

Для выяснения различий между социальной работой и психологией целесообразно использовать определение первой как профессии, связанной с отношениями между людьми и их окружением. Из этого определения следует, что социальные работники должны использовать знания социологии, и психологии, чтобы оценить проблемы клиентов и осуществить планы необходимого вмешательства.

Многие подходы к социальной работе и ее альтернативные теории, оформляясь в определенные направления, обычно опирались на те или иные психологические воззрения. Например, психоанализ явился основой диагностической теории социальной работы. Диагностическая теория в свою очередь стала предвестником возникновения индивидуальной психосоциальной работы. Поэтому психологические знания являются базовой основой профессионального обучения социальной работе, а, следовательно, эти науки тесно взаимосвязаны [2].

Библиографический список

1. *Андреева Г. М.* Социальная психология [Текст] : учебник для высш. учеб. заведений - 5 изд., испр. и доп. - М.: Аспект Пресс, 2004. - 365 с.
2. *Ромм М. В.* Теория социальной работы [Текст] : учебное пособие / М.В. Ромм, Т.А. Ромм. - Новосибирск: НГТУ, 1999. - 71 с. 15
3. *Холостова Е. И.* Технологии социальной работы [Текст]: учебник / Е.И. Холостова. - М.: ИНФРА, 2001. - 400 с. С. 185-189.

Т.А. Заглодина
РГППУ, г. Екатеринбург

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ

«Если вы будете усердно работать по 8 часов в день, то со временем сможете стать начальником. В качестве вознаграждения вы получите право работать по 12 часов в день». Р.Фрост

Известно, что труд как таковой благоприятно воздействует на человеческую личность. Однако каждой профессии присущи свои условия. Повышенный риск влечет за собой различные нарушения, деформации и профессиональные болезни. Практика показывает, что процесс трудовой деятельности в ситуациях особого риска может приводить к снижению как трудовой способности человека и эффективности труда, так и к негативным изменениям психики и утрате ценностных ориентаций.

Одним из психологических феноменов, влияющих на здоровье специалиста в целом, является «эмоциональное выгорание», которое приводит не только

к переживанию негативных эмоций, изменению отношения к работе, к себе, коллегам, но и к ряду соматических заболеваний.

Синдром профессионального выгорания – это комплексное психологическое расстройство: состояние эмоционального, психического и физического истощения, развивающегося в результате стресса, возникающего на рабочем месте и не разрешенного в течение долгого времени. Еще в 1981 г. Э. Морроу описывал внутреннее состояние работника, испытывающего «Синдром», как *«запах горячей психологической проводки»*.

Данная проблема стала привлекать к себе внимание практиков и исследователей, начиная с середины 70-х годов XX века. Так, в работах Х. Фрейденберга впервые дано толкование понятия «синдром эмоционального сгорания», рассмотрены факторы его проявления. Научные труды К. Маслач посвящены раскрытию социально – психологических сторон выгорания, изучению соотношения между индивидуальными характеристиками и факторами среды. Российские ученые М. В.Борисов, В.Е. Орел, Т.В. Форманюк, В.В. Бойко и др. в своих исследованиях определили фазы развития, симптомы и причины возникновения деформаций личности специалиста по социальной работе. К сожалению, в нашей стране тема профессионального выгорания только – только начинает подниматься, в то время как в развитых зарубежных странах этой проблемой занимаются уже около 40 лет. В отечественной науке до сих пор еще не устоялась терминология, относящаяся к теме профессионального выгорания, в том числе и точное название синдрома.

Профессиональная жизнь современного человека богата различными стрессогенными ситуациями, которые и создают предпосылки для возникновения и развития синдрома выгорания. Происходит это следующим образом: в результате длительного переутомления или хронического стресса человек постепенно перестает видеть краски окружающего мира и ощущать вкус жизни, его почти ничто не радует, а если и радует, то ненадолго. Наваливается ощущение, что работа становится все тяжелее, и выполнять ее – все труднее. Происходит дисбаланс в эмоциональной сфере: человек начинает испытывать огромную неудовлетворенность собой, окружающим миром и людьми вокруг, сам себя же он чувствует бесполезным. Потихоньку это приводит к мощному эмоциональному истощению, которое заставляет человека ощущать изнеможение и опустошенность, на фоне чего нередко происходит дегуманизация – чувство острой и необъяснимой неприязни к людям. Иногда развивается и деперсонализация – человек отстраняется от своей жизни и начинает относиться к ней, как к просмотру кинофильма. Происходит как бы отключение эмоций. Заканчивается всё это разочарованием в профессии и нежеланием продолжать работу, так как человек перестает верить в себя как в профессионала [1].

Одной из важных черт людей, страдающих синдромом профессионального выгорания, является низкая стрессоустойчивость: их организм почти не обладает способностью противостоять стрессу собственными силами, а значит, он почти не защищен от вредоносного воздействия стрессовых факторов, поэтому нет ничего удивительного, что люди с низкой степенью стрессоустойчивости «выгорают» быстрее остальных.

Еще одной причиной развития синдрома профессионального выгорания являются низкие коммуникационные навыки, ему очень подвержены люди, не умеющие общаться, они воспринимают любое общение как тяжкий труд и переживают его как стресс.

Итак, выгорание затрагивает все сферы развития личности, оказывая разрушительное воздействие. Синдром протекает индивидуально у каждого специалиста в зависимости от особенностей его личности и профессиональной деятельности. Он развивается постадиально, начиная с зависимости от работы и заканчивая экзистенциальной пустотой. Так как выгорание деформирует всю личность специалиста, то методы, предупреждающие его должны затрагивать все сферы развития личности, а методы восстановления психического здоровья должны быть достаточно разнообразны и зависеть от индивидуальных особенностей социального работника. Не стоит забывать, что легче предупредить возникновение какого – либо негативного явления, чем его в дальнейшем преодолеть.

Библиографический список

1. *Капшук О. Н.* Психология делового общения руководителя и подчиненного [Текст] / О. Н. Капшук – М.: Феникс, 2008. – 220 с.

А.Н. Мужчинина, Г.М. Набиуллина
УГМА, г. Екатеринбург

ФАСТ-ФУД В СИСТЕМЕ ПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ: СОЦИАЛЬНО-МЕДИЦИНСКИЙ АСПЕКТ

В современном представлении гигиена питания является одним из наиболее активных и важных факторов внешней среды, которое оказывает разнообразное влияние на организм человека, его рост, развитие, сохранение здоровья, трудоспособности и оптимальной продолжительности жизни. Все это обеспечивается ежедневным, регулярным приемом пищи, включающий определенный набор пищевых продуктов. Пища современного человека совершенно не соответствует биологическим требованиям его организма. Пороки современного питания - это потребление больше, чем надо мяса, жиров, сахара, соли, раздражающих приправ, алкогольных напитков и др. Применяемая высокотемпера-