**ПРОГРАММА**

Республиканская научно-практическая конференция с международным участием **«Биопсихосоциодуховный подход к профилактике эмоционального выгорания специалистов»**

**Дата 26 марта 2021 года**

**Сайт мероприятия:** [**https://pceureka.ru/burnout**](https://pceureka.ru/burnout)

**Ссылка на трансляцию:** [**https://events.webinar.ru/26491161/7654563**](https://events.webinar.ru/26491161/7654563)

**10.00-10.30 Карпов Анатолий Михайлович** *д.м.н, зав. кафедрой психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России профессор, заслуженный врач РТ*

**Тема доклада**: Соотношение биологических, психологических, социальных и духовных потребностей в структуре профессиональной деятельности выгорающих специалистов и организаторов их работы.

**Аннотация:** Анализ результатов анонимного анкетирования врачей психиатров, наркологов, хирургов, онкологов обнаружил, что, по их мнению, основной причиной выгорания является конфликт интересов врачей и менеджеров. Врачи считают, что в лечебном процессе есть 2 главных участника: больной и врач. Врачи, работающие 15-40 лет, сами хорошо знают, что и как нужно делать для максимальной пользы больных. По мнению врачей - задача администрации - обеспечивать лечебный процесс ресурсами, оптимизировать его организацию в интересах больных и лечащих врачей, как минимум, не мешать врачам заниматься основной для больного, для врача, для учреждения и администрации – лечебной работой. Современный менеджмент ориентирован на экономическую эффективность, не всегда соответствующую запросам больных и врачей. В результате оптимизации здравоохранения увеличился поток больных, направляемых к одному врачу за короткое время. На качественную работу с каждым у врачей не хватает времени и сил. При этом значительную часть времени нужно тратить на заполнение множества документов, которые не нужны для лечения больного, и только отвлекают квалифицированного врача от основной деятельности, которую кроме него и за него никто не сделает. Система проверок, тотального контроля, обилие формальной документации, успокаивает менеджеров, но она раздражает специалистов и ускоряет их эмоциональное выгорание,как следствие «выжигания» менеджментом.

10.30 – 10.45 Дискуссия, ответы на вопросы.

**10.45-11.15 Набиуллина Римма Рафаэльевна**.*д.м.н, профессор кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России, заслуженный врач РТ*

**Тема доклада:** Психотерапия травмы как профилактика и лечение эмоционального выгорания

**Аннтоация**. Известно, что травма, возникшая в детстве или в любом другом возрасте, делает личность уязвимой. И все те причины, которые воздействуют на личность и вызывают синдром эмоционального выгорания для личности, пережившей травму, могут оказаться более токсичными, способствующими возникновению синдрома эмоционального выгорания. Это одна из причин того, почему есть смысл заниматься психотерапией травмы в качестве профилактики синдрома эмоционального выгорания. При уже возникшем синдроме эмоционального  выгорания, терапия травмы и работа над созданием целостности способствует повышению эффективности лечения синдрома эмоционального выгорания.

11.15-11.30 Дискуссия, ответы на вопросы.

**11.30-11.50 Кирюхина Марина Васильевна***к.м.н., доцент кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ*

**Тема доклада**: Терапевтические подходы коррекции эмоционального выгорания.

**Аннотация**: Современные условия труда, связанны с быстрым темпом, объемом усвоения новой информации и порой невозможно вырваться из этого цейтнота без появления психопатологических проявлений, симптомов нашего организма. Как сохранить своё состояние и остаться компетентным в профессии? В докладе представлены терапевтические подходы: психотерапия, медикаментозная терапия и др. методы, применяемые в лечении при синдроме профессионального выгорания в зависимости от стадии процесса. Доклад представляет интерес для врачей всех специальностей, клинических психологов, психологов работающих в разных отраслях, социальных работников.

11.50-12.05 Дискуссия, ответы на вопросы

**12.05-12.25 Белоусова Марина Владимировна** *к.м.н., доцент кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ*

**Шмакова Мая Александровна** *к.м.н., доцент кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ*

**Тема доклада:** Профилактика хронического стресса: восстановление ресурсов Личности цифрой эры.

**Аннотация:** Человечество цифровой эры выбрало жизнь в условиях хронического стресса. Какие биологические механизмы помогают нам выжить в ситуации продолжающихся годами психоэмоциональных перегрузок? Как, опираясь на сформированный эмоциональный интеллект и навыки совладающего поведения, обеспечить устойчивость к стрессу, адаптивность к психоэмоциональным нагрузкам, избежать эмоционального выгорания и хронической усталости? В докладе будут рассмотрены психологические приемы и биологические подходы (коррекция образа жизни, двигательной активности, пищевого поведения и нутрицевтической поддержки), обеспечивающие доступ к внутренним ресурсам для восстановления работоспособности. Информация предназначена для специалистов системы здравоохранения, образования, социальной защиты, молодежной политики, и для всех, кто хочет сохранить психическое здоровье.

12.25-12.40 Дискуссия, ответы на вопросы

**12.40-13.00 Башмакова Ольга Валерьевна** *доцент кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ, к.м.н.* ***Семенихин Дмитрий Германович*** *доцент кафедры клинической фармакологии и фармакотерапии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ, к.м.н.*

**Тема доклада:** Медико-психологические аспекты выгорания специалистов в области психического здоровья

**Аннотация:** Представлена информация об особенностях выгорания у психиатров и коррекционных педагогов. Показаны профессионально-опосредованные различия. Описана структура производственной психогении. Проанализированы профессиональные коммуникативные предпочтения психиатров в зависимости от стажа работы. Проведен анализ факторов, препятствующих выгоранию специалистов в области психического здоровья.

13.00-13.15 Дискуссия, ответы на вопросы

**13.15-13.35 Сигитова Екатерина Валерьевна** *д.м.н. (PhD*), *психотерапевт, частная практика г. Прага (Чехия)*

**Тема доклада:** Эмоциональное выгорание специалистов в области душевного здоровья в странах Европы

**Аннотация:** В докладе даны результаты сравнительного анализа и обзор факторов, влияющих на выгорание, в странах Европы и в России. Исследованы параметры профессии, пола, возраста, стажа работы, формы собственности медицинского учреждения, интенсивности нагрузок на специалистов, зарплаты, материального, социального и психологического статуса работающих специалистов.

13.35-13.50 Дискуссия, ответы на вопросы

**13.50-14.10. Иванов Александр Валерьевич** *д.м.н., профессор, медицинский центр г. Дортмунд (Германия)*

**Тема доклада:** Профессиональное выгорание трейдера. Burnout. Причины и следствия. Методы коррекции

**Аннотация:** Настоящий момент характеризуется повышенным интересом к работе на финансовых рынках. Что это? Хобби, гэймблинг, профессия... Теоретически в круглосуточном режиме, интересная, ответственная напряженная и хорошо оплачиваемая работа имеет множество отрицательных следов прежде всего на психику. Волатильность эмоции зашкаливает. И как результат обилие психопатологических симптомов. В докладе представлены психотерапевтические наработки в коррекции профессионального выгорания трейдеров. Опыт представляет интерес психиатрам и психотерапевтам, психологам, специалистам по личностному росту.

14.10-14.25 Дискуссия, ответы на вопросы

**14.25-14.45. Герасимова Вера Вадимовна** *кандидат психологических наук, начальник отдела психологического сопровождения Министерства по делам молодежи Республики Татарстан*

**Тема доклада:** Комплекс риск-факторов формирования профессионального выгорания у специалистов системы психологической помощи населению Республики Татарстан

**Аннотация:** В современной социальной действительности потенциал психологической деятельности в сохранении психологического здоровья как обращающихся за ней, так и тек, кто ее осуществляет, признается на всех уровнях государственной власти. В Республике Татарстан с 2019 года по инициативе Правительства организована масштабная работа по синхронизации деятельности психологических ведомственных служб. Созданы новые профильные структуры государственного и общественно - профессионального характера, утверждены соответствующие нормативно-правовые документы. Одним из ключевых вопросов этой деятельности направлен на формирование высокопрофессиональных кадров системы психологической помощи населению, способных эффективно оказывать профессиональную помощь. Для реализации этой задачи важно иметь представление об актуальных риск факторах, способных запустить процессы профессиональной деформации. По результатам мониторингового исследования ведомственных психологических служб и организованных коммуникаций с психологами сформирован комплекс риск факторов формирования профессионального выгорания у специалистов системы психологической помощи населению Республики Татарстан и выработаны предложения по их устранению.

14.45-15.00 Дискуссия, ответы на вопросы

**15.00-15.20 Андреева Юлия Владимировна** *доктор педагогических наук, профессор кафедры телевещания и цифровых технологий высшей школы журналистики и медиа коммуникации ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) Федеральный университет»*

**Тема доклада**: Информационный блокбастер человечества: опасности и ресурсы «серфинга» цифрового потока

**Аннотаци**я: Любой стресс имеет информационную природу. Но мы будем говорить о стрессе, причиной которого стал глобальный информационный взрыв. Перешагнув порог информационного общества, человечество испытало «шок будущего»: сенсорную перегрузку. Каждый из нас стал героем своего «информационного блокбастера» и ищет путь спасения. Стратегия ухода не работает, ведь именно от активного управления информацией зависит наше благополучие и выживание: безопасность детей, профессиональных успех. А тотальное включение в информационное поле приводит к сенсорному «перегреву»: искажению восприятия реальности, дезориентации, нарушению линейности мышления, ошибочных эмоциональных реакций. Э.Тоффлер писал: «Когда человек погружается в быстро и нерегулярно меняющуюся ситуацию, он теряет способность достоверных оценок, от которых зависит рациональное поведение». Человечество учится выживать: выстраивает новую адаптивную, спонтанную стратегию управления своим информационном полем. «Серфинг» - шанс не захлебнутся в волнах информации и научится управлять собой и реальностью в новом мире...

15.20-15.35 Дискуссия, ответы на вопросы

**15.35 – 16.35 Мастер-класс «Жить не выгорая»**

**Набиуллина Римма Рафаэльевна**

*д.м.н., профессор кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России*

**Кирюхина Марина Васильевна***к.м.н., доцент кафедры психотерапии и наркологии КГМА – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО МЗ РФ*

Цель мастер-класса - приобретение практических навыков по профилактике синдрома профессионального выгорания с использованием комплекса разных психотерапевтических методик.

Диагностика состояния с использование теста по выгоранию с обсуждением.

Упражнение: «Мои Ресурсы».

Цель - приобрести психотерапевтический навык быстро диагностировать необходимый ресурс в данный момент «здесь и сейчас».

Проводится со всей аудиторией с настройкой на внутреннюю работу в психодраматическом подходе.

Обсуждение практики с ответами на вопросы через сайт.

Упражнение: «Личные границы»

Цель - научиться определять свои границы в межличностном общении и умении бесконфликтного взаимодействия.

Даётся теоретический блок с демонстрацией ведущих нескольких подходов.

Обсуждение практики, ответы на вопросы.

Упражнение «Мой внутренний ребёнок и его поддержка ».

Цель - приобрести практический навык психотерапевтической работы с «внутренним ребёнком».

Даётся несколько упражнений по работе в этом направлении со специалистом, а также для самостоятельной работы.

Демонстрация. Упражнение выполняется с использованием релаксационных медитативных практик.

Завершающая часть: подведение итогов мастер-класса. Ответы на вопросы.

16.35-17.00 Дискуссия, ответы на вопросы. Завершение конференции.

Председатель программного комитета Карпов А.М.