

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Р.Р. Дементьева, бакалавр
Башкирский государственный университет
(Россия, г. Уфа)

DOI:10.24411/2500-1000-2019-11414

Аннотация. Данная работа посвящена изучению особенностей синдрома эмоционального выгорания у работников медицинской сферы, представлены результаты эмпирического исследования, проведенного на базе Медико-генетического центра г. Уфа. Представлен краткий обзор психологической литературы по данной тематике. Были выявлены особенности выгорания сотрудников, взаимосвязи симптомов выгорания с наличием опыта, семьи и детей.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, медицинские работники, профессиональное самосознание, психическое здоровье.

Организация труда работников различных профессиональных групп, связанного с интенсивным и чаще напряженным межличностным взаимодействием, становится в последнее время объектом все более активного внимания психологии и медицины. Эмоциональное выгорание в профессиях «человек-человек» обуславливает и способствует развитию разочарования в профессии и деморализации, снижению показателей производительности и качества труда, нарастающей склонности к размышлению о том, чтобы оставить профессию, а также в виде ухудшения состояния психического и соматического здоровья, снижения устойчивости браков, развития склонности к девиациям, абсентеизму. Состояние субъектов труда сказывается не только на качестве оказываемой профессиональной помощи и производительности труда, но отражается и на социальном здоровье в целом.

Понятие «эмоционального выгорания» ввел Х. Дж. Фрейденберг в 1974 году для того чтобы описать деморализацию, разочарование и крайнюю усталость, которые проявлялись у работников психиатрических учреждений [1].

С 2000 года научные исследования начали делать акцент на факторах формирования синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности [2].

На данный момент в психологии известны и описаны четыре модели эмоцио-

нального выгорания: однофакторная, двухфакторная, трехфакторная и процессуальная [3].

В данном исследовании опора идет на процессуальную модель В. В. Бойко [4]. Автор выделил три фазы формирования эмоционального выгорания:

– фаза «напряжение» (тревожное напряжение) служит предвестником и «запускающим» механизмом в формировании эмоционального выгорания. Напряжение имеет динамический характер, что обуславливается изматывающим постоянством или усилением психотравмирующих факторов;

– фаза «резистенция» (сопротивление нарастающему стрессу). В этой фазе человек пытается более или менее успешно оградить себя от неприятных впечатлений;

– фаза «истощение» сопровождается оскудением психических ресурсов, общим падением энергетического тонуса, которое наступает вследствие того, что проявленное сопротивление оказалось неэффективным.

Качество оказания медицинских услуг во многом определяется деятельностью среднего медицинского персонала (медицинских сестер, акушерок, фельдшеров, лаборантов и т.д.). Низкий социальный статус, низкая зарплата, достаточно высокая эмоциогенность профессии, неадекватная оценка пациентами и руководителями профессионального вклада среднего

медицинского персонала в процесс лечения способствуют развитию у них профессиональной дезадаптации, возникновению психогенно обусловленных расстройств здоровья и уходу из профессии.

Последние исследования показали, что 20-60% врачей всех специальностей предъявляют симптомы выгорания [5], а около трети специалистов первичного звена медицинской помощи имеют высокие показатели этого синдрома.

Хайрушева Д.А. и Белтенова А.Г. считают, что среди защищающих факторов в развитии выгорания в ряде случаев стационарные врачи имеют преимущество по сравнению с амбулаторными коллегами. Больничная практика способствует "благоприятным социальным отношениям с участием коллег и пациентов", фактор, который может быть протективным [6].

Результаты исследования особенностей эмоционального выгорания можно представить в следующих пунктах:

– у 1/3 испытуемых наблюдается та или иная фаза эмоционального выгорания. При этом среди данного медицинского персонала синдром эмоционального выгорания проявляется нарастанием негативизма в отношении служебных обязанностей, тенденцией к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, капризностью, импульсивностью, эмоциональной холодностью и отчужденность, утратой интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущением «пресыщенности» работой, эмоциональной неустойчивостью, неспособностью справиться с жизненными трудностями, переносом отрицательных эмоций на контакты с близкими людьми.

– в представленном коллективе сотрудников синдром эмоционального выгорания

более выражен у молодых специалистов, чем у опытных. Возможно, это связано с еще не сформировавшейся адаптацией к профессиональной деятельности, посвящением себя всецело новой деятельности. В зрелом возрасте уже пройден этап профессионального становления и адаптации к профессии, определены конкретные цели, сформированы профессиональные интересы, выработаны механизмы профессионального самосохранения.

– так же было выявлено, что наличие семьи и детей положительно сказывается на профессиональном самосознании сотрудников. Т.е. сотрудники, у которых нет детей чаще испытывают недовольство собой, избранной профессией, занимаемой должностью, конкретными обязанностями. Т.е. наличие семьи и детей положительно сказывается на профессиональном самосознании сотрудников. Это может быть связано с насыщенностью положительных эмоциональных контактов в личной жизни, которые действуют как профилактика эмоционального выгорания в профессиональной деятельности. А так же с отрицательным влиянием на сотрудников, не состоящих в браке, стереотипных стандартов общества.

Таким образом, в связи с увеличением частоты разных проявлений синдрома профессионального выгорания, его омоложения у медицинских работников, наличия социально значимых последствий манифестации профессионального выгорания у врачей, возникает необходимость дальнейшего поиска новых эффективных и максимально безопасных методов профилактики и коррекции расстройств функционального состояния, сопряженных с данным синдромом.

Библиографический список

1. Куваева, И. О. История изучения «синдрома выгорания» в американской психологии // Проблемы исследования «синдрома выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): сб. науч. ст. / под ред. В. В. Лукьянова, С. А. Подсадного; Курск. гос. ун-т; С.-Петербург. гос. мед. акад. имени И. И. Мечникова. – Курск: Изд-во Курск. гос. ун-та, 2007. – С. 85-88.

2. Влах Н. И. Особенности синдрома эмоционального выгорания у представителей медицинских профессий // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. – 2017. – №1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sindroma-emotsionalnogo-vygoraniya-u-predstaviteley-meditsinskih-professiy> (дата обращения: 19.02.2019).

3. Водопьянова Н.Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания: методология, теория, практика. – СПб: Изд-во СПбГУ, 2010. – 230 с.

4. Бойко, В. В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. – СПб.: Питер, 2008. – 136 с.

5. Shanafelt TD, Boone S, Tan L, et al. Burnout and satisfaction with worklife balance among US physicians relative to the general US population // Arch Intern Med. 2012; 172 (18): 1377-85.

6. Хайрушева Д.А., Белтенова А. Г. Проблема профессионального выгорания в деятельности медицинских работников (обзор) // Вестник АГИУВ. – 2017. – №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-professionalnogo-vygoraniya-v-deyatelnosti-meditsinskih-rabotnikov-obzor-1> (дата обращения: 20.02.2019).

FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT OF MEDICAL WORKERS

R.R. Dementieva, Bachelor
Bashkir State University
(Russia, Ufa)

***Abstract.** This work is devoted to the study of the features of emotional burnout syndrome in medical workers, the results of an empirical study conducted on the basis of the Medical Genetic Center of Ufa are presented. A brief review of psychological literature on this subject is presented. The features of employee burnout, the relationship of burnout symptoms with the presence of experience, family and children were identified.*

***Keywords:** emotional burnout, medical workers, professional self-consciousness, mental health.*