

УДК 159.9

Круголь О.В.¹

Таран В.О.²

¹ студ. гр. СНЗ-112м НУ «Запорізька політехніка»

² д-р філос. наук, проф. НУ «Запорізька політехніка»

ПРОФЕСІЙНІ ДЕФОРМАЦІЇ СОЦІАЛЬНИХ ПСИХОЛОГІВ

Часте або тривале перебування людини в стресовому стані призводить до виснаження, розвитку типових психосоматичних розладів.

Патогенний вплив надмірного стресу на здоров'я людини викликає зміни за наступними трьома основними напрямками:

Розлади опорно-м'язового апарату. Постійне напруження м'язів спричинює порушення іннервації тканин, внаслідок чого розвивається запалення в м'язах, зв'язках, суглобах; болі в спині, шиї, плечах, ногах, головний біль через порушення кровопостачання мозку.

Порушення обміну речовин. У людей може зникати або зростати потреба в їжі, виникати надмірний потяг до солодкого, хтось може набирати вагу, навіть якщо не переїдає, а хтось – відчувати знесилення, сонливість, хронічну втоми тощо.

Погіршення психоемоційної регуляції. Надмірна активізація організму не тільки спричинює безсоння (на яке скаржаться 70% учителів), а й знижує якість сну. Неповноцінний сон підвищує нервозність, збудливість, дратівливість, знижує уважність, пам'ять, самоконтроль.

Стрес в професійному житті посилюється ще більше, якщо він доповнюється домашніми і соціальними стресами. Не слід забувати про тиск соціальних зразків і норм поведінки таких як, «соціальний працівник повинен бути завжди уважним, терпеливим, добрим, виваженим, спокійним».

Зануреність у працю суттєво впливає на професійне вигорання. Більшість людей формують основні уявлення про себе на основі роботи, яку вони виконують. Надмірне захоплення працею означає, що виконуючи її, людина стає надмірно чуттєвою до всього, що кидає тінь на її професійну компетентність.

Важливе завдання соціального працівника полягає у взаємодії із соціальним оточенням, адаптації до учнівського і виховного колективів, соціально-корекційної діяльності, розвитку своєї індивідуальності та попередженні професійного викривлення як наслідку деструктивного вирішення внутрішньообистісних конфліктів, використання непродуктивних психологічних захистів.

Як показує вивчення питання про розвиток професійних викривлень соціального працівника – це проблема не формального характеру, а змістовного,

тут важливіше звернути увагу на вдосконалення професійної майстерності і допомогти опанувати нові види тренінгів, нові види та методи роботи.

Щоденна робота соціального працівника є досить великим навантаженням на психіку, тому що постійно перед ним постають нові і складні завдання, без часу на обмірковування. Мабуть, тому майже третина вчителів вважає навчання «стресовим заняттям». До 80% соціальних психологів перебувають у досить напруженому стані. Усе це негативно впливає на діяльність соціального працівника, призводить до апатії, депресії, песимізму, хвороб, «професійного вигорання». Тому стресам варто протидіяти.

Обираючи методи роботи з соціальними працівниками психолог повинен враховувати вік, стаж і особливості діяльності психологів закладів освіти. Так, учителі зі стажем роботи 21–25 років можуть досягати найвищих результатів у роботі.

Проте соціальний працівник-майстер не завжди готовий до контакту з психологом. До роботи з таким учителем психологу потрібно готуватися особливо ретельно. Вчителі зі стажем більше 25 років можуть виявляти «синдром вигорання».

Це може демонструватися в несприйнятті чогось нового, порушенні партнерських зв'язків з учнями, психоемоційній перенапрузі.

З метою психологічної допомоги соціальному працівнику, спрямованої на подолання кризових ситуацій, формування ефективності стилю праці, корекції поведінки та стосунків з учнями пропонується методика «Психологічний портрет соціального працівника: досвід само діагностики».

Мета методики – допомогти соціальному працівнику знайти резерви для ефективнішої праці, зрозуміти причини наявних і виявлених професійних проблем.

Соціальний працівник, якого тестують, є не об'єктом дослідження, а партнером, що потребує допомоги і підтримки. Довіри до психолога як необхідної умови успішного використання методики досягають за допомогою процедури тестування: бланки з відповідями можна не підписувати і не повертати, а обробку кожен проводить самостійно. Таким чином збережено принцип конфіденційності.

У результаті дослідження ми прийшли до наступних висновків:

1. Домінуючими симптомами професійного вигорання є: «переживання психотравмуючих обставин», «неадекватного емоційного реагування», розширення сфери «економії емоцій».

2. Виразність фаз синдрому професійного вигорання не носить монотонний зростаючий характер, існує певна закономірність його прояву, що залежить від професійних криз соціального працівника.

3. На розвиток синдрому професійного вигорання впливають, як особистісні якості соціальних психологів, так і організаційні фактори, але вплив особистісних факторів переважає.

4. Особистісні та організаційні фактори підсилюють вплив один на одного.