

9. Selye H. Confusion and controversy in the stress field. Journal of human stress. 1975, Jun 1; 1(2). P. 37–44.

*Леся Овчаренко,*  
професор кафедри економіко-правових дисциплін  
навчально-наукового інституту права та психології  
Національної академії внутрішніх справ,  
кандидат економічних наук, доцент

## **ЕКОНОМІЧНІ НАСЛІДКИ ПОГІРШЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ВИКЛАДАЧІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Сучасний стан функціонування освітньої системи України зумовлює виникнення нових викликів для всіх учасників освітнього процесу. Воєнні дії на території держави призвели до зміни традиційних форм взаємодії, побутових та професійних умов, спричинили зростання рівня невизначеності та емоційного навантаження та виснаження в повсякденному житті.

Викладачі продовжують здійснювати свої професійні функції в цих умовах, але додатково вони намагаються підтримати емоційно здобувачів, надати їм більше впевненості та оптимізму. Така ситуація вимагає значної уваги до стану захисту ментального здоров'я викладачів.

Згідно з визначенням Всесвітньої організації здоров'я, психічне (ментальне) здоров'я – це стан психічного благополуччя, який дозволяє людям справлятися зі стресами життя, реалізовувати свої здібності, добре навчатися та працювати, а також робити внесок у розвиток своєї громади [1].

Стан ментального здоров'я характеризує здатність людини ефективно взаємодіяти з оточенням, долати труднощі, реалізовувати свій потенціал і зберігати внутрішню стійкість. Під час війни викладач стикається з одночасним впливом багатьох факторів: особистими переживаннями та стресом, тривогою за близьких, непередбачуваністю освітнього процесу та частими змінами форматів навчання (онлайн, офлайн, змішаний), емоційним станом здобувачів освіти; небезпекою для життя та здоров'я, яка супроводжується регулярними повітряними тривогами, необхідністю перебування в укриттях; економічною та соціальною нестабільністю, що посилює тривожні настрої. Наслідком може бути професійне вигорання викладача.

Професійне вигорання, як синдром фізичного, емоційного та інтелектуального виснаження, негативно впливає не лише на окрему особу, а й на функціонування організації та економіку в цілому[2]. Його економічні наслідки є комплексними і проявляються на мікро-, мезо– та макрорівнях.

Професійне вигорання важливо розглядати також і як економічну проблему. Виснажений працівник втрачає здатність працювати з попередньою ефективністю, що безпосередньо впливає на результати діяльності підприємства. За даними міжнародних досліджень, вигорання пов'язане зі

зниженням продуктивності на 20–30 %, що призводить до значних фінансових втрат для роботодавців [3].

Професійне вигорання є однією з провідних причин зростання плинності кадрів. Виснажені працівники частіше змінюють місце роботи, що змушує організації здійснювати додаткові витрати на пошук, відбір, адаптацію та навчання нових співробітників. За оцінками HR-аналітиків, витрати у річному вимірі на заміну лідера обходяться у 200 % його зарплати, технічного фахівця – у 80 %, а рядового співробітника – у 40 % [4]. Таким чином, високий рівень вигорання у колективі формує значне фінансове навантаження на роботодавця.

Професійне вигорання безпосередньо сприяє збільшенню кількості лікарняних, погіршенню фізичного здоров'я та розвитку психосоматичних захворювань. Це створює економічні втрати як для роботодавців, так і для держави, оскільки зростають витрати на оплату лікарняних листків, медичну допомогу, компенсації за тимчасову непрацездатність. Часті та тривалі періоди відсутності працівника призводять до зниження загальної продуктивності та можуть спричинити порушення виробничих і організаційних процесів.

Професійне вигорання має значний опосередкований економічний вплив через погіршення психологічного клімату в колективі. Виснажені працівники демонструють низьку мотивацію, меншу залученість у спільні проекти, збільшення кількості конфліктів та зниження рівня командної взаємодії. Це ускладнює управління персоналом і може призводити до зриву строків виконання завдань, зменшення конкурентоспроможності навчального закладу.

Інноваційність є визначальним чинником розвитку організацій в цифровому просторі. Кожне підприємство для зростання конкурентоспроможності, а отже, забезпечення економічної безпеки має бути спрямоване на освоєння нових технологій та способів роботи, без яких у сучасних умовах просто не вижити [5]. Однак працівники, які перебувають у стані професійного вигорання, менш схильні до творчого мислення, стратегічного планування і генерування нових ідей. Зниження інноваційної активності вповільнює розвиток підприємства, обмежує його здатність адаптуватися до ринкових змін і створює довгострокові економічні ризики, пов'язані зі зменшенням конкурентних переваг.

На рівні національної економіки професійне вигорання призводить до зниження сукупної продуктивності, що має прямий вплив на темпи економічного зростання. Збільшення витрат на охорону здоров'я, соціальну підтримку, компенсацію кадрових втрат та наслідків низької ефективності праці створює додаткове навантаження на державний бюджет. У секторах, де трудові ресурси є критично важливими – освіта, охорона здоров'я, правоохоронні органи – вигорання може спричинити системні проблеми, що матимуть довготривалі економічні наслідки.

Інвестиції у програми профілактики професійного вигорання є економічно обґрунтованими. Ефективні стратегії профілактики – організаційна підтримка, гнучкі форми зайнятості, розуміння та підтримка з боку безпосереднього керівництва, відкритий, побудований на довірі та повазі до працівників стиль спілкування – сприяють збереженню кадрового потенціалу,

підвищують ефективність праці та формують стійкість організації до кризових викликів [6].

Профілактика та своєчасне управління ризиками професійного вигорання є важливим елементом економічної стратегії організацій та державної політики зайнятості. Ефективне вирішення цієї проблеми сприятиме підвищенню конкурентоспроможності підприємств, забезпеченню економічної стабільності та формуванню стійкого кадрового потенціалу.

Можна виокремити наступні напрями підтримки викладачів на шляху до попередження або подолання професійного вигорання та погіршення стану ментального здоров'я.

Перший напрямок – створення сприятливого клімату в колективі шляхом підвищення рівня емпатії та взаєморозуміння та поваги в професійній взаємодії.

Другим напрямом є організаційна підтримка з боку закладу освіти шляхом гнучкого планування розкладу і навантаження тощо.

Ментальне здоров'я викладачів є ключовим чинником стабільності та ефективності всього освітнього процесу, особливо в умовах воєнного стану. Збереження психологічного благополуччя педагогів впливає на якість навчання, рівень мотивації студентів та загальну стійкість суспільства. Тому державна, інституційна і колективна підтримка викладачів має стати пріоритетом у системі відновлення та розвитку людського капіталу України.

#### *Список використаних джерел*

1. World Health Organization. Mental Health. URL: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (дата звернення: 20.11.2025).

2. МН4U Найважливіше про психічне здоров'я. URL: <https://www.mh4u.in.ua/hochu-diznatysya-bilshe/emocijne-vygorannya-prychyny-symptomu-stadiyi-ta-yak-borotysya-z-nym/> (дата звернення: 20.11.2025).

3. Близнюк Є. Вигорання як бізнес-ризик. URL: <https://forbes.ua/leadership/vigorannya-yak-biznes-rizik-chomu-pidtrimka-pratsivnikiv-narazi-klyuchova-dlya-uspikhu-kompaniy-analiz-direktorki-gradus-research-evgenii-bliznyuk-13062025-30517> (дата звернення: 20.11.2025).

4. Employee Retention Depends on Getting Recognition Right 18/09/2024 URL: <https://www.gallup.com/workplace/650174/employee-retention-depends-getting-recognition-right.aspx> (дата звернення: 20.11.2025).

5. Загребельна І. Л., Дядик Т. В., Косенко В. М. Інноваційний розвиток як чинник підвищення конкурентоспроможності підприємств. *Український журнал прикладної економіки та техніки*. 2024. Том 9. № 3. С. 61 – 65. DOI: <https://doi.org/10.36887/2415-8453-2024-3-11> (дата звернення: 20.11.2025).

6. Коровіна Н. Роль організації у профілактиці професійного і емоційного вигорання співробітників. Професійне та емоційне вигорання учасників освітнього процесу під час кризових і трансформаційних процесів: матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації, 1 січня – 11 лютого 2024 року. – Львів – Торунь: Liha-Pres, 2024. 164 с. с.76-79. URL: [https://cuesc.org.ua/images/informlist/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82\\_advanced\\_training\\_KPSI.pdf](https://cuesc.org.ua/images/informlist/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_advanced_training_KPSI.pdf) (дата звернення: 20.11.2025).