

"Психокорекція емоційного вигорання"

"Психокорекція емоційного вигорання", як навчальний предмет у плановій підготовці майбутніх психологів, займає важливе місце у структурі дисциплін професійної спеціалізації і покликаний забезпечити засвоєння необхідних знань та вироблення важливих умінь і навичок, що складатимуть основу компетентності майбутніх фахівців в галузі психології здоров'я та сприятимуть наданню кваліфікованої допомоги у випадках наявного психоемоційного синдрому.

Мета: ознайомити студентів з сутністю та специфічними особливостями феномену емоційного вигорання, а також з основними складовими (симптомами) й підходами до його вивчення. Виробити здатність до чіткого визначення факторів, що ініціюють виникнення синдрому емоційного вигорання, а також стадій даного синдрому, що дозволить майбутнім фахівцям правильно обирати методи і способи проведення корекційної роботи. Засвоїти методи діагностики і профілактики професійних деформацій.

Завдання курсу:

- 1) забезпечити вивчення феноменології особистісних розладів і їх динамічної трансформації в процесі розвитку синдрому;
- 2) засвоїти специфіку і послідовність дій, характерних для алгоритму психокорекційних впливів в залежності від їхнього основного виду;
- 3) сформуванати чітке уявлення про стратегію і найбільш дієві методи корекційної роботи з людьми, що мають очевидні чи приховані симптоми емоційного вигорання.
- 4) здійснювати послідовну підготовку до проведення групової психокорекції: зрозуміти специфіку комплектації груп та особливості групової корекції; засвоїти найбільш доцільні вправи, техніки та методи групової психокорекції;
- 5) ознайомити студентів з методами та процедурами подолання професійних деформацій шляхом використання різноманітних особистісно орієнтованих корекційних технологій і засобів профілактики. Особливу увагу приділити екзистенційно-гуманістичному підходу до подолання емоційного вигорання;
- 6) Механізми психологічного захисту: ізоляція, розщеплення, заперечення, всемогутній контроль, примітивна ідеалізація, примітивне знецінення, проекція, інтродекція, проективна ідентифікація, дисоціація, репресія, регресія, ізоляція афекту, інтелектуалізація, моралізація, раціоналізація, анулювання, зміщення, сублимація.

Реалізація завдань курсу стане можливою при умові сформованості у студентів таких умінь:

- 1) виробити вміння проведення психопрофілактики з метою запобігання психічним деструкціям у кризових ситуаціях та полегшення гострих психотравматичних реакцій;
- 2) оволодівати методами і прийомами попередження емоційної виснаженості, деперсоналізації і редукції професійних досягнень;
- 3) сформуванати навички дієвого впливу при роботі з механізмами психологічного захисту клієнта;
- 4) засвоїти процедурні особливості та виробити вміння психокорекції таких особистісних дисфункцій: дисгармонічність внутрішнього світу суб'єкта; агресивність як наслідок заблокованості можливостей вираження любові, теплоти до інших людей; тривога та страх перед оточуючою дійсністю як наслідок актуалізації комплексу меншовартості; егоцентризм, концентрація на власних проблемах та інтересах власного "Я"; пасивність, блокування власного творчого потенціалу та здатності до самореалізації; нездатність до адекватної саморефлексії та сприйняття інших людей;
- 5) сформуванати вміння проведення індивідуальної та групової психокорекційної роботи.