

Реферат
на кваліфікаційну (магістерську) роботу
**«Особливості профілактики емоційного вигорання
у майбутніх психологів в умовах війни»**
магістрантки спеціальності 053 Психологія
Ставицької Валентини Олексіївни

Обсяг роботи – 100 с. **Кількість таблиць** – 5 табл. **Кількість рисунків** – 5 рис. **Список використаних джерел** – 61 найменувань, з них 20 – іноземною мовою.

Об'єкт дослідження – емоційне вигорання у майбутніх психологів в умовах війни.

Предмет дослідження – особливості профілактики прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни та розробити тренінгову програму щодо його профілактики.

Завдання дослідження: проаналізувати основні підходи до поняття емоційного вигорання та охарактеризувати його структурні компоненти; розглянути специфіку прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни; виокремити систему чинників, які впливають на прояв емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни; дослідити особливості прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни; розробити тренінгову програму щодо профілактики емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни.

Методи дослідження: теоретичні (теоретичний аналіз та синтез, систематизація, порівняння і узагальнення даних наукових джерел); емпіричні методи (спостереження, тестування, стандартизовані методики); методи обробки та інтерпретації даних (метод описової статистики, кількісні та якісні із застосуванням методів математичної статистики); вивчення та систематизація методів, засобів та прийомів психологічного навчання.

Теоретичне значення результатів дослідження: полягає у цілісному аналізі сутності підходу до поняття емоційного вигорання та його структурних компонентів; розгляді специфіки проявів емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни; виокремленні чинників, які впливають на прояв емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни.

Практичне значення отриманих результатів: полягає в тому, що розроблена тренінгова програма буде сприяти профілактиці прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни та може використовуватися психологами у їх професійній діяльності. Апробований у дослідженні методичний інструментарій може стати основою моніторингу рівня прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни.

Висновки. Емоційне вигорання у майбутніх психологів в умовах війни – це складний, багатовимірний психологічний синдром, що виникає внаслідок тривалого впливу екстремального стресу, пов'язаного з навчанням і професійною підготовкою в умовах підвищеної психологічної напруги, соціальної нестабільності, загроз безпеці, а також постійного емоційного залучення у проблеми інших людей. Такий стан характеризується хронічним емоційним та фізичним виснаженням, зниженням емпатії, розвитком цинізму або деперсоналізації, втратою мотивації та відчуттям особистої неефективності.

Це явище можна розглядати як форму особистісної деформації, що формується під тиском тривалих професійних та екзистенційних стресів, до яких майбутні психологи виявляються особливо чутливими через постійну взаємодію з психологічно травмованими людьми та необхідність підтримувати високу емоційну включеність.

Аналіз результатів показав, що у 60% майбутніх психологів сформований синдром емоційного вигорання. 25% респондентів знаходяться на стадії формування емоційного вигорання і лише у 16% синдром емоційного вигорання не сформований. Встановлено статистично значущий зв'язок між рівнем прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів та такими чинниками, як стресостійкість, тривожність та емпатія. З метою профілактики прояву емоційного вигорання у майбутніх психологів в умовах війни було розроблено тренінгову програму.

Ключові слова та словосполучення: емоційне вигорання, професійне вигорання, втома від співчуття, майбутні психологи.