

УДК 614.253 (076)

DOI <https://doi.org/10.32782/3041-1351/2024-2-12>

Мойсеюк Василь Петрович

кандидат педагогічних наук,
викладач кафедри соціальної роботи, психології
та соціокультурної діяльності імені Т. Сосновської,
Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти
«Кам'янець-Подільський державний інститут»
moiseuk02@gmail.com
ORCID ID: 0000-0003-4366-2402

ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ ЯК ЧИННИК УСПІШНОСТІ ЇХНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена проблемі здоров'я фахівців соціальної сфери як чинника успішності їхньої професійної діяльності. Доведено, що соціальна значущість, складність та багатогранність об'єктів їхнього впливу, психоемоційні перевантаження, високий ступінь відповідальності за результати своєї роботи, професійна необхідність виконувати складні завдання в екстремальних умовах, часто призводять до зниження фізичного, психологічного, соціального, професійного здоров'я та понижують рівень працездатності, успішності фахівців соціальної сфери.

Метою статті є визначення та обґрунтування впливу здоров'я фахівців соціальної сфери на успішність їхньої професійної діяльності. Для розв'язання завдання збереження здоров'я фахівців соціальної сфери як основного чинника успішності їхньої професійної діяльності використовувались загальнонаукові методи синтезу, аналізу, порівняння та класифікації, систематизації, узагальнення існуючого наукового матеріалу. Пошук інформації здійснювався у таких електронних ресурсах як Google Scholar, Web of Science, українських і зарубіжних веб-сайтах, присвячених дослідженню даної проблеми.

Констатовано, що для уникнення професійних ризиків, збереження високої працездатності, благополучного стану свого здоров'я, здатності долати професійні труднощі, успішності соціальної роботи фахівцям соціальної сфери необхідно володіти високим рівнем психолого-педагогічних та валеологічних знань, основами здорового способу життя, глибокими переконаннями значущості, цінності здоров'я, що обумовить їхню здоров'язбережувальну, творчу, ефективну та успішну професійну діяльність.

Обґрунтовано пряму залежність професійного успіху соціальних працівників від рівня та якості їх здоров'я та визначено професійну успішність фахівців соціальної сфери як високий результат їх професійних досягнень, збереження благополучного стану здоров'я, ефективності і продуктивності роботи, внутрішньої гармонії, відчуття задоволеності від особистісної самореалізації.

Ключові слова: здоров'я, здоров'я фахівців соціальної сфери, чинники успішності, професійна успішність фахівців соціальної сфери.

Moyseyuk Vasyl Petrovych

Candidate of Pedagogical Sciences,
Lecturer at the Department of Social Work, Psychology
and Sociocultural Activity named after T. Sosnovska
Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education
«Kamianets-Podilskyi State Institute»
moiseuk02@gmail.com

HEALTH OF SOCIAL WORKERS AS A FACTOR OF SUCCESS OF THEIR PROFESSIONAL ACTIVITY

The article is devoted to the problem of health of social sphere specialists as the main of success of their professional activity. It is proved that the social significance, complexity and versatility of the objects of their influence, psycho-emotional overload, high degree of responsibility for the results of their work, professional need to perform complex tasks in extreme conditions often lead to a decrease in physical, psychological, social and professional health and reduce the level of efficiency and success of social workers.

The aim of the article is to determine and substantiate the impact of health of social workers on the success of their professional activities. To solve the problem of preserving the health of social workers as the main factor in the success of their professional activities, general scientific methods of synthesis, analysis, comparison and classification, systematisation, and generalisation of existing scientific material were used. The information was searched for in such electronic resources as Google Scholar, Web of Science, Ukrainian and foreign websites dedicated to the study of this problem.

It is stated that in order to avoid professional risks, maintain high efficiency, good health, ability to overcome professional difficulties, and success in social work, social workers need to have a high level of psychological, pedagogical and valedological knowledge, the basics of a healthy lifestyle, deep convictions of the importance and value of health, which will determine their health-saving, creative, effective and successful professional activities.

The direct dependence of the professional success of social workers on the level and quality of their health is substantiated and the professional success of social workers is defined as a high result of their professional achievements, maintaining a good state of health, efficiency and productivity of work, inner harmony, and a sense of satisfaction from personal self-realisation.

Key words: health, health of social workers, success factors, professional success of social workers.

Актуальність проблеми. Євроінтеграційний курс України, особливості її розвитку та становлення, складні виклики яким необхідно протистояти нашій країні, потребують висококваліфікованих працівників нової генерації, зокрема фахівців соціальної сфери здатних до особистісного і професійного зростання, максимальною мірою ефективно використовувати свій потенціал у професійній діяльності, долати професійні труднощі з найменшими втратами для здоров'я.

Фахівці соціальної сфери у професійному відношенні є представниками однієї з головних груп ризику. Високий ступінь відповідальності й пов'язане з нею нервово-емоційне напруження, висока щільність міжособистісних контактів, необхідна тривалість робочого часу, робота в екстремальних умовах, постійне перебування у середовищі проблемних категорій населення (люди, які потрапили у складні життєві ситуації, особи з особливими потребами, неблагополучні сім'ї, учасники бойових дій, внутрішньо переміщені особи, ветерани війни), постійне проникнення у проблеми інших людей та надання їм допомоги та підтримки, значна кількість стресових ситуацій – всі ці та інші чинники негативно впливають на здоров'я фахівців соціальної сфери. Вони є причиною погіршення їх фізичного та психологічного самопочуття, появи емоційного виснаження та виникнення захворювань.

З огляду на ці обставини, велике значення для фахівців соціальної сфери матиме достатній рівень володіння спеціальними знаннями, практичними вміннями і навичками для збереження свого здоров'я та успішності професійної діяльності.

Актуальність дослідження питань збереження здоров'я фахівців соціальної сфери обумовлене наступними суперечностями: суспільною значущістю їх професійної діяльності, які мають володіти високим рівнем здоров'я і здатністю до його збереження в особистому і професійному житті, а також потреби у розробці наукових основ його формування; суспільною потребою у здорових фахівцях соціальної сфери і стрімким зниженням рівня їх здоров'я; природним бажанням людини досягнути високого рівня особистісного і професійного благополуччя та наявних у неї для цього необхідних знань, практичних умінь і навичок та морально-вольових якостей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У науковій літературі є багато робіт, присвячених проблемам здоров'я людини, формування здорового способу життя, культури здоров'я зокрема: становлення і розвитку особистості в аспекті формування здорового способу життя (І. Аршавський, Н. Гайдук, С. Гуськов, Г. Зайцев, В. Оржеховська, О. Шукатка, П. Ярошенко та ін.); питання збереження здоров'я та валеологічної освіти (Ю. Бойчук, І. Іванова, С. Кириленко, В. Копа, Л. Лепіхова, С. Омельченко, Т. Титаренко, К. Шуляк); наукові підходи щодо розуміння сутності культури здоров'я та особливостей її формування у площині сучасного гуманітарного знання (І. Авдєєнко, В. Бабич, В. Горащук, Г. Кривошеєва, С. Кириленко, Г. Мешко, В. Мойсеюк та інші).

Як ми бачимо, проблема формування, збереження здоров'я, здорового способу життя, культури здоров'я є предметом наукових розвідок багатьох вчених. Проте, необхідно зазначити, що у сучасній науковій літературі існує незначна кількість наукових досліджень присвячених саме проблемі збереження здоров'я фахівців соціальної сфери як основного чинника їх професійної успішності.

Мета дослідження: визначити та обґрунтувати вплив здоров'я фахівців соціальної сфери на успішність їхньої професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Спрямованість вчених у дослідженні успішності професійної діяльності сучасних фахівців, свідчить про важливість і актуальність цієї проблеми. Значна частка зусиль та ресурсів більшість сучасних закладів, установ та організацій спрямовується на соціально-психологічну адаптацію, самореалізацію та професійний розвиток своїх працівників, оскільки саме рівень кваліфікації та професіоналізму працівників впливають на їх успішність. Здатність спеціалістів успішно пристосовуватись до системи професійних та міжособистісних взаємин, що склалися у колективі, уміння конструктивно розв'язувати конфліктні ситуації, долати професійні труднощі забезпечує їм відчуття задоволеності та комфортності своїм статусом та успіх у досягненні професійних цілей.

Професійний успіх соціальних працівників залежить від багатьох взаємопов'язаних чинників, які формують їх професійну компетентність та ефективність у роботі з клієнтами, а саме:

- *Професійні якості:* емпатія та співчуття, комунікативні навички, гнучкість та адаптивність, терпіння та стійкість, мотивація та бажання допомагати;
- *Професійні компетенції:* глибокі знання з психології, соціології та соціальної роботи, знання законодавства та соціальних програм, навички проведення соціальних досліджень, уміння працювати у команді;
- *Умови роботи:* адекватне фінансування, сприятливий психологічний клімат, можливості для професійного розвитку [1; 6].

Наявність професійно-важливих якостей, успішна професійна адаптація фахівців обов'язково впливає на ефективність та результативність їх роботи, що відповідає інтересам і самої установи, організації.

Науковцями доведена важливість для фахівців соціальної сфери і таких соціальних навичок (soft skills), як: спрямовування на розширення сфери взаємодії; здатність соціальних працівників оперативно та дієво організовувати та реалізовувати взаємини (як ділового, так і особистісного характеру) з різними категоріями осіб; уміння позитивно впливати на людей; бажання брати безпосередню участь у колективних заходах; прагнення до реалізації особистої ініціативи та ін. [2; 5].

Для досягнення професійного успіху Г. Мешко та О. Мешко, обґрунтовують важливість, на їх погляд,

таких навичок: уміння працювати з інформацією, здатність до самоорганізації діяльності, здатність бути дипломатичним, пунктуальність, уміння вирішувати складні професійні завдання, позитивність, ситуаційна обізнаність, відповідальність, дружелюбність, резильєнтність [3, с. 268].

Як ми вже зазначали, професія фахівців соціальної сфери відноситься до системи «людина-людина», що передбачає допомогу іншій людині, групам людей, які потрапили у складні життєві обставини і не можуть самостійно задовольнити свої потреби, потребують соціального захисту, допомоги та підтримки. Робота з такими категоріями населення вимагає від фахівців соціальної сфери значних затрат фізичних, емоційних, психологічних ресурсів їх організму, що часто призводить до погіршення самопочуття фахівців, зниження рівня їх працездатності та успішності виконання ними професійних завдань.

Робота фахівців соціальної сфери значним чином впливає на їх здоров'я. Це зумовлено необхідністю постійного перебування у середовищі тих категорій людей, яким необхідна їхня підтримка і допомога. Професійна діяльність працівників соціальної сфери, вимагає від них постійної готовності розв'язувати складні завдання, відповідальності, емпатійного і співчутливого ставлення до людей. Особливістю соціальної роботи є необхідність продовженого робочого дня, вміння знаходити баланс між постійним перебуванням під впливом стресогенних чинників, які супроводжуються значними витратами фізичних, моральних, психічних ресурсів їх організму та моральною і матеріальною мотивацією.

Узагальнення та аналіз наукових праць вчених, дозволив нам виокремити наступні чинники успішності фахівців соціальної сфери, а саме:

- *професійні чинники* (статус, мікроклімат у колективі, авторитет, можливість (неможливість) кар'єрного росту рівень досягнень);
- *непрофесійні чинники* (сімейні взаємовідносини, побутові умови);
- *фахівець соціальної сфери* (особистісні здоров'язбережувальні якості та властивості, індивідуальний стиль, навички саморегуляції та самоконтролю);
- *рівень допомоги та підтримки* (у структурі закладу (організації) і за її межами);
- *реакція та сприйняття стресу* (захворювання, стан тривоги, вигорання).

Бажання, спрямованість фахівців у пошуку швидких шляхів вирішення складних завдань (переоцінка своїх можливостей та недооцінка конкретної ситуації чи обставин), невміння раціонально організовувати та планувати свою роботу, дотримуватись режиму дня; відсутність достатніх знань шляхів і засобів запобігання виникненню професійної деформації; невміння знаходити баланс між роботою та відпочинком, часто призводить до виникнення у них професійних захворювань [10].

Науковці зазначають, що на початковій стадії своєї професійної діяльності фахівцям властивий

підвищений інтерес, ентузіазм та здебільшого невинуваті, завищені очікування від результатів своєї роботи, які можуть швидко перерости у незадоволеність, фрустрацію, апатію, що у подальшому може призвести до їх «професійного вигорання». Тому дуже важливо розуміти причини його виникнення та до усвідомлювати наслідки до яких це може призвести у майбутньому.

На шляху досягнення фахівцями соціальної сфери особистісного і професійного успіху та благополуччя, їм потрібно навчитися долати ті труднощі і перешкоди, які є характерними для їх професії, вживати дієвих превентивних заходів у боротьбі з негативним стрес-чинників, щоб протидіяти, унеможливити виникнення професійної деформації, зберегти своє здоров'я досягнути спільності у професійній діяльності [4, с. 164].

Важливим чинником збереження здоров'я фахівців соціальної сфери є також усвідомлення ними необхідності ведення здорового способу життя. Правильно обраний спосіб життя (раціонально організований режим праці і відпочинку, збалансоване харчування, відсутність шкідливих звичок, загартування, рухова активність, особиста гігієна, культура здоров'я), стиль життя, рівень задоволення матеріальних потреб, їхня активна участь у громадському житті, значним чином впливають на якість та результати успішності їхньої професійної діяльності.

У здоров'язбережувальній професійній діяльності фахівців соціальної сфери важливу роль відіграє їхній валеологічний світогляд, професійна установка на ведення здорового способу життя, відчуття особистої відповідальності за стан свого здоров'я, система стійких переконань, мотивів поведінки, спрямованість працівників на активну здоров'ятворчу життєдіяльність [7, с. 98; 8, с. 383]. Не суперечить вищезазначеній теорії і результати наукових досліджень А. Маслоу, про значення здоров'я для особистісної самоактуалізації. Яку науковець визначає – як актуалізацію здібностей особистості, її потенціалів і талантів, що проявляється у виконанні певної ролі чи місії, усвідомленням своєї унікальності, бажанні працювати за покликанням, синергії чи інтеграції; прагнення до внутрішньої гармонії та єдності [9].

Достатній рівень сформованості конструктивних внутрі-особистісних і соціальних ресурсів у фахівців соціальної сфери, ведення здорового способу життя забезпечить їм можливість протидіяти негативним ризикам у їх професії, зберегти своє здоров'я та обумовить успішність професійної діяльності. Це доводить пряму залежність професійної успішності фахівців соціальної сфери від благополучного стану їх здоров'я.

Дослідження особливостей професійної діяльності соціальних працівників, чинників їхньої успішності, доведення особливого значення здоров'я для результативності, ефективності їх роботи, дозволило нам визначити *професійну успішність фахівців соціальної сфери*, як високий результат їх профе-

сійних досягнень, збереження благополучного стану здоров'я, ефективності і продуктивності роботи, внутрішньої гармонії, відчуття задоволеності від особистісної самореалізації.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Професія фахівців соціальної сфери відзначається своєю багаторівневістю, динамічністю та складністю. Оскільки об'єктами їх безпосереднього впливу є категорії людей, які потрапили у складні життєві обставини і потребують кваліфікованої допомоги і підтримки. Для якісного виконання своїх професійних обов'язків, успішності своєї роботи працівникам соціальної сфери, важливо не тільки фахово володіти методами і прийомами соціальної роботи, але і усвідомлювати ризики для свого здоров'я, які містить у собі їх професія.

Результат проведеного теоретичного аналізу наукових джерел з проблеми здоров'я фахівців соціальної сфери як чинника успішності їхньої професійної діяльності, дозволив нам обґрунтувати пряму залежність професійного успіху соціальних працівників від рівня та якості їх здоров'я. Визначити професійну успішність фахівців соціальної сфери як високий результат їх професійних досягнень, збереження благополучного стану здоров'я, ефективності і продуктивності роботи, внутрішньої гармонії, відчуття задоволеності від особистісної самореалізації.

Перспектива подальших досліджень полягатиме у розробці концепції професійного відбору для роботи у соціальній сфері, комплексної програми підготовки майбутніх фахівців соціальної сфери до збереження і зміцнення здоров'я.

Список літератури:

1. Заїка В., Гета А., Вишар Є. Комунікативний потенціал майбутніх соціальних працівників. *Науковий вісник Ужгородського Університету. Серія: «Педагогіка. соціальна робота»*. 2021. Вип. 1 (48). С. 148–152.
2. Мешко Г. М., Мешко О. І. Формування soft skills студентів непедагогічних спеціальностей у процесі вивчення курсу «Педагогіка». *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. соціальна робота»*. 2021. Вип. 1 (48). С. 267–271.
3. Мешко Г.М., Мешко О. І. Розвиток аутопсихологічної компетентності вчителя в координатах профілактики професійного вигорання. Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи: збірник наукових праць. Том Х: Ефекти участі в розвитку науки та освіти на відстані. Конін; Ужгород; Херсон: Посвіт, 2021. С. 264–267.
4. Мойсеюк В. П. Збереження професійного здоров'я фахівців інклюзивної освіти як основна умова їх професійного довголіття. Актуальні проблеми сучасної психологічної науки: виклики сучасності: збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (Україна, Житомир, 10 жовтня 2022 р.). Житомир: ЖДУ, 2022. С. 161–163.
5. Пітерсон Т. 101 спосіб впоратися з тривогою, страхом і панічними атаками / переклад з англ. А. Дудченко. Київ : Наш формат, 2021. 240 с.
6. Про затвердження професійного стандарту «Фахівець із соціальної роботи»: Наказ Мінекономполітики від 20.06.2020 р. № 1179. URL: .
7. Стрельников В. Ю. Формування здоров'язбережувального освітнього простору закладу неперервної освіти в умовах воєнного стану. Навчання, виховання й розвиток гармонійно розвиненої особистості в процесі занять фізичною культурою і спортом. Монографія; за ред. проф. В. М. Пристинського, Т. М. Пристинської. Слов'янськ: ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2023. 731 с.
8. Boyko V. Syndrome of “emotional burnout” in professional communication. URL: <http://pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2021/75/part1/15.pdf>.
9. Maslow Abraham. A Theory of Human Motivation [Electronicresource] / Abraham Maslow. Psychological Review. V. 50, No. P. 370–396. URL: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation>.
10. Workplace burnout: causes, effects, and solutions. June 6, 2019. WGU. URL: <https://www.wgu.edu/blog/workplace-burnout-causes-effects-solution-s1906.tml#close>.

References:

1. Zaika, V., Heta, A., & Vyshar, E. (2021). Komunikatyvnyi potentsial maibutnikh sotsialnykh pratsivnykiv [Communication potential of future social workers]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho Universytetu. Serii: «Pedagogika. sotsialna robota»*. Vyp. 1 (48). P. 148–152. [in Ukrainian].
2. Meshko, H. M., & Meshko, O. I. (2021). Formuvannia soft skills studentiv nepedahohichnykh spetsialnostei u protsesi vyvchennia kursu «Pedagogika» [Formation of soft skills of students of non-pedagogical specialties in the process of studying the course «Pedagogy»]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Serii: «Pedagogika. sotsialna robota»*. Vyp.1 (48). P. 267–271. [in Ukrainian].
3. Meshko, H.M., & Meshko, O. I. (2021). Rozvytok autopsykholohichnoi kompetentnosti vchytelia v koordynatakh profilaktyky profesiinoho vyhorannia. [Development of teacher's autopsychological competence in the coordinates of professional burnout prevention]. *Rozvytok suchasnoi osvity i nauky: rezultaty, problemy, perspektyvy: zbirnyk naukovykh prats*. Tom Kh: Efekty uchasti v rozvytku nauky ta osvity na vidstani. Konin; Uzhhorod; Kherson: Posvit, P. 264–267. [in Ukrainian].
4. Moiseiuk, V. P. (2022). Zberezhennia profesiinoho zdorovia fakhivtsiv inkluzyvnoi osvity yak osnovna umova yikh profesiinoho dovolittia. [Preserving the professional health of inclusive education specialists as a key condition for their professional longevity]. *Aktualni problemy suchasnoi psykholohichnoi nauky: vyklyky suchasnosti: zbirnyk naukovykh prats za materialamy Vseukrainskoi studentskoi internet-konferentsii (Ukraina, Zhytomyr, 10 zhovtnia 2022r.)*. Zhytomyr: ZhDU. P. 161–163. [in Ukrainian].

5. Piterson, T. (2021). 101 sposib vporatysia z tryvohoiu, strakhom i panichnymy atakamy / pereklad z anhli [101 ways to cope with anxiety, fear and panic attacks / translated from English]. A. Dudchenko. Kyiv : Nash format. 240 p. [in Ukrainian].
6. Pro zatverdzhennia profesiinoho standartu «Fakhivets iz sotsialnoi roboty»: Nakaz Minekonompolityky vid 20.06.2020 r. № 1179. [On approval of the professional standard ‘Social Work Specialist’: Order of the Ministry of Economic Development and Trade of 20.06.2020 No. 1179]. Retrieved from: <https://www.me.gov.ua/Files/GetFile?lang=uk-UA&fileId=bcfc03e8-f801-44e7-835c-17b-c19a68f70>. [in Ukrainian].
7. Strelnikov, V. Y. (2023). Formuvannia zdoroviazberezhualnoho osvitnoho prostoru zakladu neperervnoi osvity v umovakh voiennoho stanu [Formation of a health-preserving educational space of a continuing education institution under martial law]. Navchannia, vykhovannia y rozvytok harmoniino rozvynenoï osobystosti v protsesi zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom. Monohrafiia; za red. prof. V. M. Prystynskoho, T. M. Prystynskoi. Sloviansk: DVNZ “Donbaskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet”. 731 p. [in Ukrainian].
8. Boyko, V. Syndrome of “emotional burnout” in professional communication. Retrieved from: <http://pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2021/75/part1/15.pdf>.
9. Maslow Abraham. A Theory of Human Motivation [Electronicresource] / Abraham Maslow. Psychological Review. V. 50, No. P. 370–396. Retrieved from: <http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation>.
10. Workplace burnout: causes, effects, and solutions. June 6, 2019. WGU. Retrieved from: <https://www.wgu.edu/blog/workplace-burnout-causes-effectssolution-s1906.tml#close>.