

2. Зливков В.Л. *Особистість у кризових ситуаціях: огляд сучасних психодіагностичних методик* / Н.О. Євдокимова, В.Л. Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. – Миколаїв: Іларіон, 2016. – 342 с.

3. Зливков В.Л. *Проблеми ідентичності у сучасній західній соціально-конструктивістській теорії дискурсу* / В.Л. Зливков, С.О. Лукомська *Науковий вісник Миколаївського державного університету ім. В.О. Сухомлинського*. – Т.2. – Вип. 9. – Миколаїв; МНУ ім. В.О. Сухомлинського, 2012. – С. 114–118

*Тези надіслані 18 лютого 2019 р.*

**Калин Романна Юріївна**

## **МЕТОДИ ПОДОЛАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ФІНАНСОВО-КРЕДИТНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ**

Одним із основних факторів особистого благополуччя людини є правильно підібране місце праці з урахуванням особистісних якостей, професійних знань умінь та навичок. Якщо в житті людини робота займає надто багато часу, часто супроводжується стресами та напругою, є можливість розвитку синдрому «емоційного вигорання».

В. В. Бойко вважає, що «емоційне вигорання», насамперед, – механізм психологічного захисту на психотравмуючий вплив, який виражається у відключенні емоцій, але можливе виникнення його дисфункції, яке негативно впливає, як на професійну діяльність, так і на особистість працівника [1].

Відомо, що синдром «емоційного вигорання» виникає у працівників комунікативних професій. Однією з таких є банківські працівники, стресовими факторами у роботі яких є постійне спілкування з клієнтами банку, необхідністю працювати з документами, коштами та комп'ютерними програмами. Роботу необхідно виконувати швидко та якісно. Це потребує високої концентрації уваги і швидкої реакції, крім того працівник повинен бути доброзичливим, усміхненим, розуміючим та уважним до побажань клієнта.

Робота в фінансово-кредитній організації негативно впливає та фізичне здоров'я працівників, так як банківський працівник повинен годинами сидіти за комп'ютером в офісі, де одночасно працюють декілька колег та присутній сторонній шум.

Ще одним стресовим фактором є швидкі зміни виконання банківських операцій, оновлення інструкцій, постійні тестування з метою підвищення кваліфікації, встановлені керівництвом, плани та висока конкурентність. Усі ці

фактори провокують синдром «емоційного вигорання», який у свою чергу характеризується різноманітними фізичними, емоційними, поведінковими і соціальними симптомами.

Всі ці симптоми негативно впливають не лише на благополуччя працівника фінансово-кредитної організації, але і на ефективність діяльності організації в цілому. Відтак керівництво банку має докладати зусиль для попередження, профілактику та «лікування» синдрому «емоційного вигорання». Саме від керівництва залежить чи буде розвиток «епідемії» емоційного вигорання серед працівників на підприємстві.

Керівники повинні правильно організувати робочий процес, чітко розподілити ролі у команді, робочий час та навантаження, а також розставити пріоритети між задачами. Робоче місце працівника повинно бути раціонально облаштоване, ергономічним, з природнім світлом, свіжим повітрям та ізольоване від стороннього шуму. Крім цього необхідно облаштувати місце для відпочинку та можливості пообідати. Керівник чи уповноважена особа має слідкувати за робочим розкладом, наполягати на 10-ти хвилинній перерві кожні дві години роботи та обов'язковою щорічною відпусткою і усувати трудоголізм у працівників організації. Важливо підтримувати колективний дух співробітників, забезпечувати психологічний комфорт в колективі, заохочувати створення неформальних стосунків, організовувати цікаві заходи та корпоративи.

Для великих організацій важливим є створення психологічної служби, яка б слідкувала за психологічним здоров'ям та благополуччям працівників і зокрема розвитком синдрому «емоційного вигорання» на підприємстві.

Існують різні форми групової роботи, однією з яких є супервізія, під поняттям якої розуміють надання професійної психологічної підтримки та допомоги, заохоченні до роботи, подолання професійних труднощів і зокрема запобігання стресу та емоційного вигорання. З метою вирішення робочої проблеми працівник запрошує своїх колег для обговорення цієї ситуації і використовуючи знання та досвід інших фахівців проблему намагаються вирішити.

Групи тренінгу (Т-групи), спрямовані на особистісний та професійний розвиток та підвищення кваліфікації, сприяють згуртованості працівників та розвитку комунікативних навичок. Для проведення Т-групи тренер повинен обрати актуальну тему та спеціальні вправи та завдання, а згодом їх обговорити та підбити підсумки.

При гострій стадії емоційного вигорання можлива індивідуальна консультація з психологом, який допоможе зрозуміти природу вигорання, бути підтримкою і супроводом у важкий для працівника період та надати певні індивідуальні, потрібні саме для конкретної людини методи «лікування» емоційного вигорання.

**Висновки.** Синдром «емоційного вигорання» часто є у працівників фінансово-кредитних організацій. Керівник повинен використовувати усі методи для подолання вигорання задля ефективної підприємства. До таких методів відноситься належить профілактика, різні виду групової роботи та індивідуальне консультування.

### **Література.**

1. Бойко В. В. Синдром «емоціонального вигорання» в професійно-ном общени. – СПб.: Питер, 1999. – 105 с

*Тези надіслано 28 лютого 2019 року*

**Копилов Сергій Олегович**

## **КУЛЬТУРА ГРОМАДЯНСЬКОГО ПАТРІОТИЗМУ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ СУСПІЛЬСТВА**

Наразі всіма визнається наріжне значення патріотичних настановлень громадян для повноцінного функціонування й поступу сучасного суспільства, а надто українського. Часто наголошується і на ризиках для безпеки спільноти, пов'язаних, з одного боку, із недостатньою сформованістю, нечіткістю й недовістю цих настановлень та переконань, з іншого – з їх деструктивними викривленнями, симуляцією або, нарешті, з корисливою експлуатацією патріотичних настроїв громадян тими чи іншими суспільно-політичними силами. Водночас менше акцентується на тому, що поняття та образ батьківщини (рідної країни), уявлення про власні стосунки з нею й зокрема про відповідні етичні зобов'язання залишаються важливим складником ціннісно-мотиваційної системи сучасної особистості, а отже – умовою її продуктивного самовизначення та самоздійснення. Натомість брак чи викривленість цих уявлень знижує життєстійкість та соціально-психологічну безпеку особи.

При цьому залишаються невирішеними й дискусійними, по-перше, проблема адекватного *змісту* й *форм* громадянсько-патріотичної свідомості, по-друге – питання щодо шляхів та психологічних закономірностей) її становлення й функціонування. І ці питання лише загострилися внаслідок подій останніх років, що поставили під реальну загрозу існування України як незалежної країни. Адже сплеск патріотичних почуттів (утім, на тлі індиферентності значної частини громадян) водночас спричинив загострення суперечок і навіть протистояння між суспільними групами та особами, що по-різному