

УДК 612.68

Кульчицька І. – ст. гр. БП-31

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

АНАЛІЗ ПРОФЕСІЙНИХ КРИЗ ІЗ УРАХУВАННЯМ СУЧАСНИХ СИТУАЦІЙ В УКРАЇНІ

Науковий керівник: професор Стоцький Я. В.

Kulchytska I.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University

ANALYSIS OF PROFESSIONAL CRISIS TAKING INTO ACCOUNT THE CURRENT SITUATIONS IN UKRAINE

Supervisor: Hist.d.(History), professor Stotski Y. V.

Ключові слова: професійні кризи, сучасність, шляхи подолання

Keywords: professional crises, modernity, ways of overcoming

Сучасний світ, позначений швидкими та непередбачуваними змінами, ставить перед кожною людиною виклики, пов'язані з її професійною діяльністю. Особливо гостро ці виклики відчуються в Україні, яка переживає складний період своєї історії. Російсько — українська війна, економічна нестабільність, технологічний прогрес та соціальні трансформації не лише змінюють звичний ритм життя, але й суттєво впливають на ринок праці, створюючи унікальні умови для виникнення професійних криз.

В умовах тривалого воєнного конфлікту та економічної рецесії, українські працівники стикаються з безпрецедентним рівнем стресу та невизначеності. Втрата робочих місць, необхідність адаптації до нових професійних вимог, психологічні травми та вимушена міграція — все це створює складний контекст для професійного розвитку.

Професійні кризи є невід'ємною частиною трудової діяльності будь-якої людини. Вони можуть виникати через різні причини: особисті, соціальні, економічні чи політичні.

Професійна криза — це період у трудовій діяльності, коли людина відчуває незадоволеність своєю роботою, втрату мотивації, брак перспектив для розвитку або неможливість продовжувати професійну діяльність через зовнішні обставини. Найпоширенішими видами таких криз є: адаптації (початковий етап кар'єри), професійного зростання (неможливість кар'єрного просування), самореалізації (незадоволеність досягнутими результатами), передпенсійний період.

Криза зайнятості — через війну та економічний спад багато громадян втратили роботу або змушені перекваліфіковуватися. Особливо постраждали галузі виробництва, транспорту та сфери послуг.

Масова міграція робочої сили — вимушене переселення та еміграція фахівців призводять до дефіциту кадрів у критично важливих сферах, таких як медицина, освіта та інженерія.

Криза професійного вигорання — збільшення психологічного навантаження, стрес через невизначеність та нестабільність призводять до вигорання у лікарів, педагогів, військових та IT-спеціалістів.

Дестабілізація ринку праці — руйнування підприємств, зміна економічних пріоритетів та відсутність інвестицій призводять до нестабільності у багатьох галузях.

Криза під час війни стала найбільшим викликом для українського ринку праці та економіки загалом. Руйнування підприємств, втрата виробничих потужностей та міграція населення значно ускладнили професійну стабільність. Багато працівників були змушені залишити свої робочі місця або переорієнтуватися на нові сфери діяльності. Крім того, військовослужбовці та працівники критичної інфраструктури піддаються високому рівню фізичного та психологічного навантаження, що спричиняє емоційне виснаження та професійне вигорання.

Шляхи подолання: професійний розвиток, постійне навчання та підвищення кваліфікації, освоєння нових технологій і навичок, участь у тренінгах й семінарах, психологічна підтримка, звернення до психолога або психотерапевта, розвиток навичок стресостійкості та емоційного інтелекту, підтримка з боку колег та близьких, адаптація до нових умов, гнучкість і готовність до змін, пошук нових можливостей та альтернативних шляхів розвитку.

Отже, професійні кризи, що виникають в умовах сучасних реалій України, є складним та багатогранним явищем, яке вимагає комплексного підходу до аналізу та вирішення. Аналіз причин та типів професійних криз дозволяє краще зрозуміти їхню природу та розробити ефективні стратегії подолання. Важливо усвідомити, що професійні кризи — це не лише негативне явище, але й можливість для особистісного та професійного зростання.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Р. Даліо «Великі боргові кризи. Принципи подолання» Київ, 2023. 496с.
2. Шубіна Г. - Криза: як адаптуватися під час війни?URL:<https://hubz.ua/hubz-psychology/kryza-yak-adaptuvatysya-do-novyh-obstavyn-pid-chas-vijny/>(дата звернення 30.03.2025).
3. Професійні кризи та шляхи їх подолання.URL:<https://ode.dcz.gov.ua/publikaciya/profesiyni-kryzy-ta-shlyahy-yih-podolannya>(дата звернення 30.03.2025).