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.

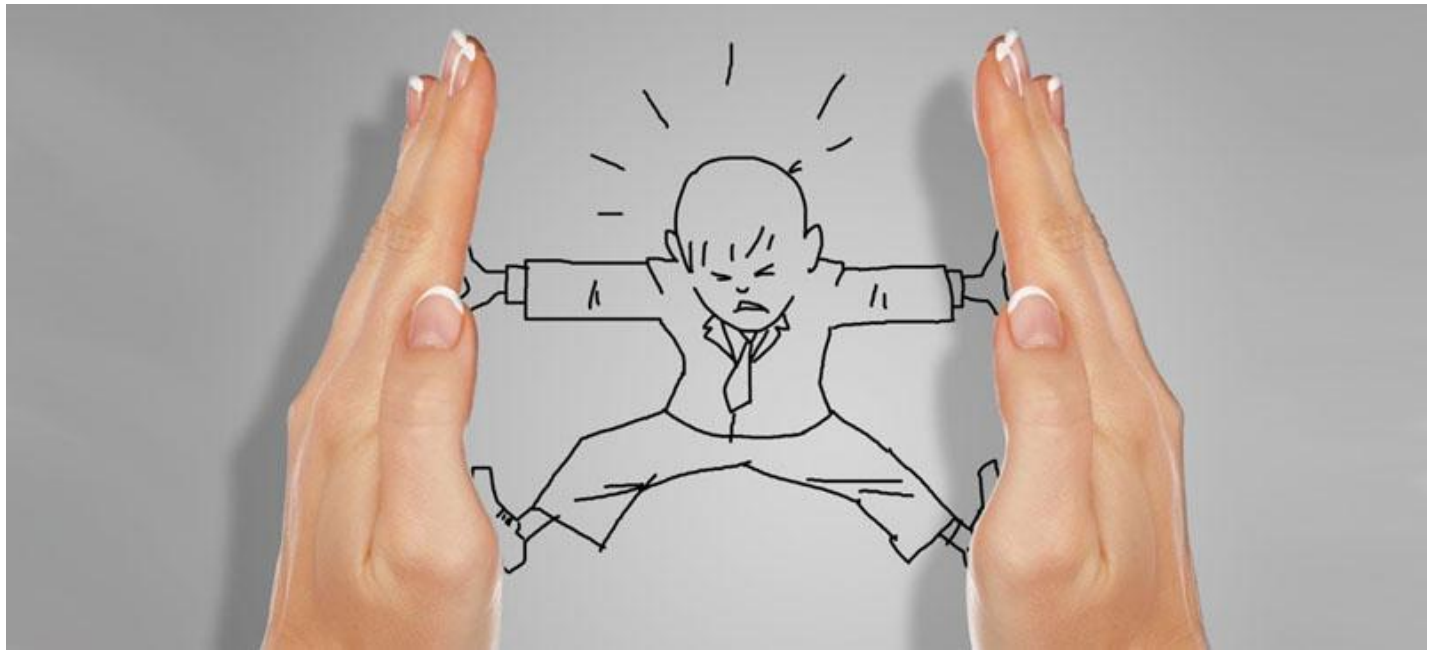
Нечёткие критерии оценки результата работы

Обозначить самостоятельно или с помощью руководства критерии оценки результатов.

«Размытость» зоны ответственности специалиста

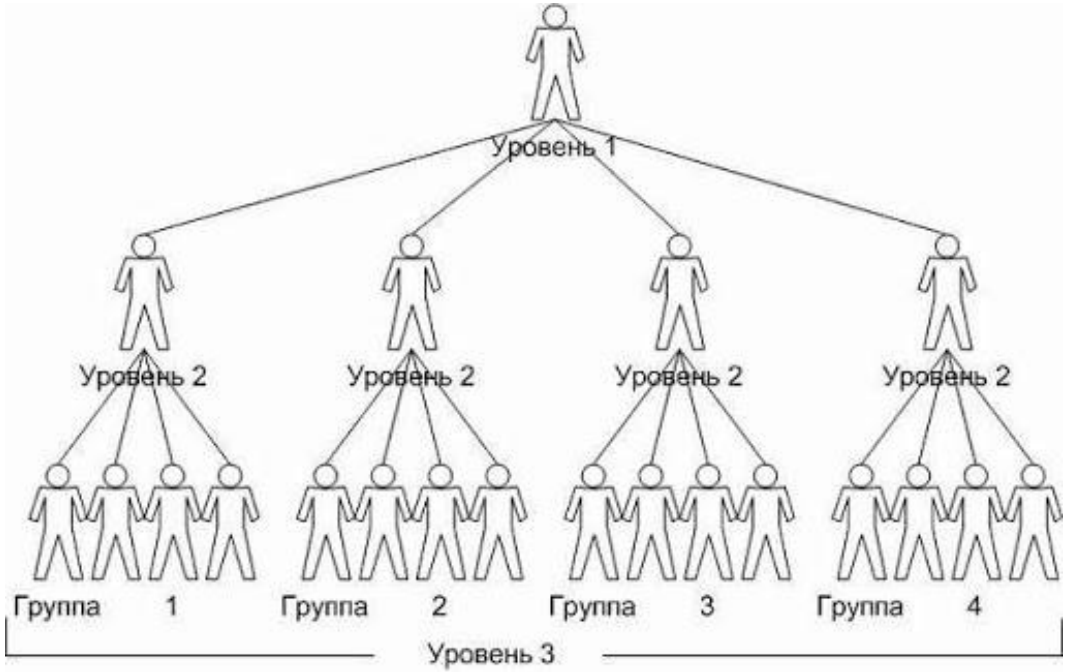
Должностные инструкции!

Личностные границы



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

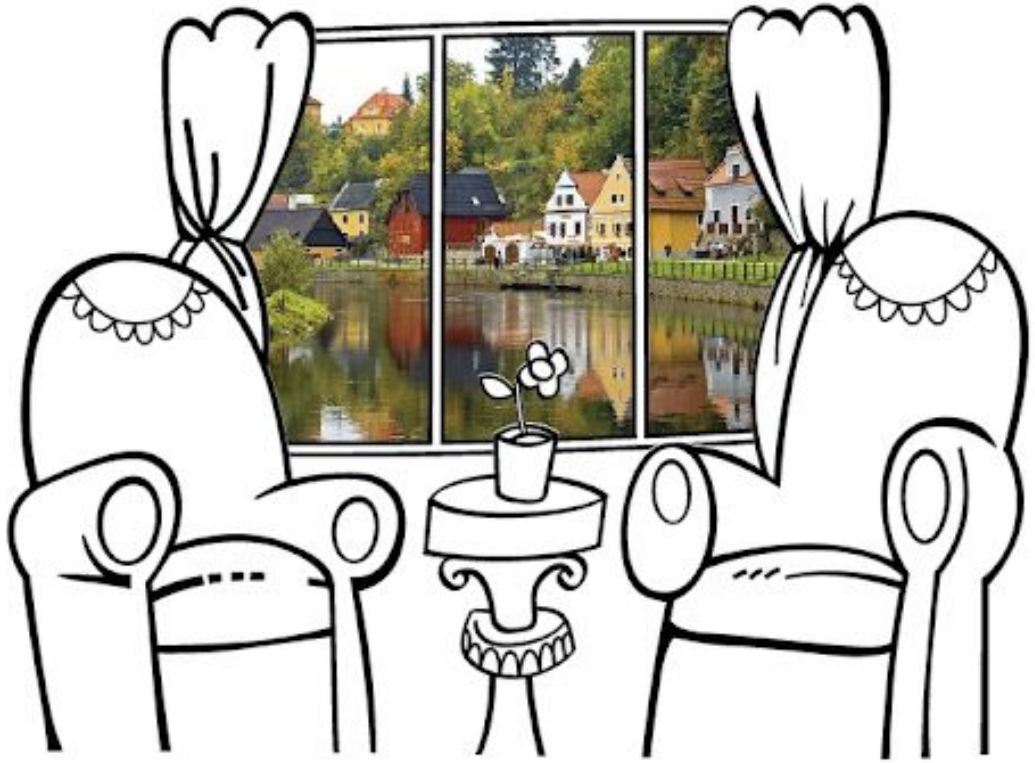
Иерархия в организации



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,

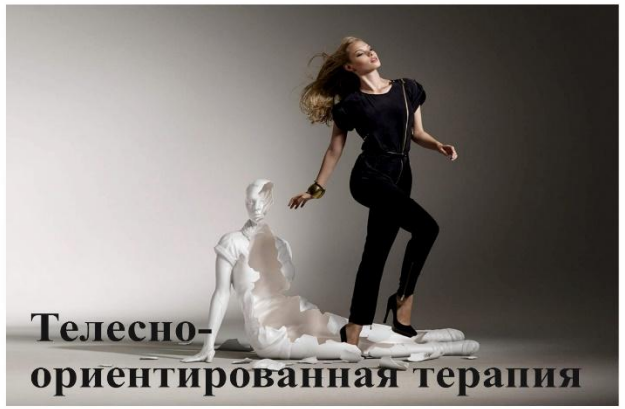
оно также помогает определять потребность в них

(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