

**КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»**

# **ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ЗАКЛАДАХ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ**

---

**МАГІСТРАНТКА: КАПЛУНЕНКО ОЛЬГА ПЕТРІВНА**

**НАУКОВИЙ КЕРІВНИК: ШПОРТУН ОКСАНА МИКОЛАЇВНА, ДОКТОР ПСИХОЛОГІЧНИХ НАУК, ДОЦЕНТ**



**Об'єкт дослідження** – синдром професійного вигорання;

**Предмет дослідження** – психологічні умови та методи ефективної психокорекції професійного вигорання соціальних працівників.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити оптимальні умови та методи проведення психологічної корекції синдрому професійного вигорання серед соціальних працівників та апробувати відповідну психокорекційну програму.

**Гіпотеза** дослідження містить наступні припущення:

1. Частка працівників схильних до професійного вигорання в групі спеціалістів з середньою освітою більше за частку працівників схильних до професійного вигорання в групі спеціалістів з вищою освітою;
2. Інтенсивність зсувів у бік зменшення тривожності соціальних працівників перевищує інтенсивність зсувів у бік її збільшення після проведення психокорекційної роботи;
3. Підвищення мотивації учасників експерименту в результаті корекційної роботи не є випадковим.



## **Завдання дослідження:**

- 1.** здійснити теоретичний аналіз досліджень професійного вигорання соціальних працівників у закладах для дітей з порушеннями інтелекту;
- 2.** емпірично дослідити психологічні особливості професійного вигорання соціальних працівників у закладах для дітей з порушеннями інтелекту та особистісних характеристик особистісної тривожності, мотивації досягнення успіху;
- 3.** розробити програму корекції професійного вигорання для соціальних працівників та перевірити її ефективність.

- **теоретичні:** аналіз вітчизняної, зарубіжної наукової і навчально-методичної літератури (для уточнення змісту понять основних детермінантів професійного вигорання);
- **емпіричні:** константувальний та формувальний експеримент бесіда, та спостереження; комплекс діагностичних методик: методика діагностики рівня «емоційного вигорання» В. В. Бойко; шкала ситуативної та особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергера — Ю. Л. Ханіна; методика діагностики типологій психологічного захисту Р. Плутчика; методика діагностики мотивації особистості на досягнення успіху та уникнення невдач Т. Елерса (для виявлення рівня мотивації серед соціальних працівників).
- **математико-статистичні:** описова статистика; порівняльна статистика: критерій Фішера, G критерій, T критерій Вілксона.



# МОДЕЛЬ ПСИХОКОРЕКЦІЇ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СФЕРИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я

## ЦІННІСНО-ЦІЛЬОВИЙ БЛОК

### Мета

гармонізація усіх компонентів професійно-особистісного розвитку

### Завдання

- Розвиток професійного самопізнання;
- Становлення принципу у роботі, який ґрунтується на світогляді дитиноцентризму;
- Навчання ефективними методами взаємодії, комунікації, продуктивних та корисних стратегій подолання стресу;
- Формування позитивного мислення особистості до себе самої та основних компонентів, при якому суб'єкт бачитиме вирішення усіх особистих та професійних проблем;
- Розвиток навичок самовладання та саморегуляції;
- Оволодіння прийомами тайм-менеджменту, боротьби із прокрастинацією;
- Зниження вираженості загального професійного вигорання та його основних симптомів.

### Психологічні умови корекції

- Актуалізація гуманістичних цінностей соціальних працівників;
- Осмислення самоставлення та самооцінки особистості;
- Актуалізація комунікативних навичок з діалогії;
- Актуалізація рефлексивних навичок;
- Актуалізація стресостійкості та навичок вольового самоконтролю.

## ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ БЛОК

## РЕЗУЛЬТАТИВНИЙ БЛОК

- зниження рівня професійного вигорання; редукції особистих досягнень та підвищення рівня задоволеністю професійної реалізації.
- зниження депресії, індивідуального сприйняття людиною психотравмуючих ситуацій;
- підвищення індивідуальної мотивації учасників та навчання копінг-стратегіями.

## МЕТОДОЛОГІЧНИЙ БЛОК

### Підходи

- Когнітивно-поведінковий;
- Особистісно-орієнтований;
- Діалогічний підхід;
- Екзистенційно-рефлексивний.

### Принципи

- Системність корекційних та профілактичних завдань
- Уніфікованість корекційної та діагностичної роботи
- Пріоритетність казуальності
- Орієнтованість на діяльність
- Орієнтація на індивідуальні особливості.
- Залучення близького оточення особистості до здійснення соціальної підтримки.

### Методи та техніки корекції

ігри, дискусії, бесіди, круглі столи, обговорення в групах, методи соціальної підтримки та інтеграції; застосування вправ на візуалізацію, релаксацію, самооцінювання та самопізнання; оволодіння психогімнастичними вправами з елементами тілесно орієнтованої терапії; мозковий штурм, проективне малювання; аналізи ситуацій, ведення щоденника; притчі, метафори та позитивна інтерпретація та аналіз ситуацій.

## ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ БЛОК

# РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНІСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ГРУПАХ З ВИЩОЮ ОСВІТОЮ ТА СЕРЕДНЬОЮ СПЕЦІАЛЬНОЮ

■ Сформоване вигорання    ■ Несформоване вигорання

80,00%

60,00%

40,00%

20,00%

0,00%

**71,40%**

**28,60%**

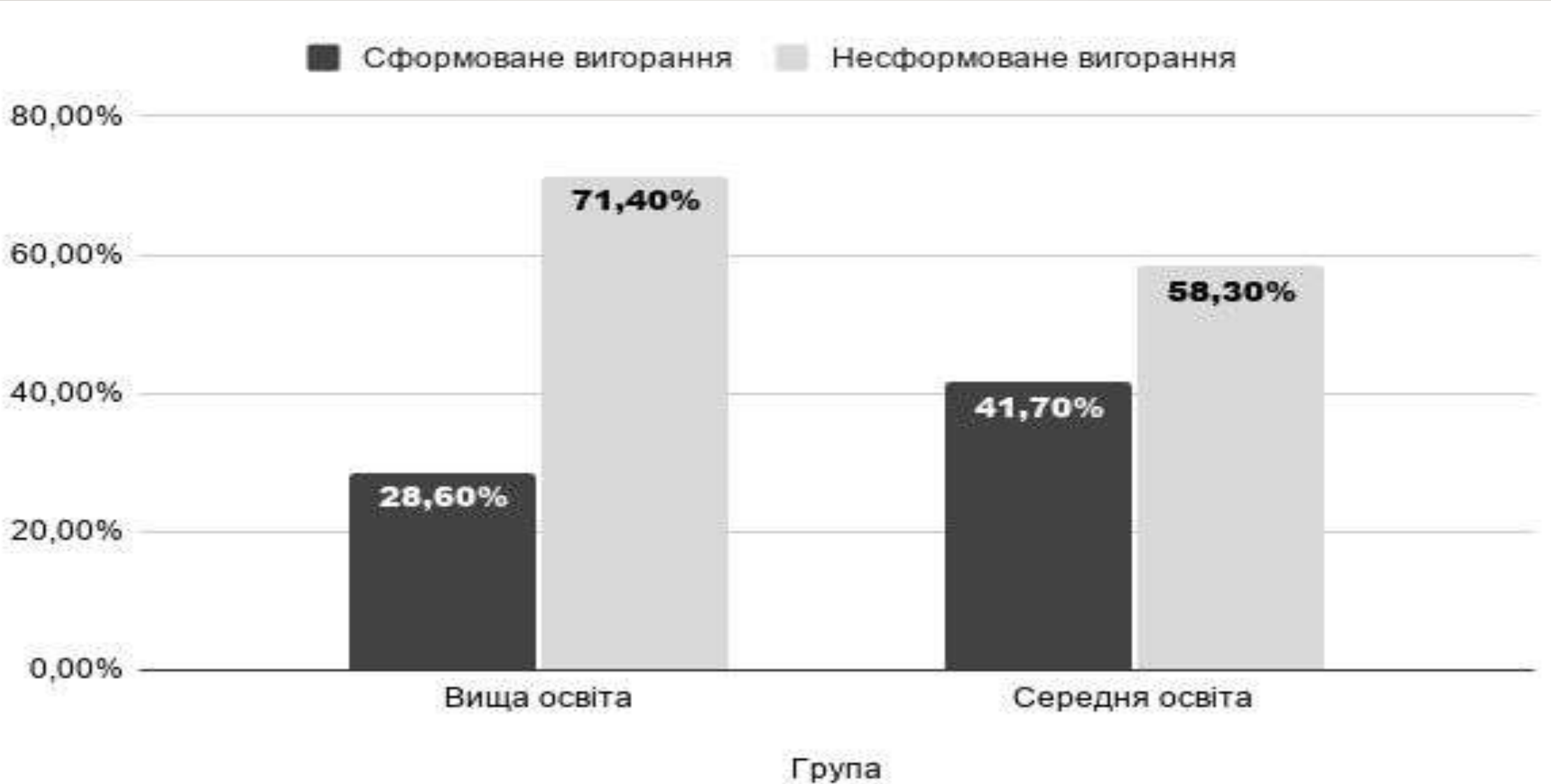
**41,70%**

**58,30%**

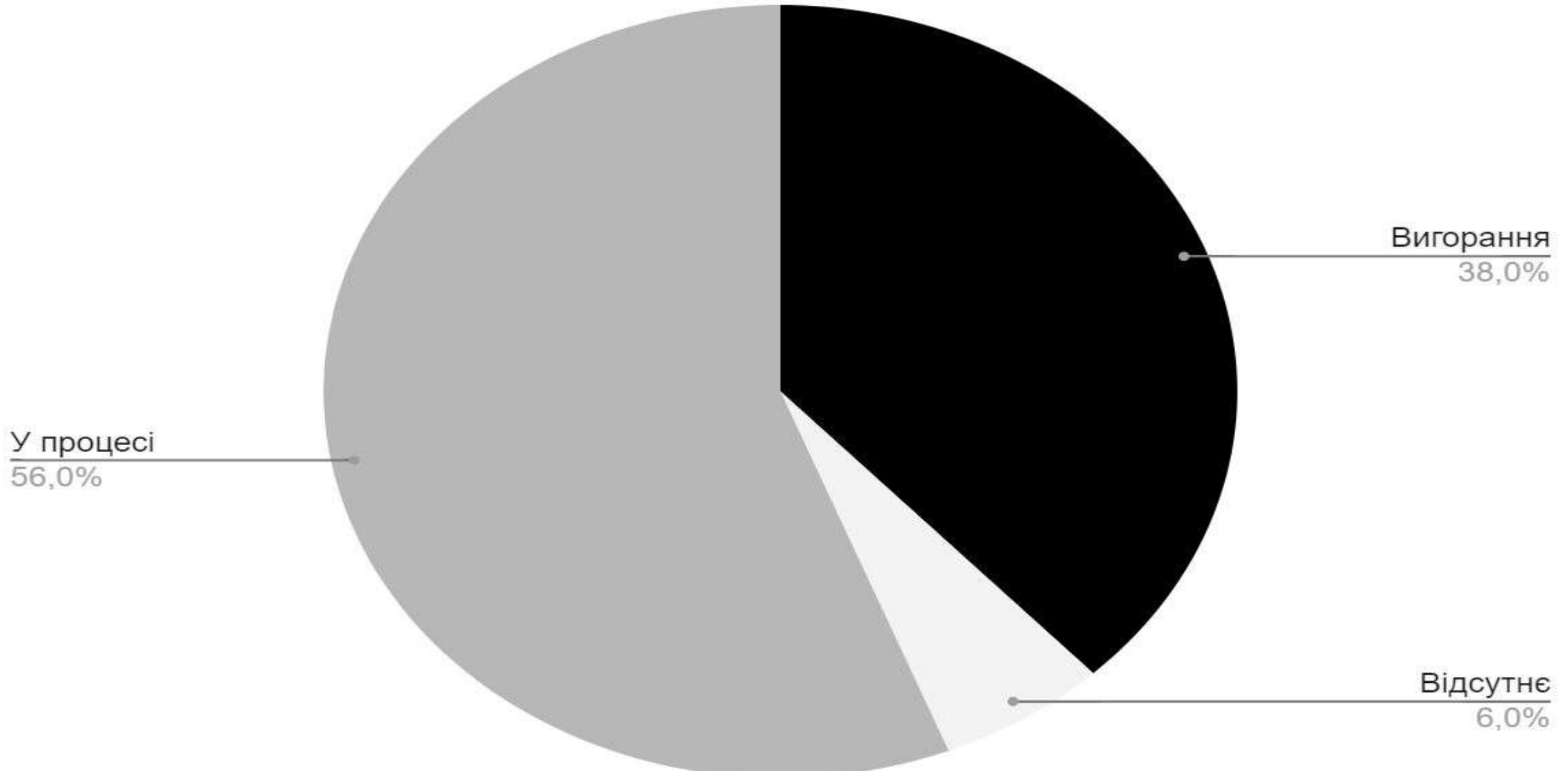
Вища освіта

Середня освіта

Група

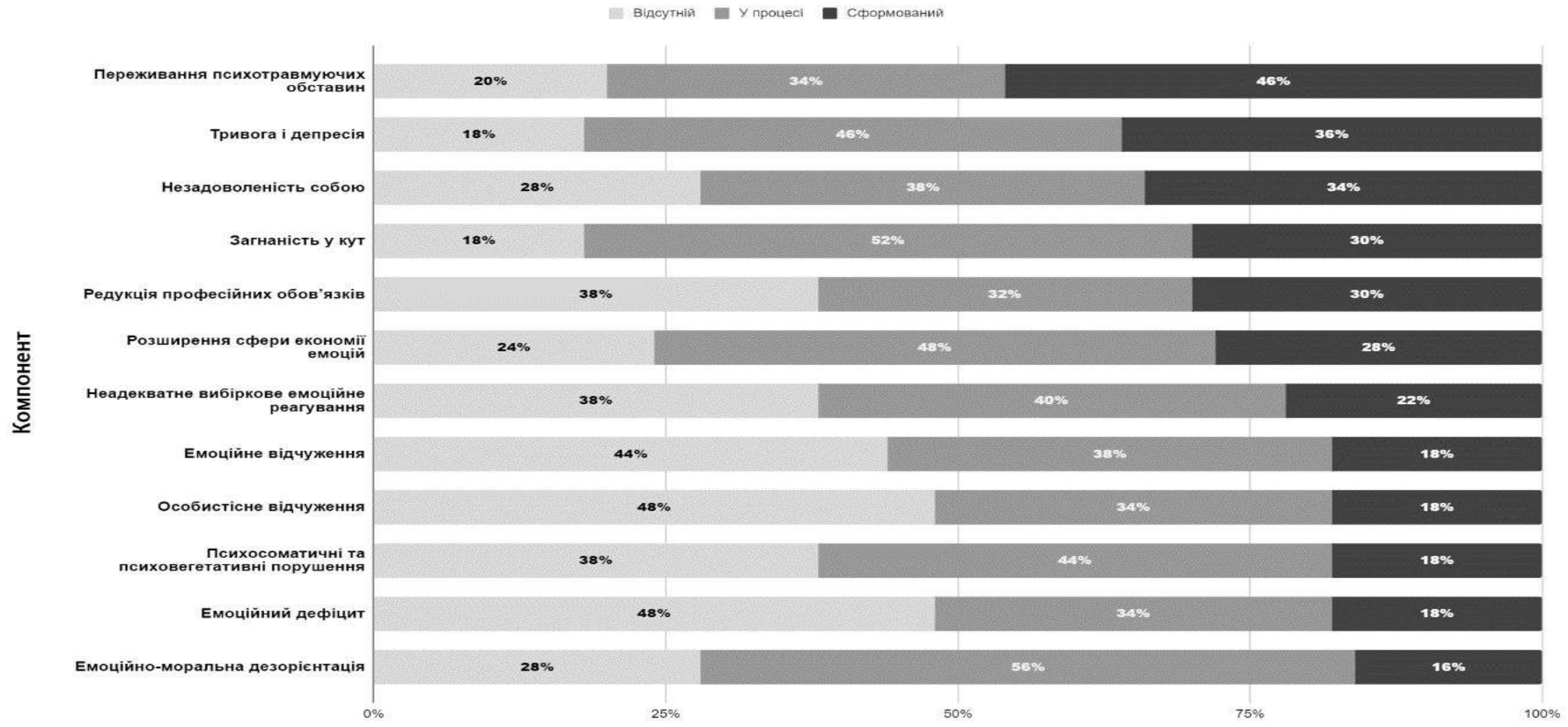


# РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОШИРЕНОСТІ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ



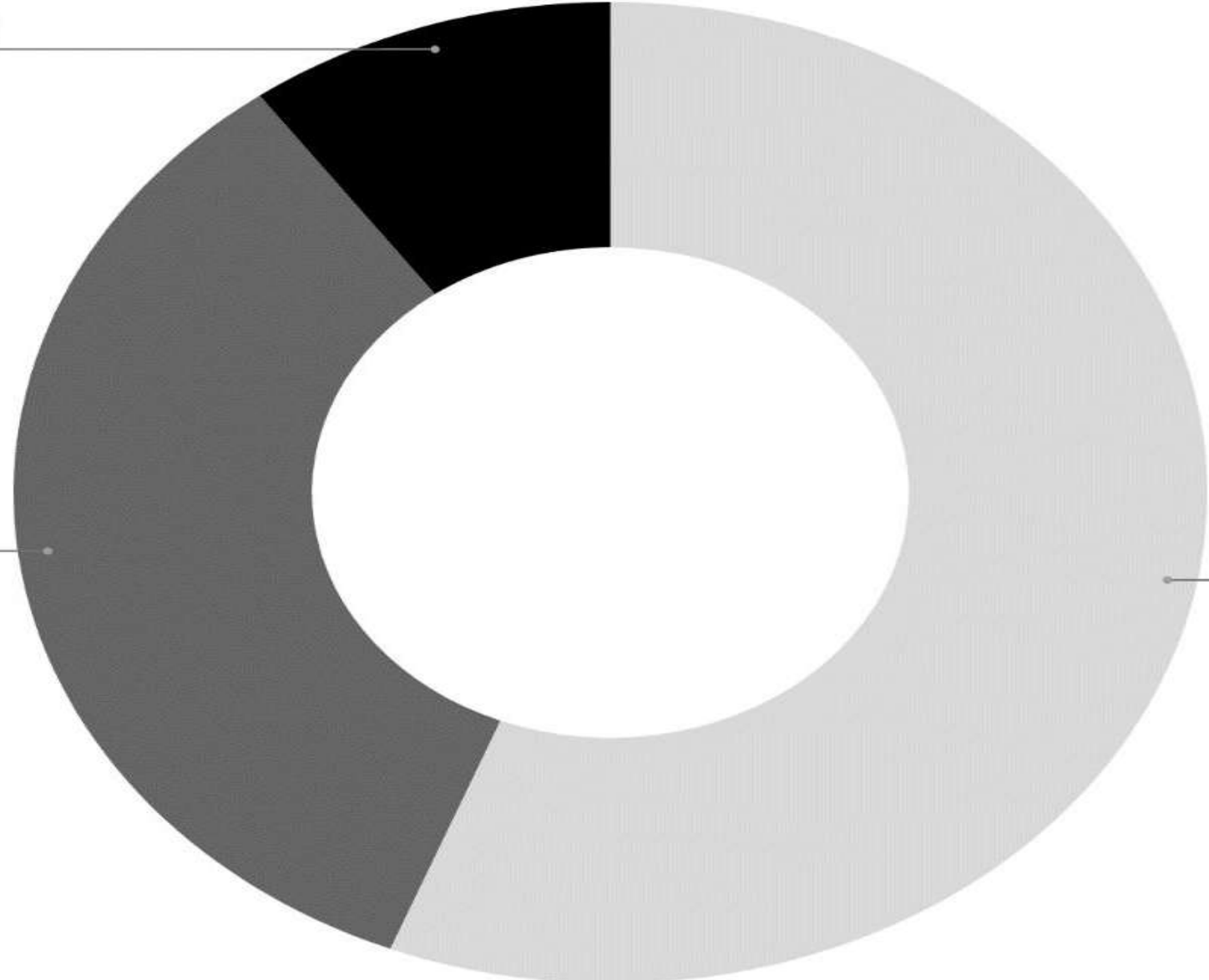


# РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СФОРМОВАНOSTІ СИМПТОМІВ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЗА МЕТОДИКОЮ В. В. БОЙКО СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ



# РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЗА ОПИТУВАЛЬНИКОМ Т.ЕЛЕРСА СЕРЕД СОЦІАЛ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ

**Помірно високий**  
**10,0%**



**Середній**  
**34,0%**

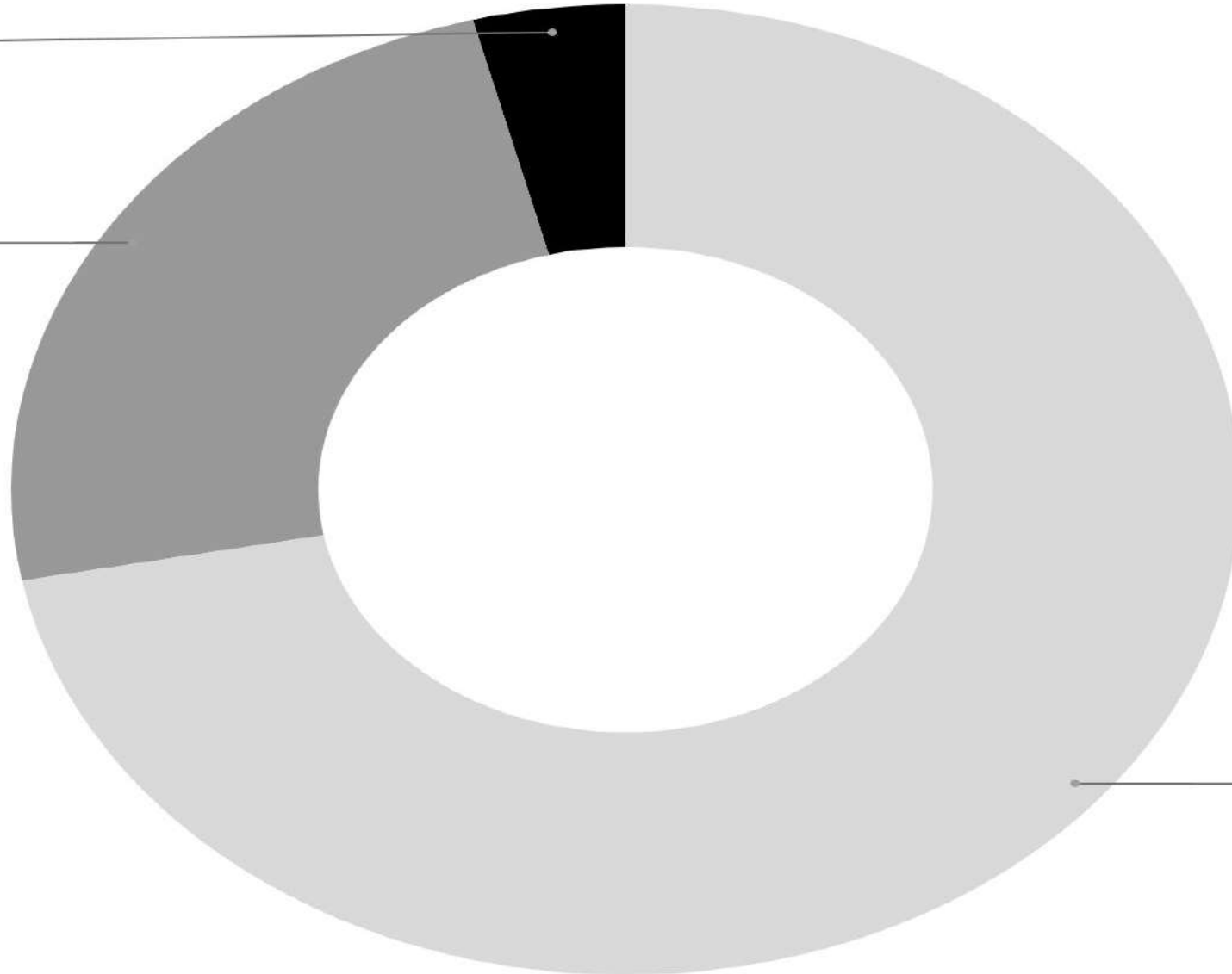
**Низький**  
**56,0%**

**РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИРАЖЕНОСТІ ТРИВОЖНОСТІ ЗА «МЕТОДИКОЮ  
ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ СПЛБЕРГЕРА-ХАНІНА» СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ  
СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ**

**Висока**  
**4,0%**

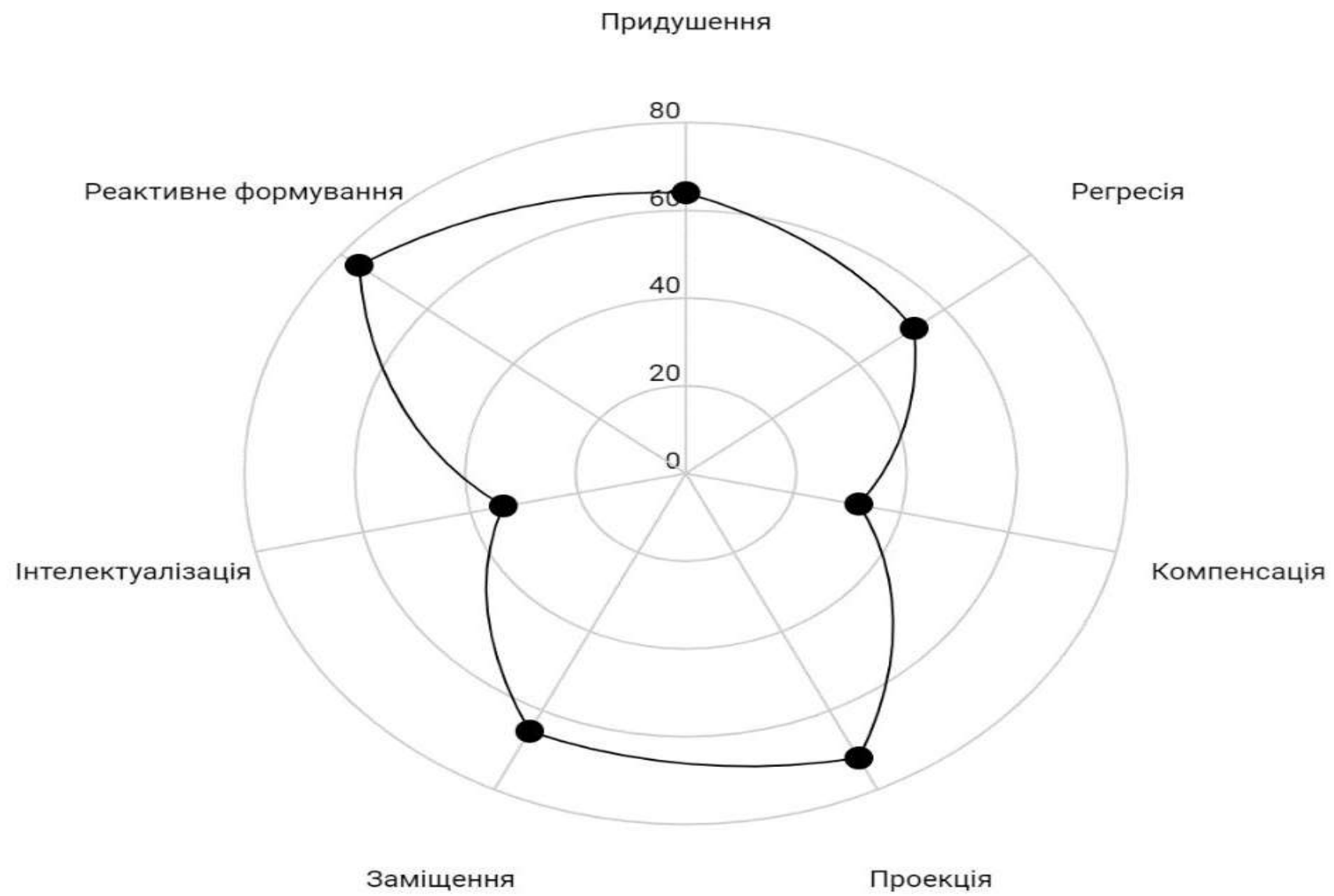
**Помірна**  
**24,0%**

**Низька**  
**72,0%**



# РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СЕРЕДНІХ ПОКАЗНИКІВ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ЗА Р. ПЛУТЧИКОМ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

Рівень



# ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА З ПРОФІЛАКТИКИ ТА ЗНИЖЕННЯ ВИРАЖЕНОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНО-МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДІВ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ

**Тема:** Профілактика та зниження вираженості професійного вигорання шляхом навчання учасників стратегій боротьби зі стресами та гармонізації професійно-особистісного розвитку

**Мета тренінгу:** гармонізація усіх компонентів професійно-особистісного розвитку та соціального працівника сфери психічного здоров'я.

**Завдання тренінгу:**

- Звільнення від психологічної напруженості, надмірної самокритичності, скутості, роздратування;
- оволодіння навичками глибокого пізнання і розуміння своїх емоцій та переживань;
- набуття уміння мислити позитивно, керуватись цим умінням у процесі педагогічної діяльності;
- попередження передумов, які сприяють професійному вигоранню.



**Організація тренінгової програми:**

***Тривалість тренінгу: 8 годин***

***Кількість зустрічей та тривалість кожної з них:***

4 зустрічі, по 2 год кожна.

***Періодичність зустрічей:***

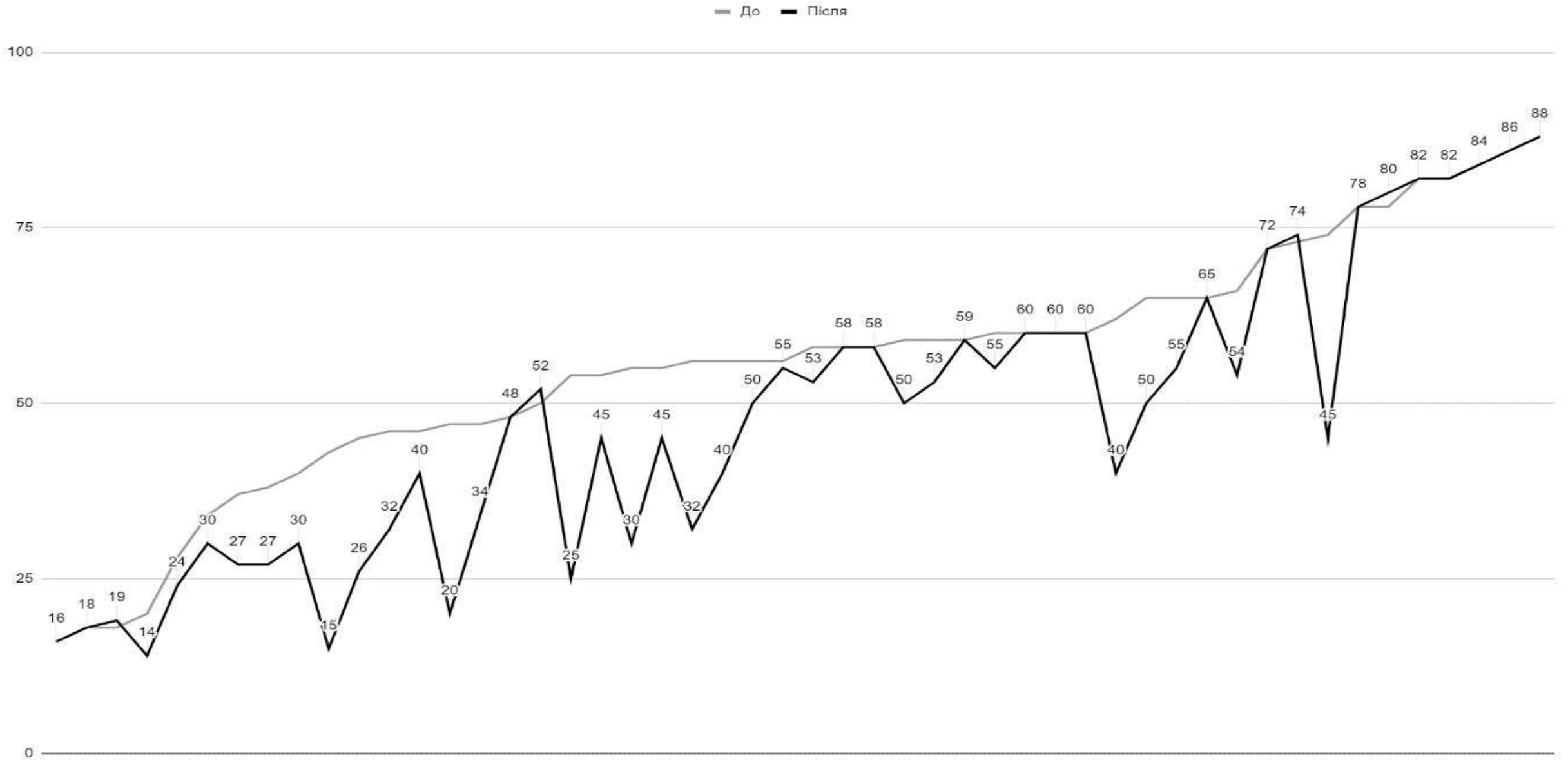
2 рази на тиждень

***Кількість учасників: 25 осіб***

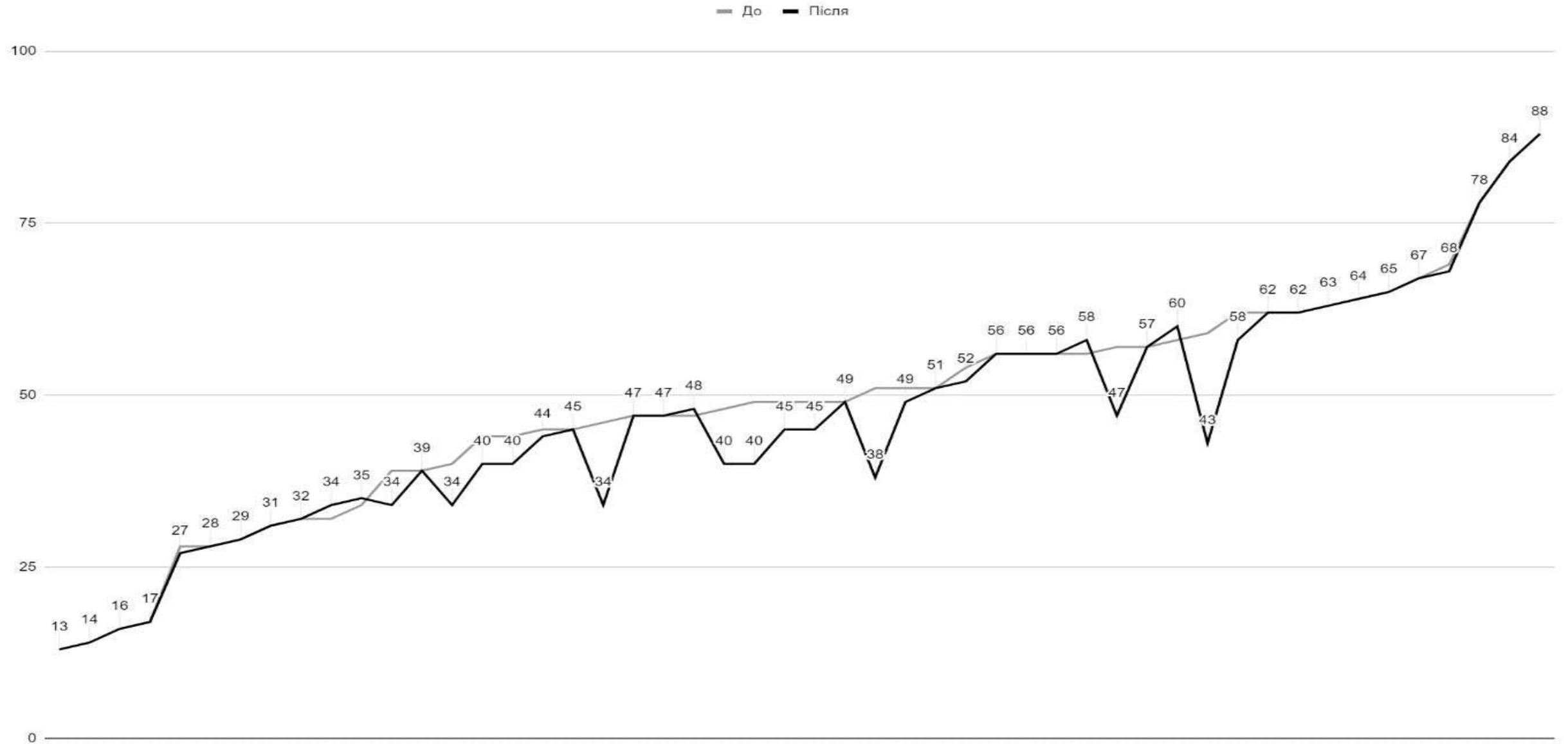
***Етапи тренінгу:***

№ з/п	Тема/складові заняття	Час проведення, год
I сесія	Ідентифікація професійного вигорання	2
II сесія	Установлення мотивації до змін	2
III сесія	Усвідомлення та наслідування позитивних особистісних характеристик	2
IV сесія	Оволодіння копінг-стратегіями	2

# РЕЗУЛЬТАТИ ПОРІВНЯННЯ ПОКАЗНИКІВ СТАДІЇ «НАПРУГА» ДО ТА ПІСЛЯ АПРОБАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ

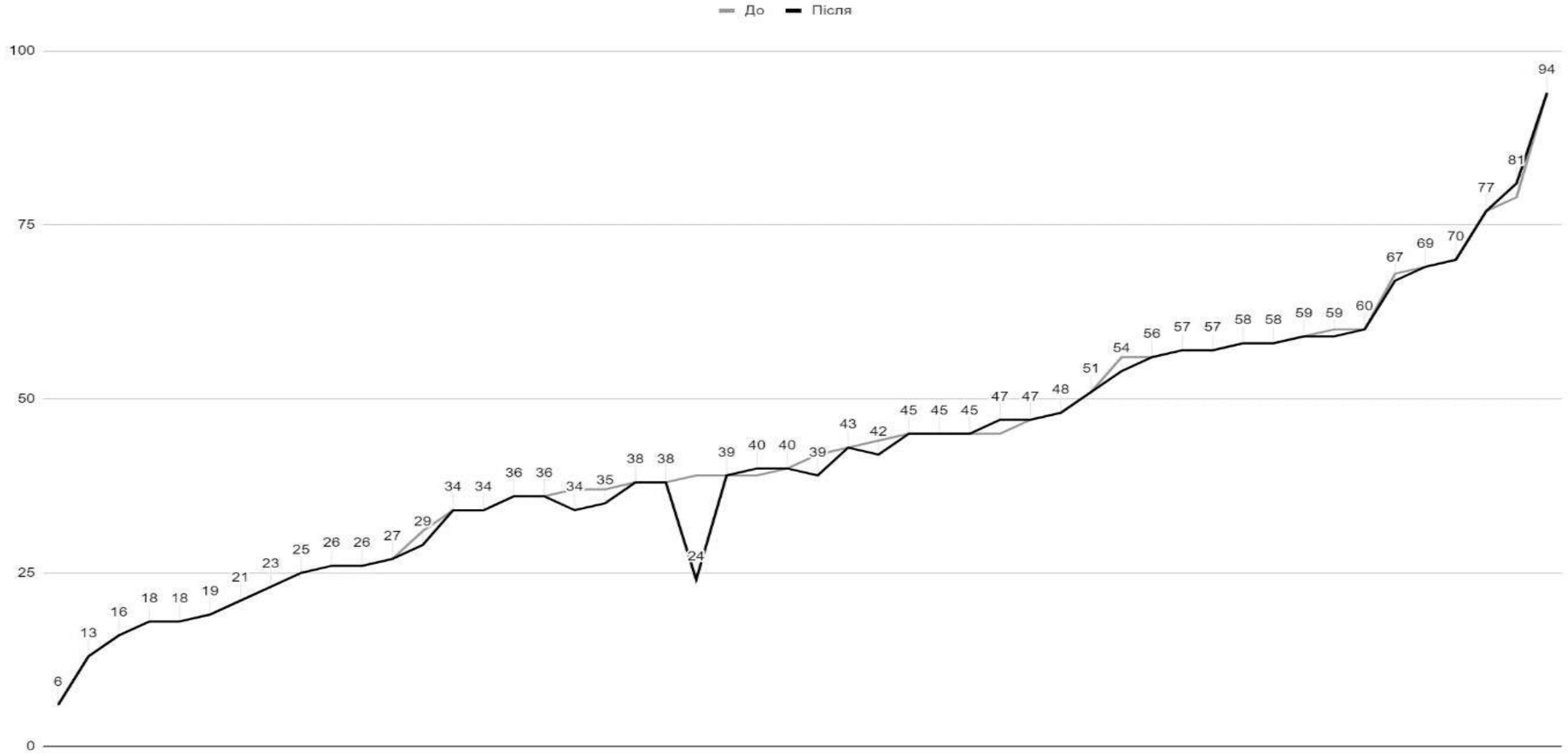


# РЕЗУЛЬТАТИ ПОРІВНЯННЯ ПОКАЗНИКІВ СТАДІЇ «РЕЗИСТЕНЦІЯ» ДО ТА ПІСЛЯ АПРОБАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ

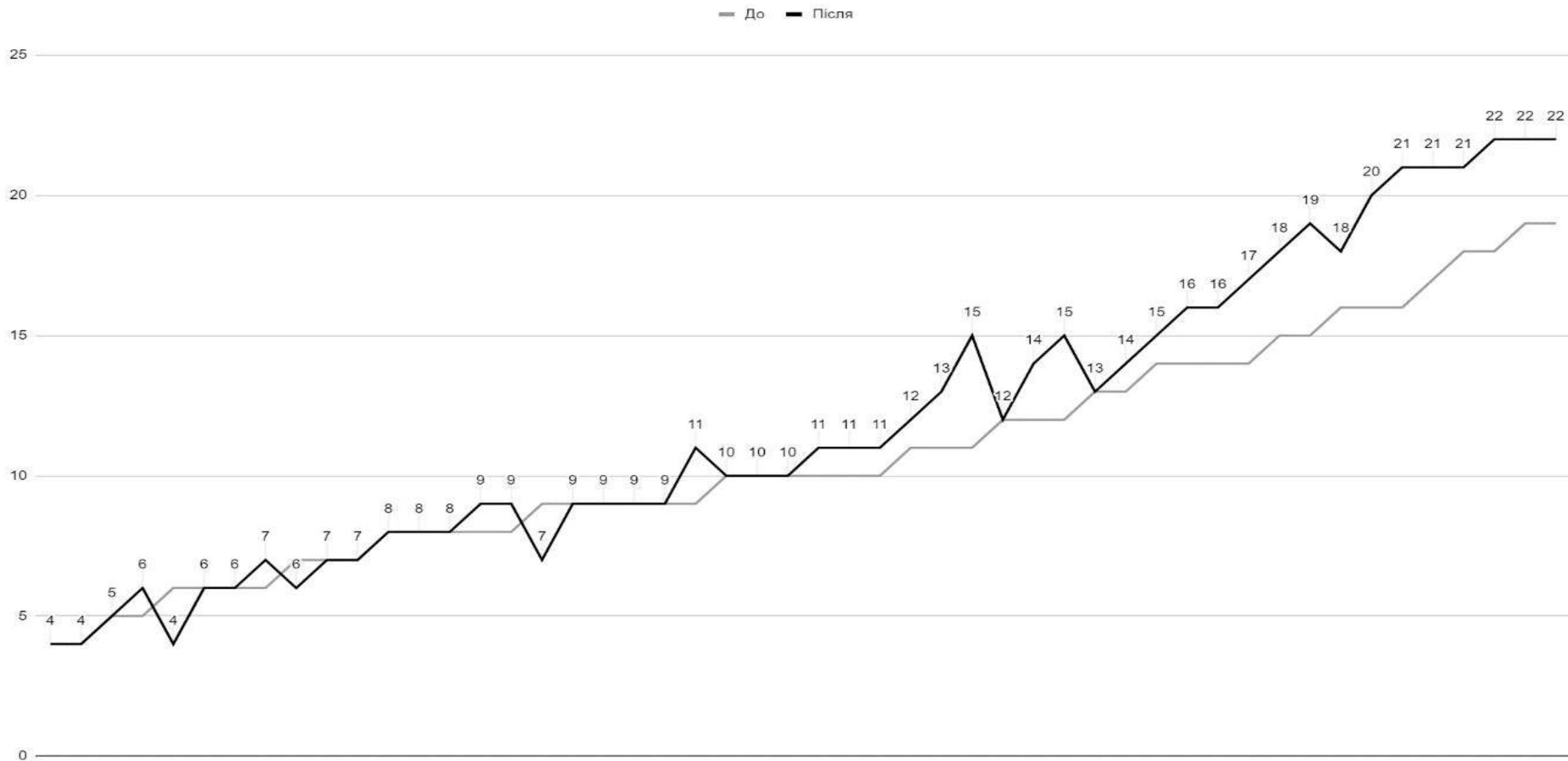




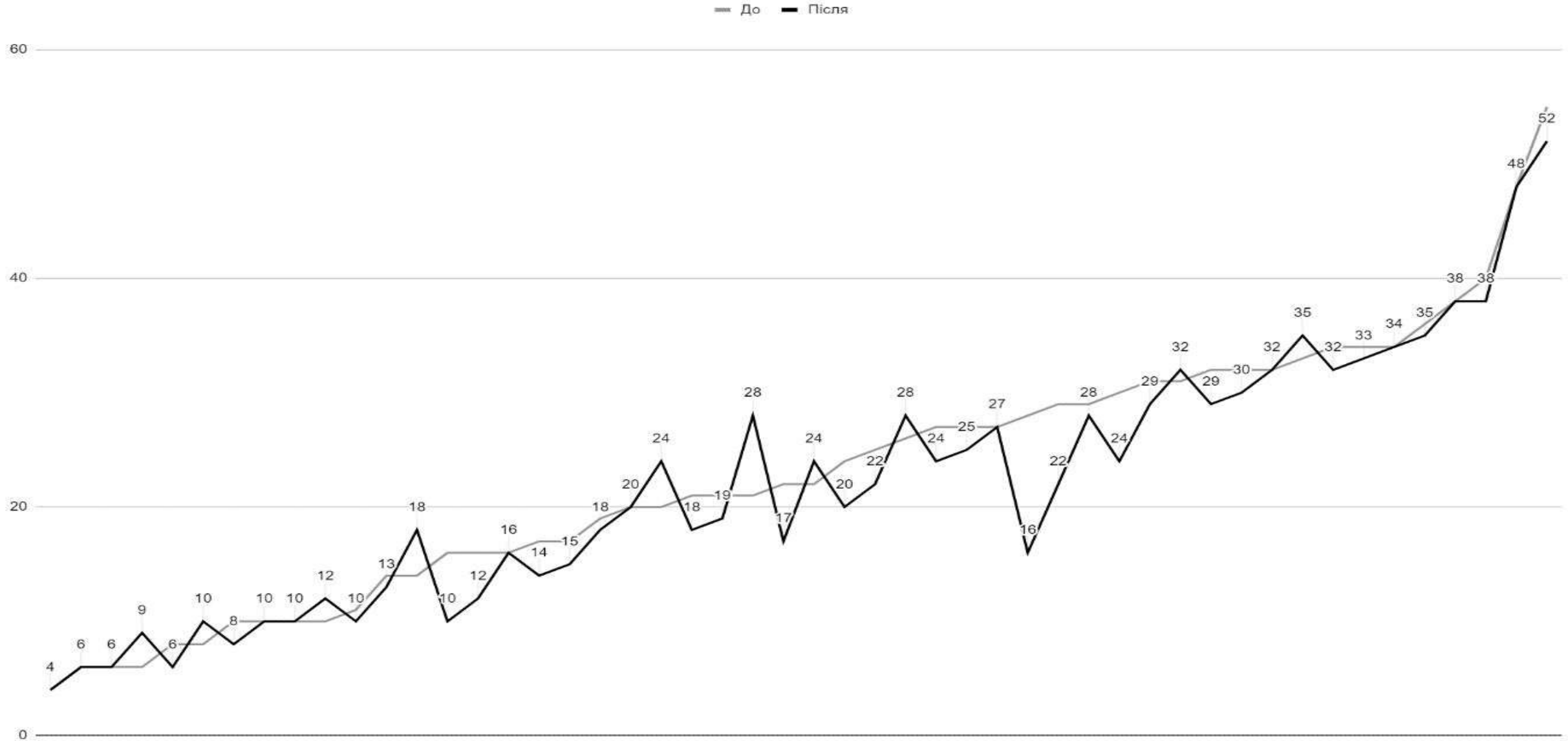
# РЕЗУЛЬТАТИ ПОРІВНЯННЯ ПОКАЗНИКІВ СТАДІЇ «ВИСНАЖЕННЯ» ДО ТА ПІСЛЯ АПРОБАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ



# РЕЗУЛЬТАТИ ПОРІВНЯННЯ МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ ДО ТА ПІСЛЯ АПРОБАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ



# РЕЗУЛЬТАТИ ПОРІВНЯННЯ ПОКАЗНИКІВ ТРИВОЖНОСТІ ДО ТА ПІСЛЯ АПРОБАЦІЇ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ СЕРЕД СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ СТРИЖАВСЬКОГО БУДИНКУ-ІНТЕРНАТУ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ



Сформована нами психокорекційна програма може використовуватися для профілактики та попередження формування синдрому професійного вигорання у соціальних працівників сфери психічного здоров'я.

Перспективу подальших наукових пошуків вбачаємо у розробці та апробації програми для спеціалістів із сформованими симптомами синдрому професійного вигорання.

