

## АВТОРЕФЕРАТ

Диссертация состоит из 155 страниц, содержит 41 иллюстрацию, из них 40 рисунков и 1 таблицу, 6 приложений, список использованной литературы, включающий 74 источника.

Объектом исследования является эмоциональное выгорание медицинских работников.

Цель исследования состояла в том, чтобы выявить особенности эмоционального выгорания медицинских работников и предложить психологическую программу профилактики эмоционального выгорания исследуемого контингента.

Используемые методы:

- Наблюдение;
- Тестирование;
- Анализ литературы.

В результате проведенного нами исследования, был выявлен высокий уровень эмоционального выгорания, который выражался высокими уровнями эмоционального истощения, деперсонализации, редукции профессиональных достижений. Проведенная психопрофилактическая программа комплекса тренинговых занятий позволила значительно снизить проявления эмоционального выгорания, что подтвердилось на контрольном эксперименте.

Результаты исследования имеют практическую значимость с точки зрения собранного нового диагностического материала, что является ключевым для определения психологического благополучия медицинских работников. Описанная специфика синдромов стресса и факторов, обуславливающих их развитие, может быть использована при разработке комплексов конкретных рекомендаций по стрессовым состояниям, а также для предупреждения развития неблагоприятных последствий стресса в форме устойчивых личностных и поведенческих деформаций.

## AUTOABSTRACT

The dissertation consists of 155 pages, contains 41 illustrations, including 40 figures and 1 table, 6 appendices, a list of references, including 74 sources.

The object of the study is the emotional burnout of medical workers.

The aim of the study was to identify the features of emotional burnout of medical workers and to propose a psychological program for the prevention of emotional burnout of the studied contingent.

Used method:

- Observation;
- Testing;
- Comparison;
- Analysis of the literature.

As a result of our research, a high level of emotional burnout was revealed, which was expressed by high levels of emotional exhaustion, depersonalization, reduction of professional achievements. The conducted psychoprophylactic program of the complex of training sessions allowed to significantly reduce the manifestations of emotional burnout, which was confirmed in the control experiment.

The results of the study are of practical importance in terms of the collected new diagnostic material, which is key to determining the psychological well-being of medical professionals. The described specificity of stress syndromes and factors that cause their development can be used in the development of specific recommendations for stress, as well as to prevent the development of adverse effects of stress in the form of stable personal and behavioral deformities.