



Программа профилактики эмоционального выгорания медицинских работников

Выполнила:

ФИО

Научный руководитель:

ФИО



ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ

Цель – изучение эмоционального выгорания и разработка программы профилактики эмоционального выгорания.

Задачи:

1. - изучить проблему эмоционального выгорания в теоретических источниках;
2. - определить наличие синдрома эмоционального выгорания у медсестер.



ОБЪЕКТ, ПРЕДМЕТ, ГИПОТЕЗА

Объект – синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности медицинских сестер.

Предмет – программа профилактики синдрома эмоционального выгорания у медицинских сестер.

Гипотеза исследования: при систематическом проведении занятий по профилактике эмоционального выгорания показатели эмоционального выгорания снижаются.



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация и методики исследования:

В исследовании приняло участие 40 человек (медицинские сестры в возрасте от 28-65 лет).

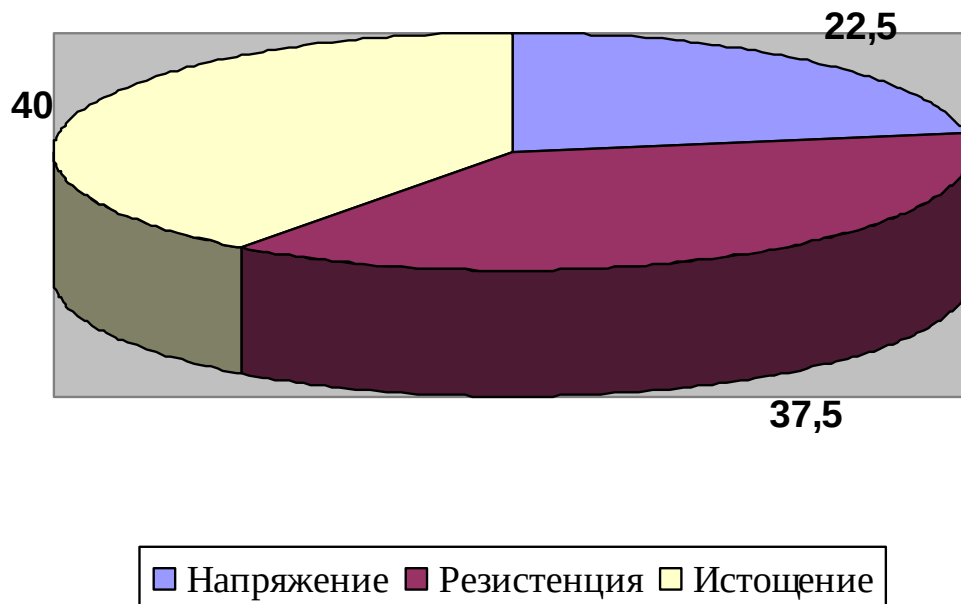
Выборку составили: мужчины – 6 человек, в возрасте от 44 до 59 лет, стаж от 7 до 32 лет; женщины — 34 человека, в возрасте от 28 до 65 лет, стаж работы от 7 до 34 лет.

Методики:

- 1.методика диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В. Бойко) и
- 2.методика «Диагностика профессионального выгорания» К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Анализ результатов исследования:



Выраженность эмоционального выгорания у
медицинских сотрудников

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Анализ результатов исследования:



Результаты методики «Диагностика профессионального выгорания» К. Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой (средний балл группы)



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Программа тренинга по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Программа тренинга рассчитана на 24 часа и включает в себя 8 занятий по 3 часа каждое.

Цель программы:

Познакомить присутствующих с понятием профессионального выгорания, симптомами его проявления, этапами формирования, причинами возникновения, способами его преодоления.

Программа направлена на решение задач:

- 1.обозначение и иллюстрация проблемы эмоционального выгорания;
- 2.укрепление личностной и профессиональной самооценки участников;
- 3.осознание своих личностных особенностей и ресурсных возможностей;
- 4.формирование партнерского стиля межличностного взаимодействия.



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Программа тренинга «Преодоление синдрома эмоционального выгорания»:

Занятие №1 «Я хочу общаться!»

Цель занятия - ознакомить участников с основными принципами программы тренинга, принять правила работы группы, создать позитивную атмосферу в группе

- 1.1. Знакомство
- 1.2. Упражнение «Что я сейчас чувствую»
- 1.3. «Принятие правил работы группы»
- 1.4. Упражнение «Мои добрые дела»
- 1.5. Упражнение «Страховка»
- 1.6. Упражнение «Мои сильные стороны»



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Программа тренинга «Преодоление синдрома эмоционального выгорания»:

Занятие №2

Цель занятия - осознание связи эмоционального выгорания и особенностей своей проф. деятельности, осмысления различий в целях проф. деятельности в начале карьеры и в процессе накопления проф. опыта

- 2.1. Упражнение: «16 ассоциаций»
- 2.2. Домашнее задание: «Свободный микрофон»
- 2.3. Упражнение «Контраргументы»
- 2.4. «Психологическая поддержка и обратная связь»



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Программа тренинга «Преодоление синдрома эмоционального выгорания»:

Занятие №3. Цель занятия - отработать навыки понимания окружающих людей, их внутреннего мира.

Занятие №4. Цель занятия - формирование представлений о качествах личности лидера.

Занятие №5. Цель занятия - отработать навыки социального поведения.

Занятие №6. Цель занятия - обучение навыкам профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Занятие №7. Цель занятия - обучение навыкам профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Занятие №8. Цель занятия - позволить участникам посмотреть на их взаимоотношения с профессией как бы со стороны.



ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика Бойко) в контрольной

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	p ≤...
переживание психотравмирующих обстоятельств	54	0,285
неудовлетворенность собой	58	0,194
«загнанность в клетку»	56	0,033
тревога и депрессия	57	0,574
Фаза «Напряжение»	61	0,122
неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	65	0,045
эмоционально-нравственная дезориентация	57	0,787
расширение сферы экономии эмоций	62	0,074
редукция профессиональных обязанностей	70	0,050
Фаза «Резистенция»	54	0,017
эмоциональный дефицит	67	0,031
эмоциональная отстраненность	51	0,0005
личностная отстраненность	54	0,163
психосоматические и психовегетативные нарушения	67	0,105

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Оценка достоверности
различий между
показателями
симптомов синдрома
эмоционального
выгорания (методика
Бойко) в
экспериментальной
группе

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	p ≤...
переживание психотравмирующих обстоятельств	12	0,27 3
неудовлетворенность собой	21	0,87 3
«загнанность в клетку»	20	0,15 4
тревога и депрессия	16	0,28 4
Фаза «Напряжение»	27	0,54 0
неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	29	0,37 2
эмоционально-нравственная дезориентация	32	0,15 3
расширение сферы экономии эмоций	35	0,64 2
редукция профессиональных обязанностей	29	0,27 4
Фаза «Резистенция»	33	0,73 1

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания:

Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика К. Маслач) в

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	p ≤...
эмоциональное истощение	78	0,274
деперсонализация	62	0,287
редукция личных достижений	76	0,473

Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика К. Маслач) в

Симптомы	экспериментальной группе t-критерий Вилкоксона	p ≤...
эмоциональное истощение	32	0,847
деперсонализация	21	0,748
редукция личных достижений	26	0,473



ВЫВОДЫ

1. Профессия медицинского работника связана со значительным риском развития синдрома эмоционального выгорания.
2. На развитие синдрома «эмоционального выгорания» влияет группа организационных факторов.
3. Развитие и проявления синдрома эмоционального «выгорания» связаны с особенностями личности специалиста.
4. У специалиста в зрелом возрасте уже пройден этап профессионального становления и адаптации к профессии.
5. Наличие высшего образования, на наш взгляд, снижает риск возникновения «выгорания».



ВЫВОДЫ

6. Профилактика психического выгорания – это ведущее направление работы психолога с медработником.

7. Виды психологической коррекции могут быть самыми разнообразными как по форме, так и по содержанию.

8. После участия в программе тренинга все показатели эмоционального выгорания медработников существенно снижены.

9. Проведение профилактических мер и коррекционных видов работы по предупреждению и преодолению психического выгорания требует



Программа профилактики эмоционального выгорания медицинских работников

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!