

Когнитивное оценивание как предиктор и средство профилактики симптомов эмоционального выгорания

Научный руководитель – Кашапов Мергалияс Мергалимович

Савельева Людмила Александровна

Аспирант

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия

E-mail: lsaveljeva@rambler.ru

Актуальность исследования. Тема исследования связана с изучением эмоционального выгорания как одной из актуальных проблем психологии. Исследование данного феномена представлено в большей степени в психологии труда и социальной психологии. В то же время симптомы эмоционального выгорания, вероятно, могут возникать уже на этапах обучения по программам специалитета, в связи с чем данный феномен и факторы, влияющие на него, значимы для изучения в области педагогической психологии. Выявление специфичных для студентов-медиков, ординаторов и врачей особенностей структуры эмоционального выгорания, стилей, типов мышления и креативности, а также факторов когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций позволяет установить связи между факторами когнитивного оценивания трудных жизненных ситуаций, симптомами эмоционального выгорания, ресурсностью мышления, уровнем креативности, а также определить предиктивную значимость изучаемых показателей в целях предупреждения развития эмоционального выгорания, что создает возможности для оптимального управления образовательной деятельностью на всех этапах медицинского профессионального образования. **Объект исследования** - симптомы эмоционального выгорания. **Предмет исследования** - особенности когнитивных факторов, выполняющих функцию предикторов симптомов эмоционального выгорания у обучающихся по программам специалитета и ординатуры. **Цель работы:** исследовать когнитивное оценивание как предиктор симптомов эмоционального выгорания разных уровнях высшего медицинского образования. **Выборка.** Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Ярославский государственный медицинский университет». В исследовании приняли участие студенты 3-го курса ($n=30$) и ординатуры ($n=300$) в качестве основной группы исследования, а также практикующие врачи ($n=50$) в качестве контрольной группы. **Описание методик:** В исследовании применялись следующие диагностические методики: 1) Методика «Когнитивное оценивание трудных жизненных ситуаций» (Е.В. Битюцкая) (2); 2) Методика «Стили мышления» (А.К. Белоусова) (1); 3) «Методика определения типа мышления и уровня креативности» (В.А. Ганзен, К.Б. Малышев, Л.В. Огинец) (4); 4) Личностный опросник, предназначенный для диагностики «Синдрома эмоционального выгорания», возникающего у человека в процессе выполнения различных видов деятельности, связанных с длительным воздействием ряда неблагоприятных стресс-факторов (В.В. Бойко) (3). Процедура обработки эмпирических данных проводилась с использованием следующих критериев: критерий Колмогорова-Смирнова с поправкой Лиллифорта и Шапиро-Уилка, коэффициент ранговой корреляции Спирмена, U-критерий Манна-Уитни, t-критерий Стьюдента, критерий χ^2 Пирсона, факторный анализ (ANOVA) на основании критерия Кайзера-Мейера-Олкина и множественный логистический регрессионный анализ. **Полученные результаты.** Результаты корреляционного анализа свидетельствуют о том, что студенты во время производственной практики еще не в полной мере обладают необходимыми профессиональными знаниями и навыками. Возникновение защитных барьеров в профессиональных коммуникациях определяет значимость клинической ситуации и способствует фокусированию на

последствиях событий, что в перспективе, вероятно, ведет к появлению «порочного круга». Результаты факторного анализа позволили впервые определить главные компоненты и особенности факторных нагрузок, которые могут выполнять роль мишени для возможной профилактики прогрессирования синдрома эмоционального выгорания (СЭВ): у студентов посредством фасилитирующего влияния на активность и инициативность; у ординаторов психокоррекционными технологиями неадекватного эмоционального избирательного реагирования и редукции профессиональных обязанностей, а у врачей в контексте улучшения символизма путем совершенствования системы поддержки процесса выработки и принятия клинических решений (в том числе через IT технологии). Результаты логистического регрессионного анализа впервые свидетельствуют об универсальности выявленных достоверных данных по профессиональному признаку (врачебная специальность), причем двухсторонней направленности. Общие признаки трудных жизненных ситуаций (ТЖС) значимы для субъекта, вызывают беспокойство, требуют высоких затрат ресурсов, что предсказывает неадекватное избирательно эмоциональное реагирование, т.е. не контролируемое влияние настроения на профессиональные отношения. Неподконтрольность ситуации, характеризующая восприятие ситуации как независимой от действий человека, не поддающейся влиянию на ее развитие и исход, предсказывает ощущение безвыходности ситуации, желание изменить работу или вообще профессиональную деятельность, что в целом не противоречит выводам, представленным в работах Е.В. Битюцкой с соавт. (2021).

Заключение. Таким образом, роль предикторов СЭВ выполняют именно общие признаки ТЖС, которые универсально значимы для субъекта, имеющего отношение к профессии врача, причем как на этапе обучения (специалитет и ординатура), так и этапе практической деятельности, т.к. вызывают беспокойство, что предсказывает не контролируемое влияние настроения на профессиональные отношения. А непонятность ситуации отражает непонимание ситуации, неочевидность выхода из нее, а также оценку собственных ресурсов (знаний, опыта) как недостаточных для преодоления ситуации, желание изменить работу или вообще профессиональную деятельность. Однако и симптомы СЭВ влияют на факторы когнитивного оценивания ТЖС при уже формирующемся эмоциональном выгорании, что свидетельствует о формировании «порочного круга», поддерживающего прогрессирование СЭВ, и подтверждает необходимость разработки и применения профилактических мер. Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта №20-313-90049.

Источники и литература

- 1) Белоусова А.К. Стиль мышления: учеб. пособие / А.К. Белоусова, В.И. Пищик // -Ростов н/Д: Изд-во ЮФУ, 2011. -168 с.
- 2) Битюцкая Е.В. Субъективное оценивание трудной жизненной ситуации: диагностика и структура/ Битюцкая Е. В., Корнеев А. А.// Вопросы психологии. — 2021. — № 4. — С. 100–113.
- 3) Бойко В.В. Энергия эмоций: [Эмоции в общении. Эмоции в проявлениях личности. Созидаящая и разрушающая сила эмоций. Методики для изучения эмоций]/ В.В. Бойко// 2-е изд., доп. и перераб. - М. : [Питер и др.], 2004. - 473 с.
- 4) Ганзен В.А. Профиль мышления/ В.А. Ганзен В.А., К.Б. Малышев, Л.В. Огинец // Практикум по психологии профессиональной деятельности. СПб.: Питер, 2001. С. 159 - 164.