

Емоційне вигорання як фактор ризику десоціалізації батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна

Г. Б. Соколова

Кафедра дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» м. Одеса, Україна

Paper received 26.08.18; Accepted for publication 01.09.18.

<https://doi.org/10.31174/SEND-PP2018-174VI72-14>

Анотація. У статті представлено результати емпіричного дослідження особливостей емоційного вигорання батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна. Емоційне вигорання особистості неможливо пояснити суто медичними категоріями, провідними є психологічні фактори: конфлікти на роботі, фінансові проблеми, підвищене навантаження на роботі, а для жінок - ще й домашня робота. Найбільш розповсюджені у психологічній науці дослідження професійних аспектів емоційного вигорання, а категорія батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна, хоча і перебуває у групі ризику формування емоційного вигорання, не досліджені у психологічній науці. Найбільш актуальними проблемами для батьків дітей із синдромом Дауна на момент обстеження є прагнення обмежити свої професійні обов'язки і неповна адекватність емоційного реагування. Якщо ці симптоми проявляються разом, то батьки прагнуть обмежити свою професійну діяльність, звести до мінімуму іншу роботу та займатися лише дітьми. Встановлено, що фаза резистенції є сформованою у батьків в більшій мірі, ніж інші складові емоційного вигорання. всередині цієї фази по сформованості серед досліджуваних провідними є неадекватне емоційне реагування і редукція обов'язків, які, цілком ймовірно, підсилюють один одного.

Ключові слова: особистість, емоційне вигорання, десоціалізація, особистісний потенціал, синдром Дауна, симптом.

Вступ. Проблема психологічного супроводу дітей із синдромом Дауна, незважаючи на її значущість, традиційно обмежується дослідженням дітей та особливостями їхнього залучення до освітньо-виховного простору. Але роль сім'ї та найближчого оточення у процесі нормальної соціалізації дитини важливо переоцінити, оскільки більшість сімей – це складна соціальна підсистема, відношення між членами якої певним чином структуровані. Дитина, навіть на ранніх етапах онтогенезу, має бути не об'єктом педагогічних впливів, а союзником і творцем сім'ї: коли дитина приймає участь у життєдіяльності сім'ї зникає авторитарність у відносинах, формується інтерес один до одного. На жаль, виховання дитини із синдромом Дауна є складним випробуванням для батьків, оскільки батьківство дітей із синдромом Дауна – це постійне спілкування, яке передбачає глибоке занурення у проблему та унеможливлене уход із ситуації. У даній ситуації емоційне вигорання батьків щільно пов'язується із симптомами їхньої десоціалізації, оскільки вони переживають втрату або свідому відмову від засвоєних цінностей, норм, соціальних ролей тощо. Ось чому дослідження емоційного вигорання батьків є невід'ємною частиною психологічного супроводу.

Короткий огляд публікацій за темою. Уперше синдром емоційного вигорання, визначений як «депресія виснаження», був описаний П. Кільхольцем і Р. Беком. Автори розглядали його виключно як медичну категорію, пов'язували із різними больовими симптомами, а у структурі депресії виснаження виділяли декілька фаз: гіперестетично-астетичну, яка характеризується надмірною чутливістю, дратівливістю і швидкою стомлюваністю; психосоматичну і власне депресивну, у якій проявляються симптоми класичної депресії.

Складність та неоднозначність феномена емоційного вигорання довели неможливість пояснення його природи лише медичними категоріями, на перший план почали висувати психологічні фактори: конфлікти на роботі, фінансові проблеми, підвищене на-

вантаження на роботі, а для жінок - ще й домашня робота. Традиційно у психологічній науці емоційне вигорання пов'язували із професійною діяльністю. Так, В. В. Бойко розглядав вигорання як форму професійної деформації особистості [1], Д. В. Шпитальний також основним механізмом формування емоційного вигорання вважав опозицію: «Я - професіонал» і «Я - людина», у якій синдром вигорання є втратою контролюючої функції «Я-професійного» і втручання «Я-людського» в галузь професійної компетенції [5].

Пізніше вченими були виявлені та емпірично підтверджені універсальні симптоми емоційного вигорання, які проявляються у осіб, що перебувають в різних соціальних ситуаціях, але особливого значення набуває їх вивчення у батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна, оскільки роботу можна поміняти, взяти відпустку, а батьківство є категорією постійною.

До таких найбільш поширених симптомів емоційного вигорання Г.С. Нікіфоров відносить: почуття емоційного виснаження, неможливість працювати з повною віддачею сил, дегуманізація як тенденція до цинічності і негативізму щодо залежних осіб, негативне самосприйняття тощо [3], а на думку М. Грабе емоційне вигорання проявляється у вигляді підвищеної активності на початку діяльності, відчутної втомлюваності, пошуку винуватих, депресії або агресії та різного роду психосоматичних реакцій, відчаю [2]. Всі ці симптоми, які постійно переживаються батьками, які виховують дітей із синдромом Дауна, сприяють глибокій десоціалізації, коли здійснюється своєрідне «перекодування» особистості, її перебування у вузькому колі осіб, втрата попередньої ідентифікації, заміна попереднього соціального досвіду.

Результати та їх обговорення. У даній статті представлено аналіз результатів емпіричного дослідження особливостей емоційного вигорання батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна як фактора ризику їхньої десоціалізації.

В дослідженні прийняли участь батьки, які виховують дітей із синдромом Дауна (160 осіб). Основним психодіагностичним інструментарієм виступили: опитувальник МБІ К. Маслач і С. Джексона (Maslach Burnout Inventory), опитувальник діагностики емоційного вигорання В.В. Бойко, тест «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» Л.М. Карамушки, колірний тест М. Люшера.

При розгляді результатів кореляційного аналізу встановлено наступне.

Шкала «Переживання психотравмуючих обставин» позитивно пов'язана зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,435$; $p = 0,001$) і виснаження ($r = 0,497$; $p < 0,001$) методики «Оцінка особистісного потенціалу вигорання», а також шкалами деперсоналізації ($r = 0,343$; $p = 0,007$) і виснаження ($r = 0,633$; $p < 0,001$) методики МБІ К. Маслач і С. Джексона. Тобто, чим більше у батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна виражений даний симптом, тим вище оцінки їхнього емоційного виснаження і особистісної відторненості за даними обох методик. У той же час зі шкалою редукції особистих досягнень МБІ зв'язок негативний ($r = - 0,409$; $p = 0,001$). У цій шкалі опитувальника В.В. Бойко провідним є твердження «На роботі я постійно отримую фізичні і психологічні перевантаження». У контексті нашого дослідження змістовно ця шкала вимірює суб'єктивну оцінку прийнятності батьками рівня свого «соціального» навантаження. Якщо вона оцінюється як висока, то це постає психотравмуючим фактором.

Виявлені достовірні позитивні зв'язки шкали незадоволеності собою зі шкалами емоційного виснаження у тесті «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» ($r = 0,406$; $p = 0,001$) і МБІ ($r = 0,501$; $p < 0,001$), причому, як це видно із значень коефіцієнтів кореляції і рівнів їх значимості, зі шкалою виснаження опитувальника К. Маслач і С. Джексона цей зв'язок тісніший. Виявлено також негативний зв'язок цієї шкали з показником редукції особистих досягнень МБІ ($r = - 0,316$; $p = 0,014$). Це може вказувати на те, що чим нижче батьки, які виховують дітей із синдромом Дауна, оцінюють корисність своєї діяльності, тим, нижче вони оцінюють і свої досягнення, в тому числі і в знаходженні порозуміння зі своїми близькими.

Шкала опитувальника В.В. Бойко, що відноситься до групи симптомів психічної напруги, «Загнаність у клітку», достовірно і позитивно пов'язана зі шкалами деперсоналізації опитувальників «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» ($r = 0,402$; $p = 0,001$) і МБІ ($r = 0,427$; $p = 0,001$), а також на дуже високому рівні достовірності - зі шкалою емоційного виснаження МБІ ($r = 0,531$; $p < 0,001$). Шкала «Загнаність в клітку» вимірює ступінь розчарування батьків у своїй діяльності і переживання безвиході, внутрішнього обмеження свободи. Найбільший же внесок в дану шкалу вносить глобальне твердження про помилковість життєвих виборів. Тому не дивно, що найбільш сильною є кореляційний зв'язок цієї шкали зі шкалою редукції особистих досягнень МБІ ($r = - 0,538$; $p < 0,001$).

Четвертий симптом з групи психічного напруження, «Тривога і депресія», достовірно пов'язаний з

усіма шкалами двох інших опитувальників вигорання причому за характером ці зв'язки такі ж, як і у розглянутих вище шкал цієї групи. Зокрема, позитивні зв'язку зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,527$; $p < 0,001$) і емоційного виснаження ($r = 0,327$; $p = 0,011$) «Оцінки особистісного потенціалу вигорання». Найбільш сильним є позитивний зв'язок зі шкалою емоційного виснаження МБІ ($r = 0,615$; $p < 0,001$), менш значущим - зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,340$; $p = 0,008$) і редукції особистих досягнень ($r = - 0,428$; $p = 0,001$) цієї ж методики. З задоволеністю з тесту «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» зв'язок негативний ($r = - 0,309$; $p = 0,005$). За змістом завдань, що входять у шкалу тривоги і депресії, вона вимірює ступінь заклопотаності батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна. Важливо відмітити, що вимірювальний конструкт цієї шкали, як і всіх інших, стосується усвідомленої частини переживань батьків. Крім того, характер зв'язків цієї шкали чітко відповідає характеру зв'язків загального показника напруги, тобто, ми припускаємо, що з чотирьох шкал цієї групи, саме «Тривога і депресія» вносить найбільший вклад у розуміння особливостей емоційного вигорання батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна.

Отже, узагальнюючи результати кореляційного аналізу за симптомами психічної напруги методики В. В. Бойко, вважаємо за необхідне відмітити, що вона вимірює ступінь заклопотаності батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, перш за все, за соціальним аспектом їхньої життєдіяльності, яка є високою, якщо вони переживають або усвідомлюють дисгармонію між собою і оточуючим середовищем.

Наступна група шкал-симптомів об'єднується назвою «Резистенції». У інструкції до опитувальника цей термін не пояснюється, але англійське слово resist в дієслівній формі має значення «чинити опір, протидіяти», іменник-характеристика resistance означає «стійкість». вірогідно, йдеться про такий психічний властивості, як опірність.

Уточнимо зміст вимірювального конструкту за допомогою кореляційного аналізу.

Шкала-симптом «Неадекватне вибіркове емоційне реагування» позитивно пов'язана зі шкалами деперсоналізації і опитувальника «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» ($r = 0,319$; $p = 0,013$) і методики К. Маслач і С. Джексона, ще тісніше ($r = 0,503$; $p < 0,001$). Зрозумілим є позитивний зв'язок зі шкалою емоційного виснаження ($r = 0,427$; $p = 0,001$) і негативний зі шкалою редукції особистих досягнень МБІ ($r = - 0,428$; $p = 0,001$).

Змістовно найбільший внесок в цю шкалу вносить твердження «Коли партнер мені неприємний, я намагаюся обмежити час спілкування з ним або менше приділяти йому уваги». Всі інші твердження теж стосуються контролю батьків над своїм настроєм, причому високі бали виходять, якщо цей контроль слабкий. Узагальнюючи це зауваження з результатами кореляційного аналізу, можна вважати, що тут проявляється закономірність, суть якої полягає в тому, що чим нижчий контроль батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, над емоційними проявами, тим менше виражена у них відмова від досяг-

нень.

Таким чином, можна стверджувати, що в методиці В.В. Бойко контроль емоцій у взаємодії з іншими людьми є одним з аспектів резистентності, тобто, опірності батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна.

Наступна шкала називається «Емоційно-моральна дезорієнтація». Бали виходять тим вище, чим нижче їх самооцінка. На відміну від попередньої, дана шкала пов'язана достовірно з усіма трьома шкалами опитувальника «Оцінка особистісного потенціалу вигорання»: позитивно зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,269$; $p = 0,013$) і емоційного виснаження ($r = 0,267$; $p = 0,039$), і негативно з шкалою особистої задоволеності ($r = -0,344$; $p = 0,007$). У свою чергу, з методикою МВІ виявлений тільки один достовірний зв'язок - зі шкалою деперсоналізації ($r = 0,257$; $p = 0,045$) в ній. Звідси можна зробити попередній висновок про те, що при більшому виснаженні у батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, частіше виникають думки про свою непотрібність.

Третя шкала, «Розширення сфери економії емоцій», містить завдання, які відображають прагнення батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, якомога менше спілкуватися, щоб не витратити емоційні зусилля. Це прагнення достовірно позитивно пов'язане зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,309$; $p = 0,016$) і виснаження ($r = 0,393$; $p = 0,002$) «Оцінки особистісного потенціалу вигорання» і майже достовірно негативно - зі шкалою задоволеності ($r = -0,248$; $p = 0,056$) тієї ж методики. Аналогічним чином, вона достовірно позитивно пов'язана з деперсоналізацією ($r = 0,328$; $p = 0,011$) і на дуже високому рівні - з виснаженням ($r = 0,605$; $p < 0,001$) в опитувальнику МВІ. Ми припускаємо, що прагнення батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна, «економити емоції» є реакцією на переживання виснаженості, а їх деперсоналізація або підсилює його, або є наслідком тенденції до економії емоцій.

Дане припущення можна уточнити, при зіставленні цієї шкали з коефіцієнтом Шипоша в тесті Люшера.

Нарешті, четвертий симптом, який відноситься до резистентності, позначений як «Редукція професійних обов'язків». Виходячи зі змісту завдань, він близький до двох попередніх шкал, будучи в деякому роді їх узагальненням. Причому це не просте підсумовування, а саме узагальнення. Наприклад, в твердженні, що вносить найбільший внесок у цю шкалу, «Якщо трапляється нагода, я приділяю партнеру менше уваги, але так, щоб він не помітив цього», міститься і турбота про контроль себе і ситуації («... щоб він цього не помітив»), і економія емоцій («приділяти менше емоцій»). Бал за цією шкалою негативно пов'язаний з особистим задоволенням ($r = -0,302$; $p = 0,019$) в опитувальнику «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» і редукцією особистих досягнень ($r = -0,333$; $p = 0,011$) в опитувальнику К. Маслач і С. Джексона МВІ.

В цілому, виходячи із близькості характеру зв'язку окремих шкал і загального показника зі шкалами інших методик, найбільший внесок в групу «Резистентність» вносять другий і третій симптоми. Тому

зміст шкал даної групи можна визначити, якщо бали за нею високі, як своєрідну «емоційну розгубленість» батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна, що веде до обмеження їх емоційних проявів і переживань. Тоді правильно буде говорити про резистентність як про задіявання досить примітивного психологічного захисту - ізоляції, яка проявляється у зменшенні спілкування і уваги до оточуючих.

Наступна група симптомів в опитувальнику В.В. Бойко називається «Виснаження». Перший з симптомів, який входить у неї, позначений як «Емоційний дефіцит». За змістом завдань він близький до резистентності, але основним в ньому є твердження «Стан, прохання, потреби партнерів зазвичай мене широк хвилюють». Оцінка цього твердження в шкалі негативна, тобто емоційний дефіцит фіксується в разі незгоди з ним. Шкала емоційного дефіциту позитивно і дуже вірогідно пов'язана зі шкалами деперсоналізації ($r = 0,486$; $p = 0,001$) і виснаження ($r = 0,337$; $p = 0,009$) «Оцінки особистісного потенціалу вигорання», і негативно - зі шкалою задоволеності ($r = -0,436$; $p = 0,001$) цієї методики. Характер кореляційних зв'язків такий же, як і у шкал, складових резистентності. З шкалами МВІ картина схожа, але ще більш виражено тут проявляються позитивні зв'язки з аналогічними шкалами: виснаження ($r = 0,499$; $p = 0,001$) і деперсоналізації ($r = 0,531$; $p = 0,001$), і негативна зі шкалою редукції професійних досягнень ($r = -0,485$; $p = 0,001$).

Отже, можна припустити, що емоційний дефіцит однаково тісно пов'язаний з усіма компонентами емоційного вигорання, тому можна зробити висновок про тотальність його прояву в разі емоційного вигорання батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна.

Наступний симптом цієї групи, «емоційна відчуженість», за своїм психологічним змістом відрізняється від попереднього. Так, він позитивно пов'язаний тільки зі шкалою деперсоналізації ($r = 0,412$; $p = 0,001$) опитувальника «Оцінка особистісного потенціалу вигорання», і аналогічної шкалою опитувальника Маслач-Джексона ($r = 0,388$; $p = 0,002$). Зі шкалою редукції професійних досягнень МВІ зв'язок негативний ($r = -0,364$; $p = 0,004$)⁴. Найбільший внесок в цей симптом вносить твердження «Щодо майже всього, що відбувається на роботі, я втратив інтерес, жвавість почуттів». Оскільки у всіх твердженнях, що стосуються цього симптому, згадується робота, то емоційну відчуженість можна вважати не тотальною, а такою, що відноситься саме до професійної сфери. Звісно ж, що цей симптом може проявлятися раніше, ніж, наприклад, деперсоналізація, що виходить вже за рамки професійної діяльності.

Третій симптом, «Особистісна відчуженість», або просто деперсоналізація, позитивно пов'язаний зі шкалами деперсоналізації і «Оцінки особистісного потенціалу вигорання» ($r = 0,373$; $p = 0,003$), і МВІ ($r = 0,454$; $p = 0,001$), а також зі шкалами виснаження ($r = 0,479$; $p = 0,001$ і $r = 0,584$; $p = 0,001$ відповідно) цих методик. Виявлено також негативний зв'язок зі шкалою редукції професійних досягнень ($r = -0,284$; $p = 0,028$) в МВІ.

Твердження з найбільшим внеском у цю шкалу

нібито узагальнююче: «Робота з людьми погано вплинула на мене як на професіонала - зробила нервовим, роздратованим, притупила емоції». Решта тверджень стосуються прагнення мінімізувати спілкування на роботі і виснаження («Щоб відновити сили, я часто приймаю ліки»). За твердженнями, їх вагою, і кореляційним зв'язком з іншими тестами вигорання, можна зробити висновок, що основний психологічний зміст цієї шкали полягає у прагненні батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, збільшити психологічну дистанцію між собою і своєю професійною діяльністю.

Четвертий симптом виснаження за В.В. Бойко стосується психосоматичних і психовегетативних порушень, достовірно пов'язаний тільки з шкалами виснаження опитувальників «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» ($r = 0,339$; $p = 0,008$) і МВІ ($r = 0,301$; $p = 0,019$). Це вказує на те, що психічне виснаження батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна закономірно проявляється на соматичному рівні. В даному випадку підтверджується доцільність використання принципу психофізіологічного єдності. До характеристики цього симптому можна додати, що соматичні порушення не пов'язані самі по собі зі шкалами деперсоналізації, задоволеності роботою і редукції професійних досягнень.

За опитувальником «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» отримано наступне: середнього рівня досягає тільки особистісна задоволеність та емоційне виснаження батьків дітей із синдромом Дауна. В цілому результати по «Оцінці особистісного потенціалу вигорання» не суперечать даним за методикою В.В. Бойко і доповнюють їх інформацією. За даними методики МВІ симптоми виснаження і деперсоналізації виражені досить слабо, а редукція особистих досягнень - вище середнього рівня. За методикою «Дослідження синдрому вигорання» середневибірковий показник склав 14,37 бала, що відповідає верхній межі середнього рівня.

У динамічному аспекті більшість батьків переживають фазу резистентності, а в змістовному - найбільш вираженим симптомом є редукція особистих професійних досягнень, прагнення зменшити комунікативне навантаження.

За результатами шкали деперсоналізації в опитувальнику «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» можна припустити, що симптом деперсоналізації у переважній більшості батьків проявляється рідко.

За шкалою виснаження в опитувальнику «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» виявлено, що більше половини батьків (53%) мають результати менше середнього, у 40% - в середньому, і у 7% ступінь виснаження висока.

Отже, для більшості батьків задоволеність працею є середньою і низькою, отже більшість батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна, знаходяться на проміжній фазі розвитку синдрому емоційного вигорання, яку В.В. Бойко позначає як фазу резистентності, причому на момент обстеження деструктивні наслідки ще не є вираженими. У 73% батьків фаза напруги не сформована або вже пройдена, у 16% знаходиться в стадії формування, а сформованої є тільки у 11%

піддослідних.

Описаний розподіл в співвідношенні з середнім нормативним діапазоном характерно і для стадії виснаження. Невелике розходження полягає в тому, що значення нижчі за середні по фазі виснаження мають 68,3% всіх батьків, середні - рівно 25%, а високі - всього 6,7%.

Аналіз розподілу окремих симптомів (первинних шкал в опитувальнику В.В. Бойко) дозволяє уточнити структуру та особливості прояву окремих фаз вигорання батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна. Так, по симптому «незадоволеність собою» вираженість нижче середньої, або несформованість, виявлена у 86,7%, по «загнаності в клітку» - у 80%. Сформовано ці симптоми лише у 3,3% і 10% відповідно. Симптом «переживання психотравмуючих обставин» сформований у 25% батьків. Нарешті, «тривога і депресія» сформована тільки у 15% батьків, а показники нижчі за середні мають 63,3% з них. Отже, в структурі фази напруги у більшості батьків окремі симптоми не сформовані. Але по одному з них, «переживання психотравмуючих обставин», чверть з них дуже чутливі до зовнішніх впливів, сприймаючи і переживаючи їх як досить травматичні. Можливо, саме цей симптом у фазі напруги з'являється першим.

Розподіл симптомів фази резистентності, в якій знаходяться більшість батьків, показав наступне.

Провідним є симптом «неадекватне і вибіркоче емоційне реагування»: 60% батьків мають високі оцінки, у них цей симптом можна вважати сформованим. Другим по вираженості йде «редукція професійних обов'язків», який сформований у 53,3% батьків. Вважаємо, що більшість досліджуваних мають одночасно високі оцінки за цими двома симптомами. Це підтверджує і кореляційний зв'язок: позитивна і високодостовірний ($r = 0,42$; $p = 0,01$). Виявлено, що симптом «емоційно-моральна дезорієнтація», який сформований у 26,7% батьків, не пов'язаний з іншими симптомами значимо. Однак із загальним показником він пов'язаний достовірно і позитивно ($r = 0,554$; $p < 0,001$).

Узагальнюючи ці факти, можна припустити, що дії з редукції професійних обов'язків (уникнення зайвого навантаження, підкреслена емоційна холодність і інші, спрямовані на зменшення спілкування) вимагає емоційного напруження, яке і робить емоційне реагування вибіркочим і неадекватним.

У фазі виснаження всі симптоми теж пов'язані позитивно і однаково високо достовірно, за винятком пари «емоційна відчуженість» і «психосоматичні та психовегетативні порушення». Припускаємо, що виснаження батьків не обов'язково призводить до соматичних порушень.

У фазі виснаження симптом «емоційний дефіцит» сформований тільки у 15% батьків, емоційна відчуженість - у 11,7%.

Узагальнюючи результати по фазі виснаження, можна припустити, що всі симптоми проявляються разом, і посилюються теж рівномірно, без домінування якогось одного.

Висновки. Отже, емоційне вигорання особистості неможливо пояснити суто медичними категоріями,

провідними є психологічні фактори: конфлікти на роботі, фінансові проблеми, підвищене навантаження на роботі, а для жінок - ще й домашня робота. Найбільш розповсюджені у психологічній науці дослідження професійних аспектів емоційного вигорання, а категорія батьків, які виховують дітей із синдромом Дауна, хоча і перебувають у групі ризику формування емоційного вигорання, не досліджені у психологічній науці.

Найбільш актуальними проблемами для батьків дітей із синдромом Дауна на момент обстеження є прагнення обмежити свої професійні обов'язки і неповна адекватність емоційного реагування. Якщо

ці симптоми проявляються разом, то батьки прагнуть обмежити свою професійну діяльність, звести до мінімуму іншу роботу та займатися лише дітьми.

Встановлено, що фаза резистенції є сформованою у батьків в більшій мірі, ніж інші складові емоційного вигорання. всередині цієї фази по сформованості серед досліджуваних провідними є неадекватне емоційне реагування і редукація обов'язків, які, цілком ймовірно, підсилюють один одного.

Перспективи подальших досліджень можуть бути пов'язані із поглибленим вивченням десоціалізації батьків дітей із синдромом Дауна та м їх у програму психологічного супроводу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В. В. Бойко. — М.Наука, 2006 – 167 с..
2. Грабе М. Синдром выгорания /М.Грабе . - СПб: Речь, 2013. - 95 с.
3. Никифоров Г.С. Психология здоровья / Г. С. Никифоров. — СПб: Питер, 2002 – 436 с.
4. Соколова Г. Б. Психологічні особливості захисної поведінки батьків, що виховують дітей із синдромом Дауна / Г. Б. Соколова // Наука і освіта. – 2017. – №3. – С. 23-28.
5. Шпитальный Д.В. Синдром «эмоционального сгорания» как вид профессиональной дезадаптации (часть вторая) /Д.В.Шпитальный// Профессиональный потенциал. — 2002. — №2. — С.33—42.
6. Brouwers A., Tomic W. A longitudinal study of teacher burnout and perceived self—efficacy in classroom management // Teaching & Teacher Education. — 2016. — Vol.16, №2. — P.239—253.
7. Burke R.J., Greenglass E. A longitudinal study of psychological burnout in teachers // Human Relations. — 2013. — Vol.48, №2. — P.187—202.

REFERENCES TRANSLATED AND TRANSLITERATED

1. Boiko, V.V. (2006). Sindrom «emotsionalnogo vygoraniia» v professionalnom obshchenii [Syndrome of "emotional burnout" in professional communication]. — M.Nauka, [in Russian].
2. Grabe, M. (2013). Sindrom vygoraniia [Burnout Syndrome]. - SPb: Rech, [in Russian].
3. Nikifirov, G.S. (2002) Psikhologiiia zdorovia [Psychology of health].. — SPb: Piter., [in Russian].
4. Sokolova, H.B. (2017). Psykholohichni osoblyvosti zakhysnoi povedinky batkiv, shcho vykhovuiut ditei iz syndromom Dauna [Psychological characteristics of defensiveness of parents raising children with Down's syndrome]. Nauka i osvita – Science and education, 3, 23-28. [in Ukrainian].
5. Shpitalnyi, D.V. (2002). Sindrom «emotsionalnogo sgoraniia» kak vid professionalnoi dezadaptatsii (chast vtoraia) [Syndrome of "emotional combustion" as a form of professional disadaptation (part two)].— SPb: Piter, [in Russian].

Emotional burnout as a risk factor for desocialization of parents educating children with Down syndrome

A. B. Sokolova

Abstract. The results of the empirical study of the features of emotional burnout of parents educating children with Down syndrome are presented. The emotional burnout of the individual can not be explained purely by medical categories, leading to psychological factors: conflicts at work, financial problems, increased workload, and for women - even homework. The most widespread in psychological science is the study of the professional aspects of emotional burnout, and the category of parents educating children with Down syndrome, although they are at risk for the formation of emotional burnout, have not been studied in psychological science. Most urgent problems for parents of children with Down syndrome at the time of the survey are the desire to restrict their professional duties and incomplete adequacy of emotional response. If these symptoms manifest together, parents seek to restrict their professional activities, minimize other work and engage only children. Has been established that the resistivity phase is formed in parents to a greater extent than other components of emotional burnout. Inside this phase, according to the prevalence among the researchers studied, there is inadequate emotional response and reduction of responsibilities, which are likely to reinforce each other.

Keywords: *personality, emotional burnout, desocialization, personality potential, Down syndrome, symptom.*