

Дем'янчук Ю., Кондратюк А. Особливості емоційного вигорання батьків дітей, які перебувають на стаціонарному лікуванні / Психологічні дослідження: наук. пр. викладачів та студентів соц.-псих. ф-ту / за ред. Дем'янчук Ю. Ю., Портницької Н. Ф., Тичини І. М. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. Івана Франка, 2022. Вип. 14. С. 76-79.

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ БАТЬКІВ ДІТЕЙ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ НА СТАЦІОНАРНОМУ ЛІКУВАННІ

Юлія Дем'янчук

викладач кафедри
соціальної та практичної психології

Альона Кондратюк

здобувачка першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти за спеціальністю
053 Психології

У сучасному світі існує безліч факторів, які мають надзвичайний вплив на психоемоційний та фізичний стан людини. Стресові ситуації на роботі та вдома, необмеженість інформаційних потоків, постійна перевтома, хвороби та інші негативні впливи із навколишнього середовища сприяють фрустраційним процесам, що може спровокувати емоційне вигорання. Особливо, коли є потреба виконувати роль батьків і реалізовувати виховну, захисну чи комунікативну функції, емоційний стан батьків є надзвичайно важливим фактором для їх благополуччя.

Проаналізувавши різні підходи можна стверджувати, що більшість науковців визначають емоційне вигорання на рівні фізичного, психічного або емоційного виснаження внаслідок тривалої дії стресогенних факторів, що може призводити до деформації особистості. Вперше це явище спробував описати американський психіатр Г. Фріденбергер у 1974 р. і визначав його як «процес виснаження організму, що відбувається з людиною внаслідок раптово завищених вимог до власних ресурсів» [1]. В. Бойко визначив емоційне вигорання як спосіб психологічного захисту на психотравмуючі впливи [2]. К. Маслач та С. Джексон визначали це поняття як синдром фізичного та емоційного вигорання, що призводить до формування заниженої самооцінки та негативного ставлення до виконання основних особистісних ролей [3]. Л. Базалева вивчаючи емоційне вигорання у матерів виділила основну симптоматику, яка проявлялася у вигляді тривожної напруги, опорі та емоційно-фізичному виснаженні, що могло провокувати відсторонення від власної дитини і соціуму [4].

Суспільні стереотипи відносно «сучасного батьківства» накладають додаткову відповідальність на батьків, що може призводити до емоційного невдоволення та відчуття не реалізованості. Особливо, коли ми говоримо про ситуацію перебування батьків з дитиною у медичному закладі на лікуванні, яка виступає додатковим фактором, що провокує підвищення напруги та тиску, яке зазвичай пов'язане з самою ситуацією хвороби дитини, обмеженою працездатністю батьків та нерегульованою комунікацією з медичним персоналом і близькими людьми.

Метою нашого дослідження стало вивчення особливостей прояву емоційного вигорання у батьків дітей, які перебувають на стаціонарному лікуванні. У дослідженні прийняли участь 14 жінок, (віком від 20 до 50 років), які знаходилися на стаціонарному лікуванні у медичному закладі дитячої лікарні міста Житомир. У ході дослідження було використано методику «Психологічне вигорання» (розроблена Н.Є. Водоп'яною, О.С. Старченковою) та тест диференціальної самооцінки функціонального стану – опитувальник САН.

Результати емпіричного дослідження показали, що серед досліджуваних батьків (матері) переважає середній та високий рівні емоційного вигорання, що зазвичай проявляється у вигляді роздратування, постійного неспокою, відчаю, а іноді байдужості та посилює загальний негативний емоційний стан матері та дитини (див. Рис.1).

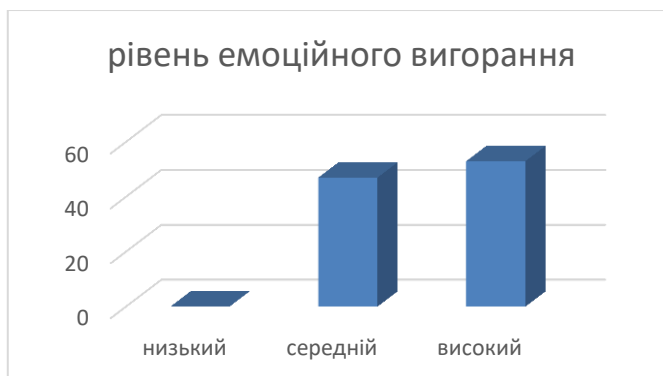


Рис.1 Рівень емоційного вигорання батьків дітей, які перебували на стаціонарному лікуванні

Відповідно до результатів виявлено, що для більшості жінок характерне значне виснаження на емоційному, фізичному та енергетичному рівнях, що провокує виклик втоми, байдужості та дратівливості. У таких випадках спостерігається зменшення кількості контактів з рідними, нетерпимість в ситуаціях спілкування з медичним персоналом, негативізм відносно інших пацієнтів, самозвинувачення відносно проявлених емоцій та ситуації, невдоволення виконанням батьківських функцій («Я погана матір!»), поява почуття власної неспроможності зарадити ситуації, іноді навіть спостерігаються ознаки апатії та депресії.

Таблиця 1

Прояви емоційного вигорання батьків дітей, які перебували на стаціонарному лікуванні

Рівень	Прояви емоційного вигорання
фізичний	• фізична втома • головний біль, запоморочення • недосипання • знижений апетит • втрата ваги • загострення хронічних хвороб
когнітивний	• самозвинувачення • відсутність віри у швидке видужання • песимізм
емоційний	• відчуття безпорадності, самотність • дратівливість, злість, істерики • підвищення тривожності • байдужість, апатія, депресія • відчуття провини • плач
поведінковий	• зниження фізичної активності • обмеження соціальних контактів • байдужість до себе • агресивна поведінка/конфліктність

Отже, рівень емоційного вигорання батьків проявляється на фізичному, когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях і пов'язаний з характером їх ставлення до обставин і самої дитини: високий рівень фрустрованості у критичних ситуаціях, низька емоційна регуляція, завищена самокритичність, зниження фізичної активності та відсутність емоційного контакту з дитиною. Такі фактори, зазвичай, пов'язані з ситуацією перебування в медичному закладі, що викликають фізичний дискомфорт і постійний вплив «лікарняних» умов (медичні маніпуляції, хворі діти та медичний персонал); надмірною турботою і схвильованістю за самопочуття дитини та особливості перебігу хвороби; відчуттям провини за стан дитини та власною емоційністю (збентеження, роздратування, злість, гнів, розпач і т.д.). Все це тільки підвищує психічне напруження, виснажуючи нервову систему і підтримуючи емоційне вигорання.

Список використаних джерел

1. Freundberger H.J. Staff burnout // Social Sciences. —1974. —Р. 159-166.
2. Бойко, В.В. Психозенергетика: источники психической энергии, эмоционально-энергетическое воздействие, психологический комфорт и защита, правила эмоционального поведения : краткий справочник / В.В. Бойко – Санкт-Петербург: Питер, 2008. – 416 с.
3. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour. 1981. N 2. P. 99–113.
4. Базалева Л.А. Возможности исследования эмоционального выгорания у матерей в психологии личности // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2010. №1.– С. 174-182.