



УДК 613.86+159.9.072

ASSESSMENT OF THE MENTAL HEALTH OF TEACHERS OF A GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTION DURING THE TIME OF MARTIAL STATUS

ОЦІНКА МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВЧИТЕЛІВ ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Kalynychenko I.O./Калиниченко І.О.*d.med. s., prof./д.мед.н., проф.*

ORCID: 0000-0003-1514-4210

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка,
Суми, Роменська 87, 40002**Sumy state Pedagogical University named after A. S. Makarenko,
Sumy, Romenska 87, 40002***Honcharenko S. O. / Гончаренко С.О.***директор /director**Сумський заклад загальної середньої освіти I-III ступенів №15,
Суми, вул. Берестовська, 56, 40009**Sumy institution of general secondary education of I-III degrees No. 15,
Sumy, St. 56, Berestovska, 40009***Latina H.O. / Латіна Г.О.***c.b.s., as.prof. / к.б.н. доц.*

ORCID: 0009-0007-3089-1886

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка,
Суми, Роменська 87, 40002**Sumy state Pedagogical University named after A. S. Makarenko,
Sumy, Romenska 87, 40002***Horiela T.M. / Горела Т.М.***вчитель вищої категорії / a teacher of the highest category**Сумський заклад загальної середньої освіти I-III ступенів №15,
Суми, вул. Берестовська, 56, 40009**Sumy institution of general secondary education of I-III degrees No. 15,
Sumy, St. 56, Berestovska, 40009*

Анотація. З метою оцінити психоемоційний стан та стратегії подолання стресу у вчителів в умовах воєнного стану проаналізовано 31 анкета вчителів віком 21 – 64 років Сумського закладу загальної середньої освіти I-III ступенів №15. Ментальне здоров'я вчителів в умовах воєнного стану характеризується низьким рівнем прояву депресії (74,19%), астенії (90,32%), порушення соціальної адаптації (90,32%), вегетативних розладів (80,65%), тривоги (74,19%) з наявністю ризику формування симптомокомплексу порушення сну (77,42%) та емоційного вигорання (54,84%). Основним шляхом подолання стресогенного впливу на особистість зовнішніх чинників для вчителів є ефективна копінг-стратегія спрямована на вирішення проблем (83,87%).

Ключові слова: ментальне здоров'я, професійне вигорання, порушення сну, депресія, тривога, копінг-стратегія.



Вступ.

Воєнний стан в Україні, за рахунок травматичного стресу, призводить до погіршення психічного здоров'я населення та підвищення ризиків щодо розвитку захворювань, особливо хвороб серцево-судинної системи саме серед працездатного населення [1].

Результати дослідження психічного здоров'я у вчителів Сумської області в різних соціальних умовах дозволили встановити відмінності у проявах професійного вигорання. В умовах соціальної ізоляції зумовленою пандемією COVID-19 у педагогічних працівників переважав середній ($48,24 \pm 3,36\%$ $t=9,54$, $p \leq 0,001$) та низький ($41,18 \pm 3,31\%$ $t=7,83$, $p \leq 0,001$) рівні професійного вигорання [2]. В умовах воєнного стану збільшилася група вчителів із низьким рівнем професійного вигорання ($57,35 \pm 3,33\%$), середній та високий рівні реєструвалися у $32,35 \pm 3,15\%$ та $10,29 \pm 2,04\%$ опитаних відповідно. Встановлена суттєва перевага низького рівня ПВ у педагогів в умовах воєнного стану свідчить про можливе зниження впливу професійних стресорів умов трудового процесу і актуалізація відчуття невизначеності, постійної тривоги, страх за власне життя та життя близьких, що зумовлено воєнним станом в країні [3]. Таким чином, встановлені особливості вимагають проведення додаткової оцінки інших складових ментального здоров'я вчителів.

Актуальність необхідності оцінити стан здоров'я педагогічних працівників з різним рівнем професійного вигорання в різних соціальних умовах підтверджується Концептуальною запискою «Модернізація психологічної служби та надання послуг з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в системі освіти» в рамках Національної програми з охорони психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, ініційованої Першою леді України (2022 р.) та «Концепцією розвитку охорони психічного здоров'я України на період до 2030 року» (2017 р.).

Основний текст.

Мета дослідження – оцінити психоемоційний стан та стратегії подолання стресу у вчителів закладу загальної середньої освіти в умовах воєнного стану.



Для досягнення поставленої мети на базі Сумський заклад загальної середньої освіти I-III ступенів №15 реалізовано моніторинговий компонент «Школи сприяння здоров'ю». Для оцінки психоемоційного стану вчителів використано модифікований варіант методики «Тест-опитувальник розвитку граничних невротичних розладів» В. В. Сєднєва (1998) та «Діагностику рівня емоційного вигорання» за методикою В.В. Бойка в модифікації Є.П. Ільїна (2000). Для оцінки механізму відповіді на стресову ситуацію з метою її подолання або захисту від неї застосовано методику «Оцінка дослідження копінг-поведінки в стресових ситуаціях» N. S. Endler, J. D. Parker (1990).

У дослідженні взяло участь 31 вчитель 21 – 64 років Сумського закладу загальної середньої освіти I-III ступенів №15. З вчителями було підписано поінформовану згоду. Отримані дані підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми «Statistica 8.0».

Оцінка ментального здоров'я вчителів закладу загальної середньої освіти передбачала визначення симптомокомплексів граничних невротичних розладів, а саме: депресії, астенії, порушення соціальної адаптації, вегетативних розладів, порушення сну та тривоги. Результати оцінки свідчать про перевагу низького рівня сформованості симптомокомплексів: депресії (74,19%), астенії (90,32%), порушення соціальної адаптації (90,32%), вегетативних розладів (80,65%) та тривоги (74,19%). Це свідчить про низький рівень ризику наявності означених симптомокомплексів. Однак, 77,42% вчителів мають ризик формування симптомокомплексу порушення сну. Так, у 41,94% з них, це середній рівень ризику порушення сну, і 35,48% – високий, що може бути свідченням наявності прихованої астенії та депресії. Окрім, наявності частки високого ризику розвитку симптомокомплексу порушення сну, частки високого ризику реєструється у симптомокомплексів тривоги (9,68%) та астенії (6,45%).

Таким чином, прояви зниженого життєвого тону, низької самооцінки, відчуття суму встановлено у 25,81% вчителів; відчуття очікування загрози у 25,81%; апатії у 9,68%; психосоматичних розладів у 19,35%; агресивності у 9,68%.



Оцінка професійного вигорання у вчителів дозволила встановити наявність професійного вигорання у 54,84%. При цьому, частка вчителів з середнім рівнем професійного вигорання становить 35,28%, з високим рівнем – 19,35%, що свідчить про регулярні прояви симптомів з затяжним та тривалим характером, появі проблем зі здоров'ям, депресії. У 45,16% вчителів не сформовано професійне вигорання, поодинокі прояви якого легко нівелюються перервами у роботі та турботою про себе.

Відновлення комфортного психологічного стану людини, адаптація її до стресової ситуації відбувається внаслідок копінг-стратегії. Аналіз розподілу копінг-стратегій вчителів свідчить про вибір ефективних, продуктивних стратегій подолання стресу через активне вирішення проблеми у 83,87% випадків. Непродуктивні копінг-стратегії спрямовані на тимчасове врегулювання емоційного напруження встановлено у 16,13% вчителів. Сучасні дослідження доводять зв'язок вибору ефективних стратегій подолання стресу з особистісно-професійними характеристиками вчителів [4, 5].

Таким чином, встановлені особливості психоемоційного стану та стратегій подолання стресу свідчать про необхідність розробки додаткових заходів з підтримки ментального здоров'я вчителів на робочому місці в умовах воєнного стану, які повинні включати роботу «Школи сприяння здоров'ю» з особистісно-професійного росту вчителя, самооцінки емоційних станів та самодопомоги при гострих стресових станах.

Висновки.

Ментальне здоров'я вчителів закладу загальної середньої освіти в умовах воєнного стану характеризується низьким рівнем прояву депресії (74,19%), астенії (90,32%), порушення соціальної адаптації (90,32%), вегетативних розладів (80,65%), тривоги (74,19%) з наявністю ризику формування симптомокомплексу порушення сну (77,42%) та емоційного вигорання (54,84%). Основним шляхом подолання стресогенного впливу на особистість зовнішніх чинників для вчителів є ефективна копінг-стратегія спрямована на вирішення проблем (83,87%).



Література:

1. Манойленко Т. С., Дорохіна А. М., Ревенко І. Л., Беляєва Т. В., Адарічева Ж. Г. Стан здоров'я народу України в умовах війни. / За заг. редакцією Коваленко В. М., Корнацького В. М. К.: 2022. С.220 URL: <https://cardiohub.org.ua/wp-content/uploads/2022/12/book-2022-07062022-color.pdf>
2. Kalynychenko I. O., Latina H. O., Ivani I. V., Khrapatyi S., Liubchenko N. Characteristics of symptom complexes of professional burnout among pedagogical workers of educational institutions of various types. *Journal of Higher Education Theory and Practice*. 2022. 22(15). P. 64 – 72. <https://doi.org/10.33423/jhetp.v22i15.5560>
3. Калиниченко І.О., Латіна Г.О. Суб'єктивна оцінка стану здоров'я педагогічними працівників з різними рівнями професійного вигорання в умовах соціальної ізоляції та воєнного стану. *Довкілля та здоров'я*. 2024. №1 (110). С. 26–31. URL: <http://www.dovkil-zdorov.kiev.ua/env/110-0026.pdf>
4. Кіясь А. В. Ефективність копінг-стратегій вчителя як прояву його особистісного потенціалу. *Вісник одеського національного університету. Психологія*. 2009. 14, вип.17. С. 336 – 344. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2010/3_2010/12.pdf
5. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Том І, Випуск 55. С. 23 – 30. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v1/i55/6.pdf>

Referents

1. Manoilenko, T.S, Dorokhina, A.M, Revenko, I.L, Bieliaieva, T.V., Adaricheva, Zh.H. 2022. Stan zdorovia narodu Ukrainy v umovakh viiny [The state of health of the people of Ukraine during the war]. / editors Kovalenko, V.M, Kornatskoho, V.M., 220 p. (Ukrainian) Available from: <https://cardiohub.org.ua/wp-content/uploads/2022/12/book-2022-07062022-color.pdf> [inUkrainian]
2. Kalynychenko, I. O., Latina, H. O., Ivani, I. V., Khrapatyi, S., Liubchenko, N. 2022. Characteristics of symptom complexes of professional burnout among pedagogical workers of educational institutions of various types. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 22(15), P. 64 – 72. <https://doi.org/10.33423/jhetp.v22i15.5560>
3. Kalynychenko, I.O., Latina, H.O. 2024 Subiektyvna otsinka stanu zdorovia pedahohichnymy pratsivnykiv z riznymy rivniamy profesiinoho vyhorannia v umovakh sotsialnoi izoliatsii ta voiennoho stanu [Subjective assessment of the state of health of pedagogical workers with



different levels of professional burnout in conditions of social isolation and martial law.]. *Environment and Health*. №1 (110). P. 26–31. URL: <http://www.dovkil-zdorov.kiev.ua/env/110-0026.pdf> [inUkrainian]

4. Kiias, A. V. 2009 Efektyvnist kopinh-stratehii vchytelia yak proiavu yoho osobystisnoho potentsialu. [The effectiveness of the teacher's coping strategies as a manifestation of his personal potential]. *Bulletin of Odessa National University. Psychology*, 14, P. 336 – 344. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2010/3_2010/12.pdf [inUkrainian]

5. Karamushka, L.M., Snihur, Yu.S. 2020. Kopinh-stratehii: sutnist, pidkhody do klasyfikatsii, znachennia dlia psykhologichnoho zdorovia osobystosti ta orhanizatsii [Coping strategies: essence, approaches to classification, importance for the psychological health of the individual and the organization]. *Aktualni problemy psykhologii–Current problems of psychology*, I, 55. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v1/i55/6.pdf> [inUkrainian]

Abstract. *In order to assess the psycho-emotional state and stress coping strategies of teachers in the conditions of martial law, 31 questionnaires of teachers aged 21-64 years of the Sumy institution of general secondary education of I-III degrees No. 15 were analyzed. The mental health of teachers under martial law is characterized by a low level of depression (74.19%), asthenia (90.32%), impaired social adaptation (90.32%), vegetative disorders (80.65%), anxiety (74.19%) with the risk of developing a symptom complex of sleep disturbance (77.42%) and emotional burnout (54.84%). The main way to overcome the stressful impact of external factors on the personality for teachers is an effective coping strategy aimed at solving problems (83.87%).*

Key words: *mental health, professional burnout, sleep disorders, depression, anxiety, coping strategy.*

Матеріали підготовлено в рамках XIV міжнародної науково-практичної конференції «Освіта і здоров'я», присвяченої 100-річчю заснування Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (16-17 травня 2024 року).

Стаття відправлена: 07.04.2024 р.

© Калиниченко І.О., Гончаренко С.О., Латіна Г.О., Горела Т.М.