

Синдром эмоционального выгорания

представляет собой состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее в результате хронического стресса на работе.



**Выявление причин
эмоционального выгорания
и способы их устранения
в работе
педагога-психолога.**



Нечёткие критерии оценки результата работы



**Обозначить самостоятельно или
с помощью руководства
критерии оценки результатов.**

«Размытость» зоны ответственности специалиста



Должностные инструкции!

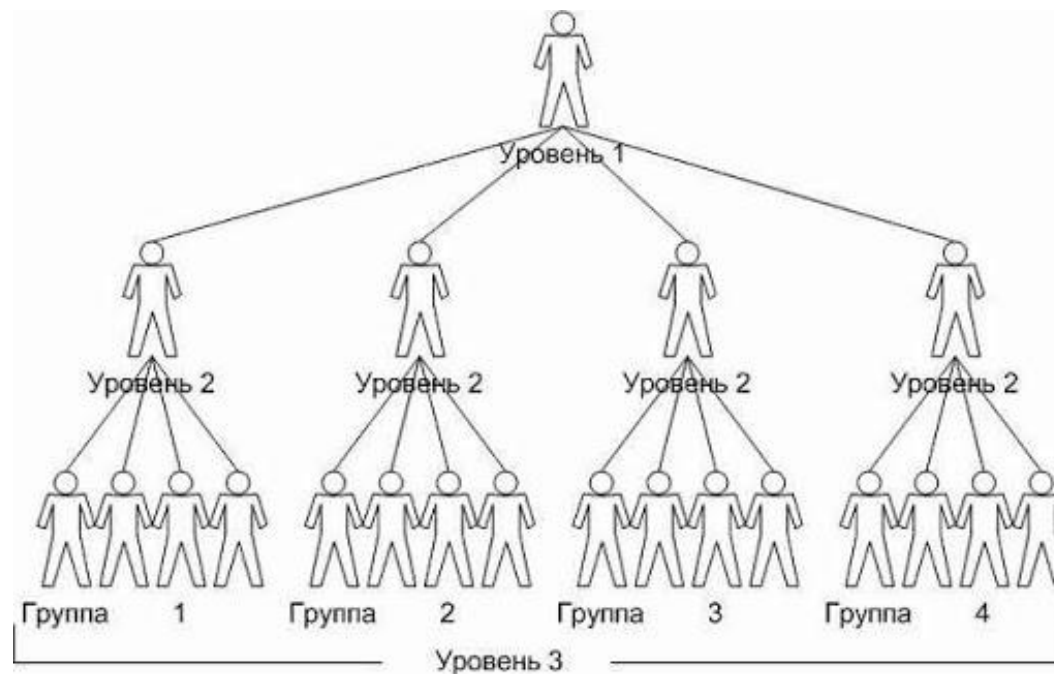
Личностные границы



**Восстановление и удержание личностных границ,
забота о личном пространстве, разделение ответственности**

Иерархия в организации

**Анализ своего
места в иерархии
организации**



**(горизонталь/ вертикаль) и установление
соответствующих коммуникаций**

**Отсутствие запроса или
понимания запроса
клиента для работы с
психологом**



**Установление психотерапевтической мишени в
работе с клиентом! (иногда мишенью может быть сама
формулировка запроса)**

Наличие «слепых пятен» психолога (перенос, контрперенос) в психотерапевтическом процессе



**Разделение личного запроса от запроса
организации и клиента.**

**Фрустрация в связи
с отсутствием
опыта при работе со
сложными
случаями.**



Супервизия

Отсутствие «экологичного» режима работы психолога



Эмоционально-
«разгрузочные»
мероприятия
(психотерапевтические
группы, интервизии)

**Отсутствие
адекватного
энергообмена**



**Сохранение баланса:
Время/оплата/энергия**

Мишени психотерапии, как профилактика ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ



Психотерапия – целенаправленное воздействие с целью изменения

Даже когда это «взаимодействие», то тоже с целью изменения, а значит, взаимодействие в психотерапии все равно является воздействием.

Объектом исследования и приложения своей практической части является **человек**, а предметом – **сфера психического**.



Для того, чтобы получить предпосылки для понимания такого понятия,

как «**мишени психотерапии**», необходимо начать с описания **психической реальности** как **предметного поля** для исследовательской и практической составляющих психотерапии.

**1-я –
мишени, специфичные для
нозологии
(клинической группы)**



Мишени этой группы связаны с конкретными проявлениями и симптомами расстройств, определяющих причины обращения пациентов за медицинской помощью.

Интеграции психотерапии в систему медицинской помощи

**2-я – мишени,
специфичные для
индивидуально-
психологических
и личностных особенностей
пациента
(специфичные для личности)**



К этой группе, относятся психотерапевтические мишени, связанные с личностными и индивидуально-психологическими особенностями пациентов.

Это могут быть характеристики устойчивых паттернов отношений и поведения.

Примерами таких феноменов могут быть проблемы самооценки, алекситимия, локус контроля и т. п.

3-я – мишени, специфичные для психотерапевтического процесса (для отношений между терапевтом и пациентом)



Эти психотерапевтические мишени имеют отношение к психотерапевтическому взаимодействию психотерапевта и пациента.

Примерами могут быть феномены, отражающие особенности участия в психотерапии пациента (избегание, пассивность, особенности мотивации к психотерапии).

Воздействие на эти мишени необходимо для создания качественных условий проводимой психотерапии.

4-я – мишени, специфичные для клинической ситуации



Выделение данной группы мишеней необходимо для разделения сфер компетенции специалистов,

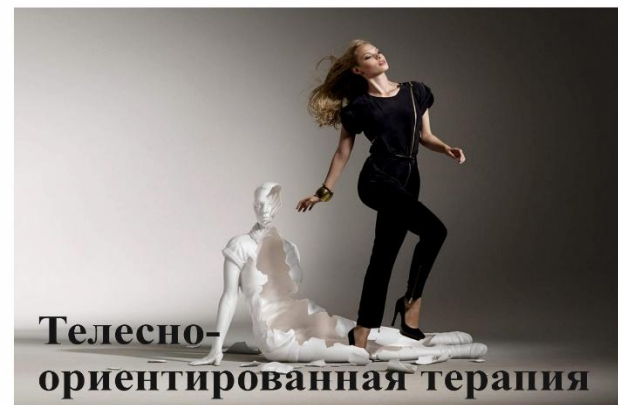
оно также помогает определять потребность в них

(враче-психиатре, клиническом психологе, специалисте по социальной работе, коррекционном педагоге и пр.).

Примерами феноменов этого типа могут быть: уровень психологической осведомленности пациента, вовлеченность пациента в актуальную психотравмирующую ситуацию, разрушение семьи пациента в период невротического расстройства, болезнь другого члена семьи, материальная зависимость пациента от членов семьи и пр.

5-я – мишени, специфичные для психотерапевтического метода

Они составляют группу мишеней для подбора актуального психотерапевтического метода.





ГОРОДСКОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
«РЕСУРС»

т. (843) 554-74-09;
e-mail: resurs.kzn@tatar.ru