

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ
ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ
КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



Факультет лінгвістики та перекладу
Кафедра педагогіки та психології

МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

Joana Berger-Estilita,

*Prof., Dr., Institute of Anaesthesiology and Intensive Care, Salem Spital, Hirslanden
Hospital Group, Bern, Switzerland; Institute for Medical Education, University of
Bern, Bern, Switzerland.*

UNDERSTANDING AND MITIGATING PROFESSIONAL BURNOUT SYNDROME: A COMPREHENSIVE EXPLORATION.

Professional Burnout Syndrome (PBS) is a pervasive and complex phenomenon affecting individuals across various industries and occupations. This abstract offers a comprehensive exploration of PBS, its causes, consequences, and potential mitigation strategies. As we grapple with the evolving dynamics of work in the 21st century, understanding and addressing PBS has become an imperative for individuals, organizations, and policymakers alike.

PBS is a multifaceted construct encompassing emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. It emerges when the demands of a profession consistently outweigh an individual's ability to cope, leading to a state of physical and emotional depletion. This phenomenon not only undermines the well-being of employees but also poses substantial challenges for organizational performance, resulting in increased absenteeism, decreased productivity, and high turnover rates.

This abstract examines the root causes of PBS, emphasizing the interplay of individual and organizational factors. It delves into the role of excessive workload, unrealistic expectations, and lack of autonomy as primary contributors to burnout. Moreover, it highlights the impact of workplace culture, inadequate support systems, and the erosion of work-life boundaries in exacerbating burnout. By elucidating these causal factors, this abstract provides a foundation for tailored interventions and prevention strategies.

The consequences of PBS extend beyond the individual to encompass organizational dynamics. In this context, we explore how burnout can lead to diminished creativity, poor decision-making, and weakened team dynamics.

Additionally, it has a substantial financial toll on organizations due to increased healthcare costs and reduced productivity. Understanding these ramifications underscores the urgency of addressing PBS as a systemic issue, requiring collective efforts from both employees and employers.

Mitigating PBS necessitates a multifaceted approach that integrates individual and organizational interventions. On an individual level, fostering emotional intelligence, resilience, and self-care practices is crucial. Equipping employees with stress management techniques and encouraging them to seek support when needed can mitigate the effects of burnout. Additionally, promoting a culture of psychological safety and open communication enables employees to voice their concerns and seek help without fear of repercussions.

Organizations play a pivotal role in addressing PBS by implementing policies and practices that prioritize employee well-being. This abstract discusses the importance of promoting work-life balance, setting realistic goals, and offering flexible work arrangements. Creating mentorship programs, providing access to mental health resources, and conducting regular check-ins can also help employees feel supported and valued. Moreover, redesigning job roles to reduce excessive workload and ensure a better fit between job demands and employee capabilities is essential.

We emphasise the significance of leadership in combating PBS. Effective leaders are attuned to the well-being of their teams and actively work to create an environment that fosters engagement and job satisfaction. They lead by example, demonstrating healthy work habits and promoting a culture of empathy and understanding. Leadership development programs incorporating emotional intelligence and stress management training can equip leaders with the skills to proactively address burnout.

Furthermore, this abstract underscores the role of policy and regulation in mitigating PBS. Governments and regulatory bodies can enact and enforce labour laws that protect employee rights, such as setting limits on working hours, promoting paid time off, and ensuring access to mental health services. Additionally, incentivising organizations to prioritize employee well-being through tax incentives or certification programs can encourage proactive measures against burnout.

In conclusion, Professional Burnout Syndrome is a pervasive issue with far-reaching consequences for individuals, organisations, and society. This abstract provides a comprehensive overview of PBS, its causes, consequences, and potential mitigation strategies. By understanding the complex interplay of individual and organisational factors contributing to burnout, stakeholders can collaboratively work towards its prevention and mitigation. Addressing PBS requires a multifaceted approach encompassing individual well-being, organisational policies and practices, leadership development, and regulatory measures. As we navigate the evolving work landscape, combating burnout has become an imperative for a healthier and more productive workforce. This abstract serves as a call to action, urging all stakeholders to prioritise the well-being of professionals and work collectively to mitigate the impact of PBS.

THE IMPORTANCE OF MOTIVATION IN THE SUCCESS OF STUDENTS' LEARNING ACTIVITIES	60
<i>Войтенко Н. С., Єрмакова А. Ю..</i>	
ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ	63
<i>Joana Berger-Estilita</i>	
UNDERSTANDING AND MITIGATING PROFESSIONAL BURNOUT SUNDROME: A COMPREHENSIVE EXPLORATION.....	67
<i>Гарькавець С.О., Волченко Л.П.</i>	
ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	70
<i>Гойда М.О.</i>	
АКТУАЛЬНИЙ СТАН НОРМАТИВНО-ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ.....	73
<i>Горицька О.В., Єрмаков М. Ю.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СУЧАСНИХ ПІДПРИЄМЦІВ ДО УМОВ ВОЄННОГО СТАНУ.....	80
<i>Грінько М.М.</i>	
ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ ДСНС ПІСЛЯ ЇХ УЧАСТІ В ЛІКВІДАЦІЇ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	84
<i>Данилюк І. В., Курапов А. О., Ягіяєв І. І., Малишева К. О., Льошенко О. А., Литвин С. В.</i>	
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ХЕМОФОБІЇ ТА НЕГАТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВАКЦИНАЦІЇ.....	90
<i>Жусь О.М.</i>	
ФІНАНСОВА ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПЛАНУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ	95
<i>Загоруйко Н.М.</i>	
КОЛОРАТИВНІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТИВНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ВІДОБРАЖЕННЯ ЇЇ У ПСИХОЛОГІЇ ЛЮДИНИ ТА ЇЇ МОВЛЕННІ	98
<i>Єрмакова С.С.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРОВАДЖЕННЯ БІОЕТИКИ В ОСВІТНЮ ПРАКТИКУ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	102
<i>Єрмакова С.С., Воронецька Д.О.,</i>	
ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ ЯК МОДЕРАТОР ЇЇ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ.....	105
<i>Єрмакова С.С., Каранфілова О.В.</i>	
РОЗУМІННЯ СВІТУ У ПРОЦЕСІ СВІТОГЛЯДНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	109
<i>Єрмакова С.С., Криворучко В.О.</i>	
ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ: ВІРТУАЛЬНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ГЛОБАЛЬНІ КОНТЕКСТИ ІСНУВАННЯ.....	113
<i>Yermak K.</i>	
THE RELATIONSHIP OF PARTNERS IN MARRIAGE AND THEIR IMPACT ON THE DEVELOPMENT OF THE CHILD	116