work. *Current issues of higher medical (pharmaceutical) education: current challenges and prospects for their solution: materials XVIII All-Ukrainian. scientific-practical conf. online using Microsoft teams*, 65-67).

- Васьковська, О. Л. (2020). Профілактика професійного вигорання у медичних працівників. *Актуальні проблеми методології вищої медичної (фармацевтичної) освіти: сучасні виклики та нові можливості: матеріали Всеукраїнської науковометодичної інтернет-конференції, присвяченої 90-річчю Черкаської медичної академії*, 278-280 (Vaskovska, O. L. (2020). Prevention of burnout in medical workers. *Actual problems of methodology of higher medical (pharmaceutical) education: modern challenges and new opportunities: materials of the All-Ukrainian scientific-methodological Internet conference dedicated to the 90th anniversary of Cherkasy Medical Academy*, 278-280).
- Клименко, С. М. (2020). Синдром професійного вигорання: як зберегти психоемоційне здоров'я викладача в умовах пандемії. *Актуальні проблеми методології вищої медичної (фармацевтичної) освіти: сучасні виклики та нові можливості: матеріали Всеукраїнської науковометодичної інтернет-конференції, присвяченої 90-річчю Черкаської медичної академії*, 178-182 (Klymenko, S. M. (2020). Burnout syndrome: how to maintain the psycho-emotional health of a teacher in a pandemic. *Actual problems of methodology of higher medical (pharmaceutical) education: modern challenges and new opportunities: materials of the All-Ukrainian scientific-methodological Internet conference dedicated to the 90th anniversary of Cherkasy Medical Academy*, 178-182).
- Крючко, Т. О., Кушнерева, Т. В., Коленко, І. О., Пода, О. А., Щербак, В. В. (2021). Формування емоційного самовигорання викладача закладу вищої медичної освіти й концепція його подолання. *Реалії, проблеми та перспективи вищої медичної освіти: матеріали навчально-наукової конференції з міжнародною участю*, 140-141 (Kriuchko, T. O., Kushnereva, T. V., Kolenko, I. O., Poda, O. A., Shcherbak, V. V. (2021). Formation of emotional self-burnout of the teacher of the institution of higher medical education and the concept of its overcoming. *Realities, problems and prospects of higher medical education: materials of educational and scientific conference with international participation*, 140-141).
- Слободян, Н. Є. (2020). Синдром емоційного вигорання у студентів ЧДМК. *Актуальні проблеми методології вищої медичної (фармацевтичної) освіти: сучасні виклики та нові можливості: матеріали Всеукраїнської науково-методичної інтернет-конференції, присвяченої 90-річчю Черкаської медичної академії*, 147-150 (Slobodian, N. E. (2020). Emotional burnout syndrome in students of ChDMK. *Actual problems of methodology of higher medical (pharmaceutical) education: modern challenges and new opportunities: materials of the All-Ukrainian scientific-methodological Internet conference dedicated to the 90th anniversary of Cherkasy Medical Academy*, 147-150).
- Шевченко, В. В., Моспаненко, І. П. (2014). Синдром емоційного вигорання працівників освіти. Збірник наукових праць. *Психологічні науки*, 2.13 (109), 252-257 (Shevchenko, V.V., Mospanenko, I.P. (2014). Emotional burnout syndrome of educators. *Collection of scientific works. Psychological Sciences*, 2.13 (109), 252-257).
- Amatriain-Fernández, S., Murillo-Rodríguez, E. S., Gronwald, T., Machado, S., Budde, H. (2020). Benefits of physical activity and physical exercise in the time of pandemic. *Psychol. Trauma Theory Res. Prac. Pol.*, 12, 264-266. Retrieved from: doi: 10.1037/tra0000643.
- Aperribai, L., Cortabarría, L., Aguirre, T., Verche, E., Borges, Á. (2020). Teacher's Physical Activity and Mental Health during Lockdown Due to the COVID-2019 Pandemic. *Front. Psychol.* Retrieved from: doi: 10.3389/fpsyg.2020.577886.

- Burić, I., Kim, L. E. (2020). *Teacher self-efficacy, instructional quality, and student motivational beliefs: An analysis using multilevel structural equation modeling. Learning Instruct.* Retrieved from: doi.10.1016/j.learninstruc.2019.101302.
- Kim, L. E., Asbury, K. (2020). 'Like a rug had been pulled from under you': The impact of COVID-19 on teachers in England during the first six weeks of the UK lockdown. *Br. J. Educ. Psychol.*, 90, 1062-1083. Retrieved from: doi.10.1111/bjep.12381.
- Korzynski, P., Leona, A. (2013). Employee motivation in new working environment. *International Journal of Approximate Reasoning*, 5, 184-188. Retrieved from: doi:10.7813/2075-4124.2013/5-5/B.28.
- Kumari A. (2020). Impact of online classes on psycho-physical health of teachers during lockdown. *International Journal of Indian Psychology*, 8(3), 1421-1427. Retrieved from: doi:10.25215/0803.148.
- Larson, B., Vroman, S. & Makarius, E. (2020). A guide to managing your (newly) remote workers. *Harvard Business Review*, 03(18). Retrieved from: <https://hbr.org/2020/03/a-guide-to-managing-your-newly-remote-workers>.
- Ozamiz-Etxebarria, N., Berasategi Santxo, N., Idoiaga Mondragon, N., Dosil Santamaría, M. (2021). The Psychological State of Teachers During the COVID-19 Crisis: The Challenge of Returning to Face-to-Face Teaching. *Frontiers in psychology*, 11. Retrieved from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.620718>.
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) (2020a). Adverse effects of school closures, 2020. Paris: UNESCO.
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) (2020b). Education: From Disruption to Recovery. Retrieved from: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>.
- World Health Organization (WHO) (2021). Retrieved from: <https://www.who.int>

РЕЗЮМЕ

Кицера Наталия. Эмоциональное выгорание преподавателей медицинских специальностей: причины, симптомы, последствия, методы преодоления.

Цель статьи заключалась в исследовании основных причин, симптомов и последствий феномена эмоционального выгорания преподавателей медицинских университетов, определение основных путей преодоления эмоционального выгорания. Научно-теоретическую и методическую основу исследования составили научные труды и публикации ученых, материалы научных конференций по проблеме эмоционального выгорания. Разработана схема причинно-следственных связей проблемы эмоционального выгорания преподавателей медицинских специальностей. Предложены пути преодоления эмоционального выгорания изложений медицинских учебных заведений.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, симптомы, преподаватели медицинских специальностей, стресс, пандемия COVID-19, деперсонализация, усталость, редукция профессиональных достижений.

SUMMARY

Kitsera Nataliia. Emotional burning out of teachers of medical specialties: causes, symptoms, consequences, methods of overcoming.

The global spread of the global COVID-19 pandemic has led to various consequences that have affected and continue to affect the general state of human health, including a psycho-emotional state. The article's purpose was to study the leading causes, symptoms, and consequences of the phenomenon of emotional burnout of medical university teachers to outline the main ways to overcome emotional burnout. The study's scientific and methodological bases were scientific papers and publications of scientists, materials of scientific conferences on the problem of emotional burnout. The scheme of causal relations of the problem of emotional

burnout of teachers of medical specialties is developed. Ways to overcome the emotional burnout of the statements of medical institutions are proposed. Higher education institutions have faced many challenges in conducting high-quality lectures, laboratory and seminar classes, and exams. The teaching staff of the medical institutions of higher education in Ukraine was forced to move to distance learning.

Study of literary sources on the research topic in work allowed identifying the main factors that cause emotional burnout in medical specialties teachers.

The primary sources of emotional burnout in teachers of medical institutions are organizational factors (many responsibilities, lack of career growth), general situational factors (insufficient knowledge, the need to interact with challenging students), specific (the presence of conflict situations with colleagues, administration, students, lack of experience), personal factors (presence of personal or family crisis, violation of the regime of work and rest, inconsistency of the amount of remuneration received with the effort). Note that the occurrence of emotional burnout is multi-vector. Therefore, it is worth analyzing what causes emotional burnout in teachers of medical specialties. The main causes, symptoms, syndromes, and consequences of the emotional burnout were presented as a causation scheme. Ways to overcome the emotional burnout of teachers of medical institutions are proposed. It is concluded that it is crucial to motivate and stimulate the professional development of medical institutions professional development, materially and morally encourage them with prizes, gifts for holidays and anniversaries, etc., to ensure recognition of their achievements and successes as providing emotional support.

Key words: *emotional burnout, symptoms, teachers of medical specialties, stress, pandemic COVID-19, depersonalization, exhaustion, reduction of professional achievements.*

УДК 37.011.3:372.461

Лариса Лисак

Донбаська національна академія будівництва і архітектури

ORCID ID 0000-0003-3029-0320

Віта Григор'єва

Донбаська національна академія будівництва і архітектури

ORCID ID 0000-0002-1909-9317

Тетяна Лисак

Відокремлений структурний підрозділ «Слов'янський фаховий коледж

Національного авіаційного університету»

ORCID ID 0000-0001-7449-0100

DOI 10.24139/2312-5993/2021.05/155-165

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СИСТЕМИ ФОРМУВАННЯ МОВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ

Метою цієї розвідки є аналіз теоретичного підґрунтя формування мовної професійної підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої технічної освіти й окреслення шляхів його вдосконалення. Використано такі методи дослідження: аналіз і узагальнення наукової літератури, систематизація й узагальнення отриманої інформації. У статті проаналізовано наукові праці, у яких акцентується увага на прийомах і методах удосконалення культури професійного мовлення майбутніх фахівців технічних спеціальностей. Проведений аналіз теоретичного підґрунтя дає поштовх для подальших лінгвометодичних досліджень, що