



Московский
Институт
Психоанализа



Презентация к ВКР на тему:

**«Использование метафорических ассоциативных
карт в работе с эмоциональным выгоранием
матерей»**

Студентки 5 курса группы ПС5А17/11 КП
Астафьевой Дарья Владимировны

Научный руководитель: к.пс.н., доц.
Пшеничная Виктория Викторовна

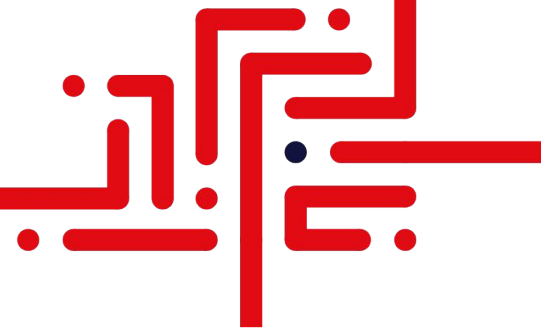


Цель исследования: теоретически изучить и опытно-практически проверить возможности применения метафорических ассоциативных карт в работе с эмоциональным выгоранием женщин-матерей.

Объект исследования: эмоциональное выгорание у женщин-матерей.

Предмет исследования процесс психологической коррекции эмоционального выгорания у женщин-матерей при помощи метафорических ассоциативных карт.

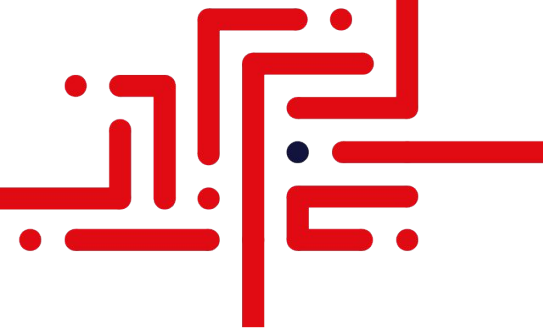
Гипотеза исследования. Общей гипотезой исследования выступило предположение о том, что метафорические ассоциативные карты могут использоваться как психокоррекционный инструмент эмоционального выгорания матерей.





Актуальность исследования. Малое количество исследований и отсутствие общепринятых критериев психокоррекции эмоционального выгорания матерей в России и за рубежом обеспечивает актуальность настоящего исследования, а полученным результатам – научную новизну.

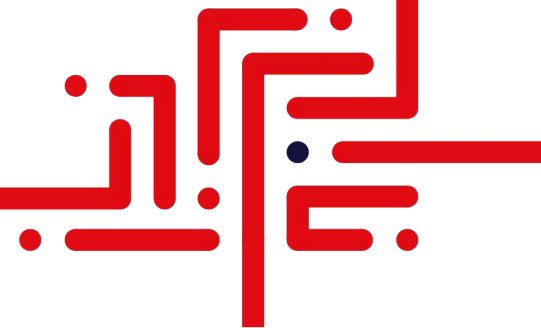
Из-за отсутствия конкретных единых программ и рекомендаций перспективным представляется переход к использованию техник и методик проективного подхода, а именно к работе с метафорическими ассоциативными картами, позволяющим эффективно анализировать эмоциональные, деструктивные, психосоматические и другие признаки психического выгорания для дальнейшего более эффективного проведения процесса психокоррекции.





Задачи исследования:

1. Провести теоретический обзор литературы феномена эмоционального выгорания матери и описать особенности эмоциональной сферы женщин-матерей;
2. Подобрать методики для выявления эмоционального выгорания матерей;
3. Сформировать выборку для проведения исследования;
4. Разработать и апробировать технику с использованием метафорических ассоциативных карт для психологической коррекции эмоционального выгорания у женщин-матерей;
5. Определить степень выраженности эмоционального выгорания у женщин-матерей «до» и «после» психокоррекционной работы с использованием метафорических ассоциативных карт;
6. Сделать выводы по итогам исследования.





Эмпирическая база исследования. Исследование проводилось онлайн, в сети интернет, с использованием Google forms на базе МКУ «КЦСОН Беловского муниципального округа».

Характеристика выборки исследования. В исследовании приняли участие 60 женщин-матерей в возрасте от 22 до 42 лет с различным социальным статусом и количеством детей, имеющих стаж материнства от трех до четырнадцати лет. Все дети испытуемых не имеют психических и поведенческих проблем, а также серьезных заболеваний.



Ход исследования (I этап)

Методики исследования

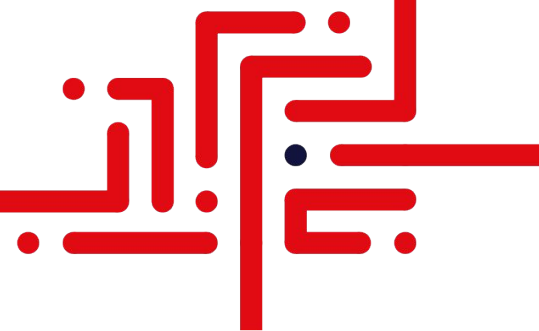
«Диагностика самочувствия,
активности и настроения»
(САН),

(В. А. Доскин, Н. А.
Лаврентьева, В. Б. Шарай и
М. П. Мирошников)

«Методика диагностики
уровня эмоционального
«выгорания» у матерей»,
(Л.А. Базалева)

Методика «Родительское
выгорание»

(И.Н. Ефимова, модификация
диагностики эмоционального
выгорания Н.Е. Водопьяновой
и Е.С. Старченковой)





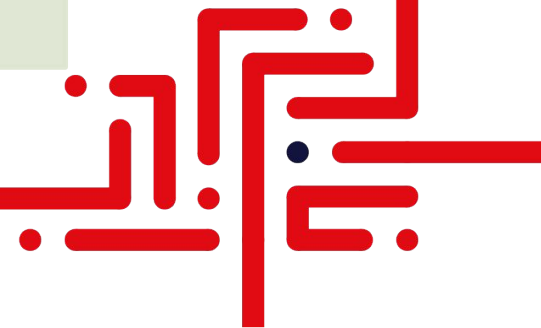
Ход исследования (II этап)

Группа 1

- Не «выгоревшие» матери (31.7% респондентов от всей выборки).

Группа 2

- Частично «выгоревшие» и «выгоревшие» матери (68,3 % респондентов от всей выборки). 25 человек – 61% респондентов от всей группы – согласились участвовать в дальнейшем исследовании.



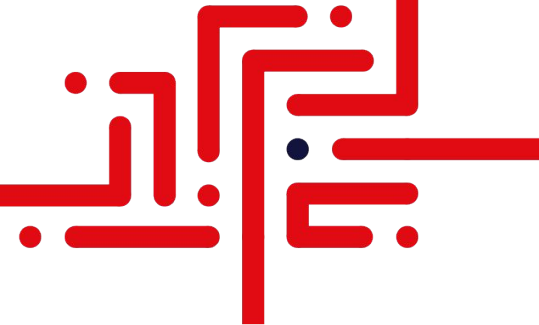


Ход исследования (III этап)

На третьем этапе исследования членам второй группы, согласившимся на дальнейшее исследование, проводились индивидуальные сессии психологического консультирования в виде психокоррекционной техники с использованием метафорических ассоциативных карт.

Каждый испытуемый прошел 2 индивидуальных сессии в онлайн-формате, продолжительность которых составила около 2 часов. Длительность проведения третьего этапа исследования в целом составила более 100 часов.

Затем, спустя 4 недели после прохождения психокоррекционной техники, испытуемые прошли повторное заполнение опросников.



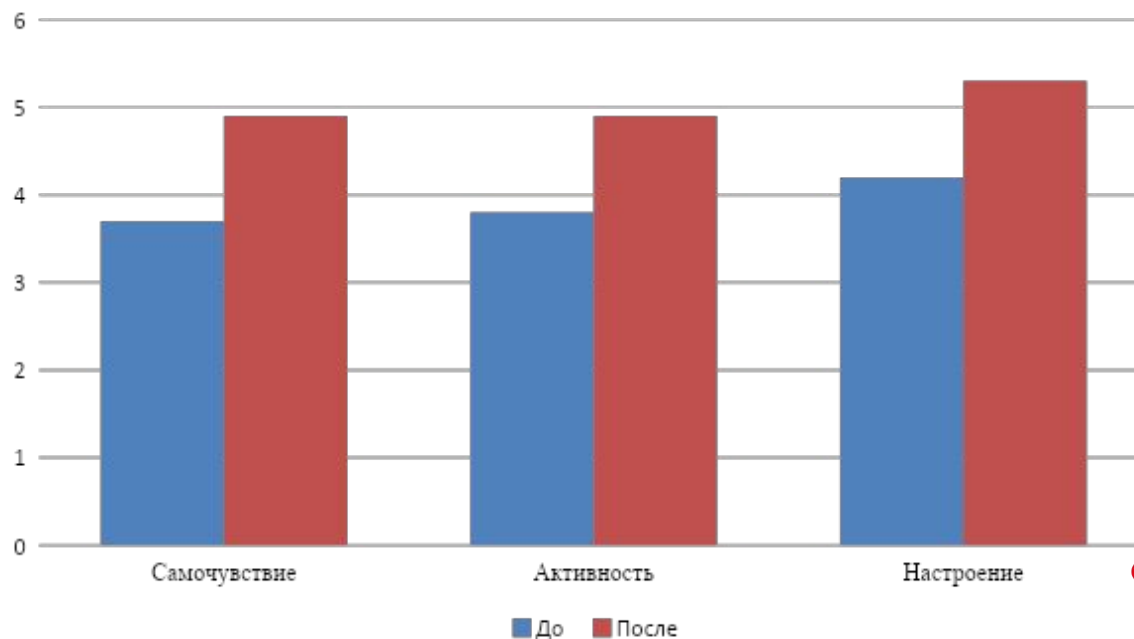


Ход исследования (IV этап) «Диагностика самочувствия, активности и настроения» (САН)

Средние значения по группе (методика САН)

	До прохождения техники	После прохождения техники
Самочувствие	3,7	4,9
Активность	3,8	4,9
Настроение	4,2	5,3

Значительное повышение всех средних показателей:
самочувствия на 32,4%, активности на 28,9% и настроения на 26,1%.



Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Самочувствие» ($U=0$, $p<0,001$).

	N	Средний ранг	Сумма рангов
После - До	0 ^a	,00	,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	25 ^b	13,00	325,00
Связи	0 ^c		
Всего	25		

а. После < До

б. После > До

с. После = До

	После - До
Z	-4,376 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Существуют значимые различия по шкале «Активность» между группой «До» и группой «После» ($U=0$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	0 ^a	,00	,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	25 ^b	13,00	325,00
Связи	0 ^c		
Всего	25		

а. VAR00002 < VAR00001

б. VAR00002 > VAR00001

с. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^b

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,375 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Существуют значимые различия по шкале
«Настроение» между группой
«До» и группой «После» ($U=0$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	0 ^a	,00	,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	23 ^b	12,00	276,00
Связи	2 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^b

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,199 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

**Во всех трех параметрах - «Самочувствие»,
«Активность» и «Настроение» - мы
наблюдаем разницу с высоким уровнем
статистической значимости.**

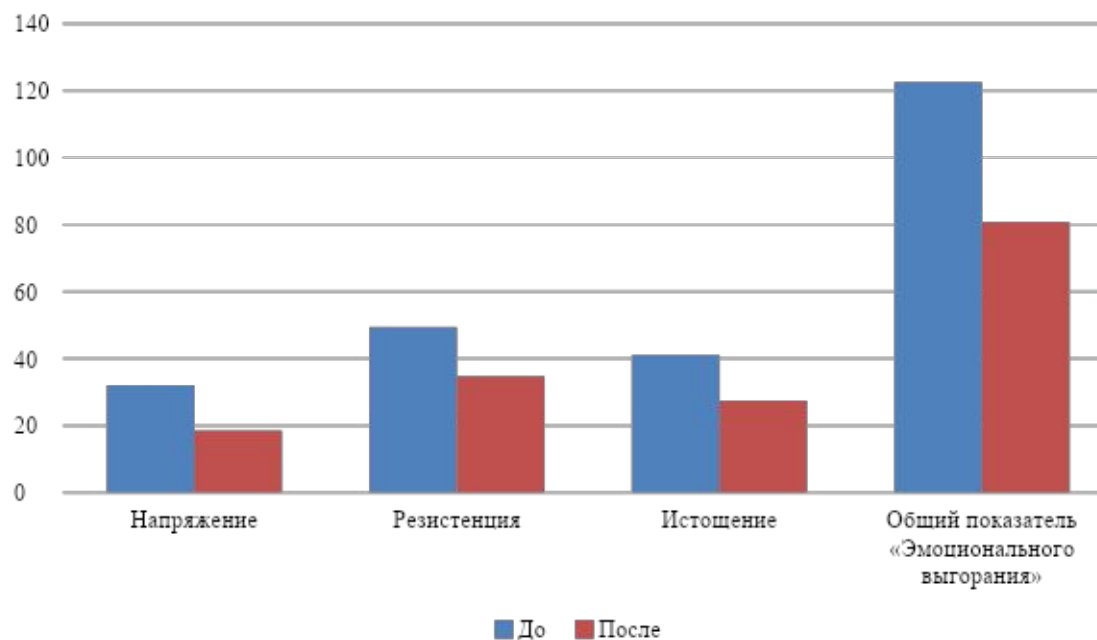


Ход исследования (IV этап) «Методика диагностики уровня эмоционального «выгорания» у матерей»

Средние значения по группе («Методика диагностики уровня эмоционального «выгорания» у матерей»)

	До прохождения техники	После прохождения техники
Напряжение	32	18,6
Резистенция	49,4	34,7
Истощение	41,1	27,4
Общий показатель «Эмоционального выгорания»	122,6	80,8

Средние значения по группе до прохождения методики эмоционального «выгорания» у матерей: напряжение на 32%, резистенции на 29,7%, истощения на 33,3% и общего показателя эмоционального выгорания на 34%.



Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Фаза “Напряжения”» ($U=300$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	24 ^a	12,50	300,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
Связи	1 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Р

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,287 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Фаза “Резистенции”» ($U=325$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	25 ^a	13,00	325,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
Связи	0 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Р

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,376 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Фаза «Истощения»» ($U=276$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	23 ^a	12,00	276,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
Связи	2 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Ф

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,200 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Общий показатель эмоционального выгорания» ($U=325$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	25 ^a	13,00	325,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
Связи	0 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Ф

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,373 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Достоверность различий фаз по «Методике диагностики уровня эмоционального «выгорания» у матерей» (Т-критерий Вилкоксона) обнаруживается по всем показателям.

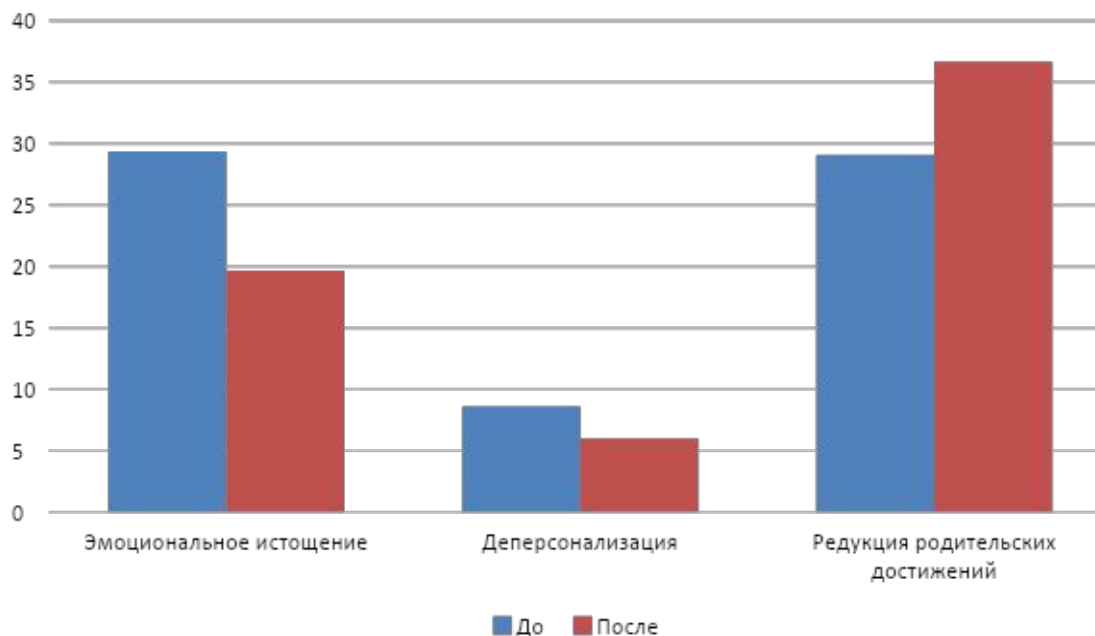


Ход исследования (IV этап) Методика «Родительское выгорание»

Средние значения по группе (опросник «Родительское выгорание»)

	До прохождения техники	После прохождения техники
Эмоциональное истощение	29,3	19,6
Деперсонализация	8,6	6
Редукция родительских достижений	29	36,6

на 33,1%,
деперсонализация на 30,2%, и повышение редукции родительских достижений на 26,2%.



Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Эмоциональное истощение» ($U=300$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	24 ^a	12,50	300,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	0 ^b	,00	,00
Связи	1 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Ф

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,289 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Между группой «До» и группой «После» существуют значимые различия по шкале «Деперсонализация» ($U=206$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	19 ^a	10,84	206,00
Отрицательные ранги			
Положительные ранги	1 ^b	4,00	4,00
Связи	5 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Ф

	VAR00002 - VAR00001
Z	-3,794 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

Рассмотрим эмпирические значения критерия Т-Вилкоксона:

Существуют значимые различия по шкале
«Редукция родительских достижений» между группой
«До» и группой «После» ($U=0$, $p<0,001$).

Ранги

	N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001			
Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
Положительные ранги	25 ^b	13,00	325,00
Связи	0 ^c		
Всего	25		

a. VAR00002 < VAR00001

b. VAR00002 > VAR00001

c. VAR00002 = VAR00001

Статистика критерия^Ф

	VAR00002 - VAR00001
Z	-4,377 ^a
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,000

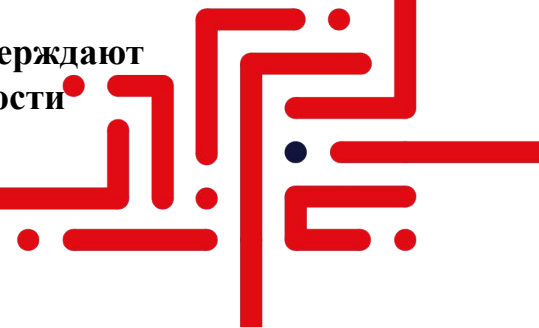
**Достоверность различий фаз по методике
«Родительское выгорание» (Т-критерий
Вилкоксона) обнаруживается по всем
показателям.**



В результате проведенного исследования были получены результаты, опираясь на которые можно сделать следующие выводы:

1. Применение техники, направленной на улучшение психоэмоционального состояния, оказало существенное влияние на оптимизацию эмоциональной сферы женщин-матерей.
2. Анализируя полученные результаты по опроснику САН у группы, проходившей психокоррекционную технику с использованием метафорических ассоциативных карт, достоверно выявлены повышения по шкалам самочувствие, активность и настроение.
3. Результаты, полученные по «Методике диагностики уровня эмоционального «выгорания» у матерей», у лиц, проходивших психокоррекционную технику с использованием метафорических ассоциативных карт, выявляют достоверные снижения по всем фазам: напряжения, резистенции, истощения и общему показателю эмоционального выгорания.
4. Данные, полученные по опроснику «Родительское выгорание», у испытуемых, проходивших психокоррекционную технику с использованием метафорических ассоциативных карт, отражают достоверные понижения по шкалам эмоционального истощения и деперсонализации и повышения по шкале редукции родительских достижений.
5. Разработанная психокоррекционная техника с использованием метафорических ассоциативных карт является достаточно эффективным средством, снижающим уровень эмоционального выгорания у женщин, имеющих детей. Это подтверждено статистически значимыми различиями по всем показателям психодиагностических методик, предназначенных для изучения уровня выраженности различных составляющих эмоционального выгорания.

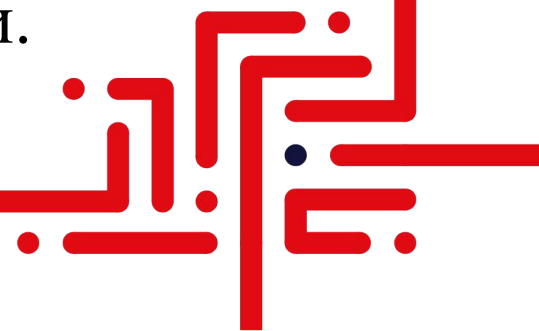
Благодаря проведенному исследованию, получены результаты, которые подтверждают правомерность выдвинутой гипотезы и расширяют представления о возможности коррекции эмоционального выгорания матерей.





После определения всех результатов и написания выводов, нами были выделены рекомендации прикладного характера, направленные на профилактику и коррекцию материнского эмоционального выгорания.

Предложенные рекомендации носят практический характер и учитывают специфику работы психолога с участниками данной выборки. Они также могут послужить дидактическим материалом для других психологов при исследовании проблем в данной области.





Московский
Институт
Психоанализа

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

