

Выпускная квалификационная работа:

* Технологии превенции эмоционального выгорания у специалистов социальной работы

*


**Выполнила: Максимкина Алена
Андреевна**

Актуальность исследования

- * От 30 до 90% работающих врачей, педагогов, социальных работников, психологов, психотерапевтов, спасателей, юристов и т.д. в той или иной степени подвержены синдрому эмоционального выгорания.

Актуальность исследования

- * Особенно данная проблема касается специалистов по социальной работе, которые работают непосредственно с клиентами. Поэтому нужно создавать, совершенствовать и внедрять технологии превенции эмоционального выгорания в практику социальной работы.



«Ничто для человека не является такой сильной нагрузкой и таким же испытанием, как другой человек»

* **Цель исследования -**
разработка технологии
превенции эмоционального
выгорания у социальных
работников .

* **Объект исследования** –
эмоциональное выгорание в
профессиональной деятельности
социального работника.

* **Предмет исследования** –
превенции эмоционального
выгорания у социальных
работников

* **Задачи исследования:**

- * 1. Изучить основные теоретические подходы к изучению феномена эмоционального выгорания.
- * 2. Раскрыть содержание профессиональной деятельности социальных работников.
- * 3. Выявить факторы, влияющие на развитие эмоционального выгорания у специалиста по социальной работе.

4. Провести эмпирическое исследование эмоционального выгорания у социальных работников

5. Разработать рекомендации, технологии по профилактике, превенции эмоционального выгорания социальных работников.

База исследования

Исследование проводилось на базе Службы социальной помощи семье и детям. В исследовании приняло участие 16 человек. Возраст 28-45 лет.

Методы исследования:

* теоретический анализ
научной литературы,
сравнительный анализ,
тестирование.

Методика исследования:

* В.В.Бойко : Методика
диагностики эмоционального
выгорания

Эмоциональное выгорание - это

* состояние физического и психического, и прежде всего, эмоционального, истощения, вызванного длительным пребыванием в эмоционально перегруженных ситуациях общения.

Эмоциональное выгорание - это

* выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на избранные психотравмирующие воздействия.

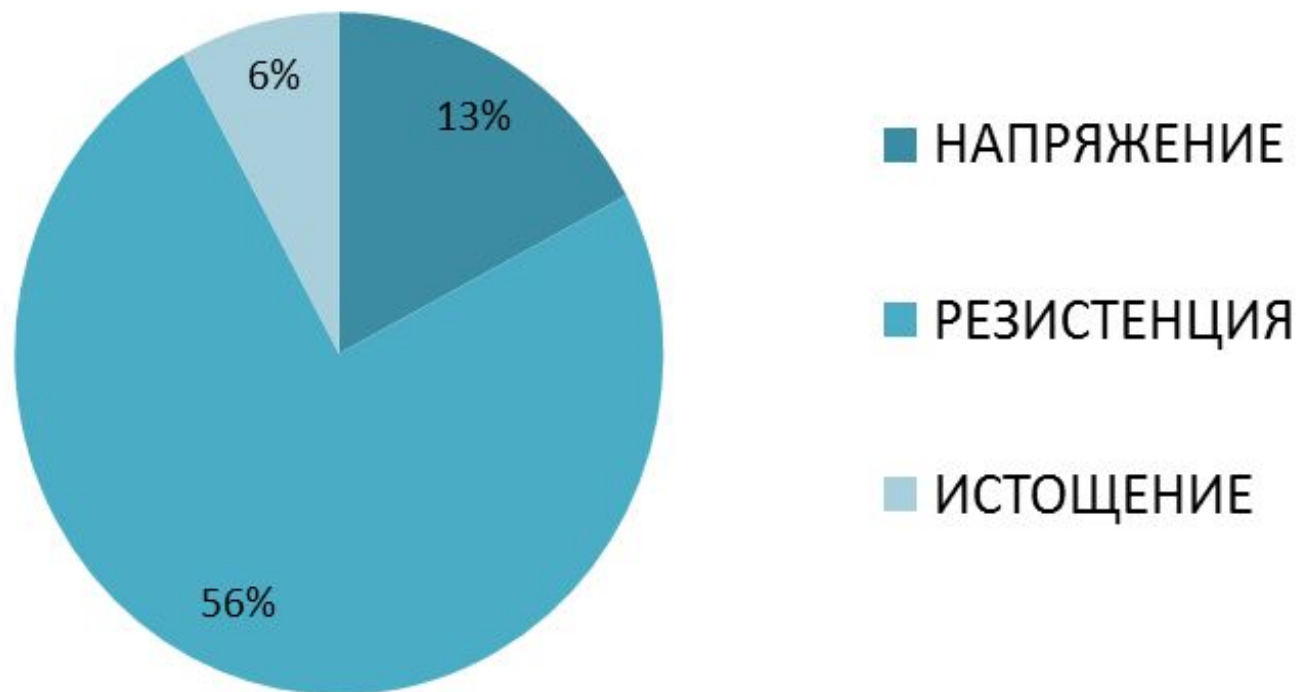
Превенция - это

— предупреждение, предохранение, предотвращение. В социальной работе превентивными мерами называют профилактические и другие меры, направленные на предотвращение и предупреждения ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ.

Результаты исследования:

- * По данным тестирования у 13 % опрошенных (2 человека) сформировалась фаза «Напряжение», у девяти (56 %) - «Резистенция», у одного (6 %) - «Истощение».

Сформированность доминирующего симптома %



Результаты исследования. Фаза «НАПРЯЖЕНИЕ»:

Наименование фазы, симптома	Средний балл	Симптом (фаза) не сложился, %	Симптом (фаза) складывается, %	Симптом (фаза) сложился, %	Доминирующий симптом, %
I. Фаза «НАПРЯЖЕНИЕ»	40,6	25%	62,5%	12,5%	—
1. Переживание психотравмирующих ситуаций	10,8	31,2%	43,8%	25%	18,7%
2. Неудовлетворенность собой	8,5	37,5%	43,8%	18,75%	6,2%
3. Загнанность в клетку	11,6	37,5%	31,3%	31,3%	25%
4. Тревога и депрессия	11,8	25%	56,3%	18,75%	6,2%

Результаты исследования. Фаза «РЕЗИСТЕНЦИЯ»:

Наименование фазы, симптома	Средний балл	Симптом (фаза) не сложился, %	Симптом (фаза) складываются, %	Симптом (фаза) сложился, %	Доминирующий симптом, %
II. Фаза «РЕЗИСТЕНЦИЯ»	58,2	12,5%	31,3%	56,2%	—
1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	18,6	6,2%	25%	68,8%	31,3%
2. Эмоционально-нравственная дезориентация	12,5	12,5%	50%	37,5%	18,75%
3. Расширение сферы экономики эмоций	13,6	37,5%	12,5%	50%	25%

Результаты исследования. Фаза «ИСТОЩЕНИЯ»:

Наименование фазы, симптома	Средний балл	Симптомы (фаза) не сложились, %	Симптомы (фаза) складываются, %	Симптомы (фаза) сложились, %	Доминирующий симптом, %
III. Фаза «ИСТОЩЕНИЕ»	31,1	68,8%	25%	6,2%	—
1. Эмоциональный дефицит	8,6	37,5%	50%	12,5%	6,25%
2. Эмоциональная отстраненность	10,4	56,25%	18,75%	25%	6,25%
3. Личностная отстраненность (деперсонализация)	7,9	62,5%	12,5%	25%	6,25%
4. Психосоматические и психовегетативные нарушения	6,8	75%	18,75%	6,25%	—

ВЫВОДЫ:

- анализ результатов позволяют утверждать, что большинство исследуемых социальных работников подвержены эмоциональному выгоранию;
- уровень сформированности выгорания снижает успешность выполнения профессиональной деятельности;
- применяемые методы превенции эмоционального выгорания несовершенны.

ВЫВОДЫ:

* социальные работники имеют различные проявления синдрома эмоционального выгорания и требуют дальнейшей серьезной и планомерной превенции, что необходимо для совершенствования их профессиональной деятельности.

Проект программы обучающего семинара-тренинга превенции эмоционального выгорания

- * Длительность семинара: два дня, или 4 занятия по 4 часа.

Обучающие цели семинара:

- познакомятся с синдромом эмоционального выгорания;
- смогут выявлять наличие или отсутствие этого синдрома у себя и других;
- освоят методы и приемы помощи самому себе в ситуациях профессионального стресса;
- узнают, что делать, когда синдром уже развивается;
- смогут на основе полученных знаний и умений оказывать помощь своим сотрудникам в ситуациях стресса.

Содержание семинара:

- * На семинаре предлагаются мини-лекции (по 15-20 минут). Различные задания, упражнения как индивидуальные, так и групповые, дискуссии, обсуждение полученных результатов и т.д.

Комплекс различных индивидуальных превентивных методов, а именно:

- * Рекомендации по индивидуальной (самостоятельной) превенции эмоционального выгорания для социального работника**

Завершая свое выступление,
выражаю глубокую благодарность
научному руководителю и
рецензенту, а также благодарю за
внимание Государственную
аттестационную комиссию.
Спасибо за внимание, мой доклад
закончен!