

Тревожность и эмоциональное выгорание врачей различных специальностей

Научный руководитель – Чиликина Инара Александровна

Каширская Эльвира Владимировна

Студент (бакалавр)

Липецкий государственный технический университет, Липецк, Россия

E-mail: elvira.kashirskaya@mail.ru

В настоящее время проблематикой стрессоустойчивости человека в различных видах профессиональной деятельности интересуются многие психологи. Большинство профессий типа «человек-человек» связаны с постоянным контактированием с людьми. Одной из подобных профессий являются медицинские работники. Они регулярно сталкиваются со страданием людей и вынуждены воздвигать барьер психологической защиты от пациента, становиться наименее эмпатичными, иначе им грозит синдром эмоционального выгорания (СЭВ).

Одной из главных задач психологии развития, медицинской психологии и психологии труда является изучение своеобразных социально-психологических явлений, к числу которых относится и «эмоционально выгорание» среди профессионалов различных областей труда, а также разработка программ по их предотвращению и коррекции. Многие зарубежные ученые рассматривали в своих работах синдром эмоционального выгорания: Х. Дж. Фрейденберг, А. М. Ричардсен, К. Маслач и др. Так же много и отечественных исследователей, которые занимались изучением данного явления, среди них В.В. Бойко, В.Е. Орел и Д.Г. Трунов, Н.Е. Водопьянова, И. Харди, Г. Селье и др.

Изучено множество форм профессиональных деформаций у медицинских работников, но они не до конца раскрывают сущность синдрома эмоционального выгорания, следствием чего является недостаток научного знания о механизмах данного явления и отсутствие надежных и действенных методик его профилактики и коррекции. Термин «эмоциональное выгорание» был введен американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергером в 1974 году для определения психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами и пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи. Первоначально данный термин определялся как состояние изнеможения, истощения с ощущением собственной бесполезности. Подверженными «эмоциональному выгоранию» признавались сотрудники медицинских учреждений и благотворительных организаций. [1]

Так же существует единая точка зрения на сущность психического выгорания и его структуру. Согласно современным данным, под "психическим выгоранием" понимается состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Этот синдром включает в себя три основные составляющие: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных достижений. [2]

Так как от работников помогающих профессий требуются такие качества как коммуникабельность, эмпатия, принятие личных устремлений, инициатив и индивидуальных особенностей клиентов, гуманизм и сострадание, то труд представителей помогающих профессий сопровождается довольно интенсивным и длительным общением (особенно в случае оказания помощи в разрешении проблем и трудностей клиента). Все это требует больших психологических и физиологических затрат, а, следовательно, рано или поздно представители профессий «человек-человек» начинают испытывать большое напряжение,

а в последствии из-за больших перегрузок эмоциональное, физическое и умственное истощение.

В рамках курсовой работы было проведено исследование с целью изучения взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания с личностными особенностями у медицинских работников. В исследовании принимали участие 30 человек: 15 врачей-терапевтов и 15 врачей-хирургов в возрасте от 36 до 45 лет.

Для проведения психологической диагностики были использованы следующие методики:

1. Шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин.
2. Методика по определению синдрома эмоционального выгорания К.Маслач, С.Джексон.

На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы, что высокий уровень реактивной и личностной тревожности наблюдается у большинства врачей-хирургов, что составляет 93% (14 чел.), а у врачей-терапевтов 33% (5 чел.). Это объясняется тем, что врачи-хирурги наиболее тесно контактируют с пациентом и несут ответственность за его жизнь, что уже подвергает к постоянным эмоциональным переживаниям и стрессам, тогда как работа врачей-терапевтов обусловлена наименьшими стрессовыми ситуациями и напряжениями. Так же на основе методики по определению СЭВ было выявлено, что такие признаки как эмоциональное истощение и цинизм сильнее просматриваются в группе врачей-хирургов.

У большинства хирургов сформирована фаза деперсонализации или цинизма, что говорит о наличии у данных специалистов развитых психологических защит, механизмов сопротивления. Фазы напряжения и истощения у большинства не сформирована. Наиболее выраженными у медицинских работников являются такие симптомы эмоционального выгорания как переживание психотравмирующих обстоятельств неадекватное эмоциональное реагирование, редукция профессиональных обязанностей.

Корреляционный анализ показал, что существуют достоверные связи между выраженностью СЭВ и личностными особенностями врачей-терапевтов и врачей-хирургов, что подтверждает гипотезу о существовании взаимосвязи между выраженностью СЭВ и такими личностными особенностями медицинских работников как эмпатия ($p \leq 0,05$), личностная ($p \leq 0,01$) и ситуативная тревожность ($p \leq 0,01$).

Таким образом можно сделать вывод о том, что врачи-терапевты наименее подвержены синдрому эмоционального выгорания, и их ситуативная и личностная тревожность находятся на низком или умеренном уровне, в то время как у врачей-хирургов ситуативная и личностная тревожность находятся на умеренном и чаще высоком уровне, в связи с этим они испытывают постоянное эмоциональное напряжение, остро реагируют на негативные ситуации и пытаются уйти от проблем выражая таким образом свое циничное отношение к работе и пациентам, что подтверждается в итоге факторами синдрома эмоционального выгорания.

Источники и литература

- 1) Водопьянова Н.Е. Психическое выгорание. М.: Медицина, 2002.
- 2) Maslach C. Burnout: A multidimensional perspective // Professional burnout: Recent developments in the theory and research / Ed. W.B. Schaufeli, Cr. Maslach and T.Marek. Washington D.C: Taylor & Francis, 1993.