

УДК 613.86:614.253

СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Фроленкова Е.И.¹, Саковская Л.В.¹

¹Гомельский государственный медицинский университет, Гомель, Беларусь
Кафедра неврологии и нейрохирургии с курсами медицинской реабилитации,
психиатрии, ФПКиП

Научный руководитель: д.м.н., доцент Сквиря И.М.

Резюме

Синдром профессионального выгорания представляет собой процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личностной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы. Проведенное анкетирование с помощью опросника Maslach Burnout Inventory (MBI) в модификации Н. Е. Водопьяновой 50 медицинских работников и полученные в результате исследования данные позволили изучить распространенность и выраженность различных составляющих синдрома профессионального выгорания: эмоционального истощения, деперсонализации и редукации личных достижений. Также выявлена зависимость формирования синдрома выгорания от стажа профессиональной деятельности и пола врачей.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, медицинские работники, стаж профессиональной деятельности, пол врачей.

BURNOUT SYNDROME IN MEDICAL WORKERS

Frolenkova E.I.¹, Sakovskaya L.V.¹

¹ Gomel State Medical University, Gomel, Belarus

Department of Neurology and Neurosurgery with courses of medical rehabilitation,
Psychiatry, FPKiP

Scientific supervisor: MD, Associate Professor I.M. Skvira

Resume

The syndrome of burnout is the process of gradual loss of emotional, cognitive and physical energy, appearing in the form of emotional and mental exhaustion, and decrease of work satisfaction. There has been conducted a questionnaire survey with Maslach Burnout Inventory (MBI) questionnaire modified by N.Ye.Vodopyanova among the 50 medical workers allowed to study the prevalence and severity of various components of burnout syndrome: emotional exhaustion, depersonalization and personal achievements reduction. Also there has been revealed the dependence of a burnout syndrome development on the record of service and the sex of doctors.

Key words: burnout syndrome, medical workers, record of service, sex of the doctors.

Введение

Профессиональное выгорание является одной из наиболее актуальных и обсуждаемых проблем психического здоровья в современной системе здравоохранения и в обществе в целом. С 2022 года в обновленном определении Международной классификации болезней Всемирной организации здравоохранения (МКБ-11), эмоциональное выгорание определяется как синдром, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте, с которым не удалось справиться.

Доказано, что у представителей «помогающих профессий», к которым относятся и медицинские работники, при перегрузке и физиологическом и психическом истощении стрессорные факторы обуславливают синдром профессионального выгорания.

Профессиональная деятельность медицинских работников требует максимальной самоотдачи и самообладания, она является эмоционально насыщенной. Они сталкиваются с каждодневными проблемами пациентов, негативными эмоциями с их стороны. Весь этот «груз» эмоций отражается, как ухудшением здоровья самого человека, так и снижением результативности труда. Следовательно, развитие профессионального выгорания у медицинских работников может привести к негативным последствиям, как для самого медицинского работника, так и для пациентов, поскольку снижается качество не только профессиональных манипуляций, но и ухудшается психологический контакт с пациентом. Этим обусловлена актуальность представленной работы [1].

Цель

Изучить одну из разновидностей профессиональных личностных деформаций - синдрома профессионального выгорания. Проанализировать особенности развития профессионального выгорания у врачей разных возрастных групп. Выявить достоверные гендерные и возрастные различия.

Материал и методы исследования

В исследование были включены 50 медицинских работников, заполнивших опросник MBI (Maslach Burnout Inventory) для оценки уровня профессионального выгорания. Опросник состоит из 22 утверждений и имеет три шкалы: эмоциональное истощение (9 утверждений), деперсонализация (5 утверждений) и редукция профессиональных достижений (8 утверждений). Ответы оценивались от 0 до 6 баллов, где 0 - «никогда», а 6 – «каждый день». Результаты оценивались по каждой шкале в отдельности: чем больше сумма баллов по каждой шкале, тем больше выражены различные аспекты профессионального выгорания. Степени выгорания оценивали по сумме баллов всех шкал.

Для статистической обработки результатов исследования использовалась программа Statistica for Windows version 10.0 2011 года.

Результаты исследования и их обсуждения

В результате проведенного опроса было выявлено, что распространенность признаков профессионального выгорания среди всех медицинских работников оказалась достаточно высокой. У 46% опрошенных медицинских работников высокая степень профессионального выгорания. Для данных респондентов характерны низкий уровень стрессоустойчивости, нарастающая эмоциональная напряженность и неуверенность в своих способностях. У 34% - средняя степень, данным респондентам характерны эмоциональная неустойчивость и перепады настроения. 20% респондентов имеют низкую степень выгорания и отличаются высокой стрессоустойчивостью, эмоциональной уравновешенностью и уверенностью в своих знаниях. (График 1).

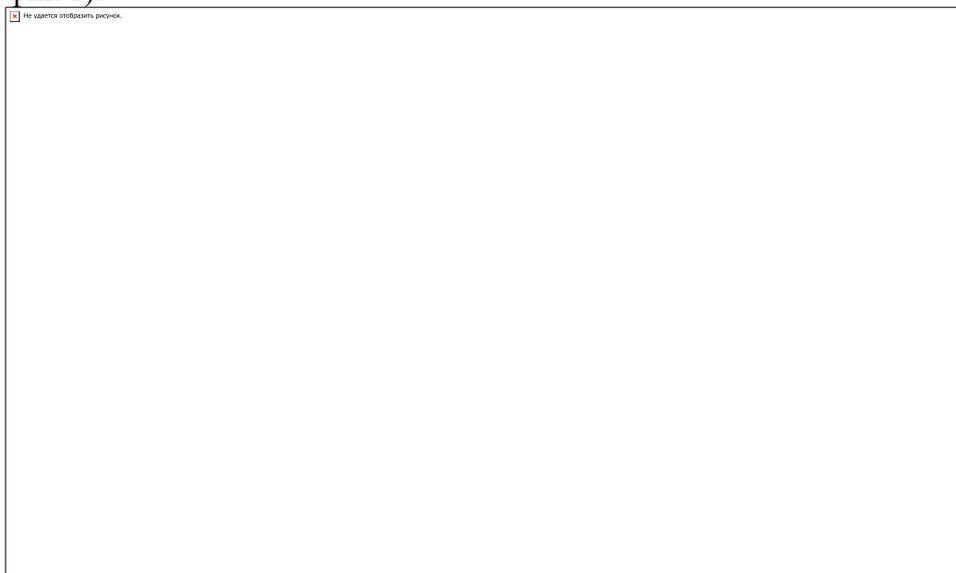
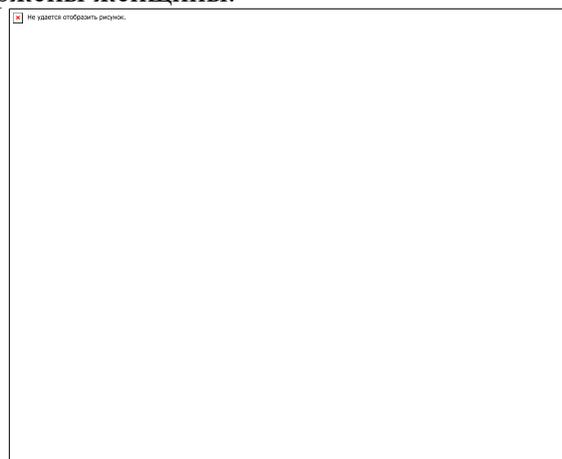
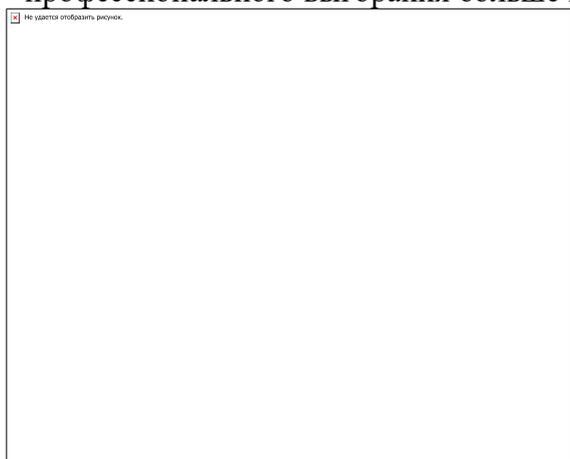


Таблица 1. – Распределение степени выгорания по возрастам

степень выгорания\возраст медработников	20-29 лет	30-39 лет	40-49 лет	50-59 лет
низкая степень	9 чел. (36%)	1 чел. (6,67%)	0	0
средняя степень	12 чел. (48%)	3 чел. (20%)	2 чел. (22,2%)	0
высокая степень	4 чел. (16%)	11 чел. (73,3%)	7 чел. (77,8%)	1 чел. (100%)

Явно установлено, что профессиональный стресс сопряжен со стажем профессиональной деятельности и возрастом специалиста. Полученные результаты свидетельствуют, что частота встречаемости и степень профессионального выгорания выше у специалистов среднего возраста. С одной стороны, у работников с более высоким возрастом и стажем работы степень профессионального выгорания связана с тем, что с годами стресс накапливается. Учитывая, что медработники часто не говорят о собственных трудностях, к эмоциональному истощению присоединяются хронические заболевания. С другой стороны профессиональное выгорание у молодых сотрудников обусловлено состоянием сильного шока из-за различия ожиданий и реальности и как следствие - потерей мотивации [2].

Опрос прошли 25 женщин и 25 мужчин. Из графиков 2 и 3 видно, что высокой степени профессионального выгорания больше подвержены женщины.



Данную закономерность можно объяснить тем, что женщины более эмоциональны, отзывчивы, более чувствительны к негативным жизненным обстоятельствам, эмоции у них чаще связаны с межличностными отношениями. Таким образом, естественной реакцией на профессиональный стресс становится «эмоциональная защита». Для мужчин же более характерна редукция профессиональных обязанностей, личностная отстраненность, экономия эмоций. Таким образом, реагируя на стрессовые ситуации мужчины, сокращают свою вовлеченность в профессиональную сферу. Также необходимо заметить, что женщины в большей степени склонны к истощению, чем их коллеги-мужчины и чаще реагируют на него в виде психосоматических симптомов. Женщины в процессе осуществления профессиональной деятельности в большей степени ощущают невозможность оказания эмоциональной помощи субъектам своей деятельности, и именно у них выгорание переходит с уровня эмоций на уровень психосоматики, что приводит к ухудшению физического и психического здоровья.

Также стоит обратить внимание на тезис о том, что работающая женщина испытывает более высокие рабочие перегрузки (по сравнению с мужчинами) из-за дополнительных домашних и семейных обязанностей [3].

Одной из наиболее часто применяемых в исследованиях является трехфакторная модель К. Маслак и С. Джексона, согласно которой данное состояние рассматривается как

комплекс ряда симптомов: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция профессиональных достижений. Эмоциональное истощение проявляется сниженным эмоциональным тонусом, повышенной психической истощаемостью и аффективной лабильностью, утратой интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущением "пресыщенности" работой, неудовлетворенностью жизни в целом. Деперсонализация проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей, без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях - негативизме и цинично отношении. Редукция профессиональных достижений отражает степень удовлетворённости медицинского работника собой как личность и как профессионалом. Не удовлетворительное значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации [4].

Соотношение показателей по разным уровням эмоционального выгорания распределяется следующим образом: 52,0% испытуемых имеют высокий уровень психоэмоционального истощения, 30,0 % – средний, 18,0 % – низкий. По шкале «Деперсонализация» в 30% случаев отмечался высокий уровень негативных проявлений, в 28% – средний, в 42,0% – низкий. И, наконец, по фактору «Профессиональная редукция» картина распределения следующая: у 0,0 % – высокий, у 13,0 % – средний, 87,0 % – низкий.

Выводы

Таким образом, проведенное исследование показало, что почти каждый второй работник имеет признаки высокой степени профессионального выгорания, при этом из трех субфакторов ведущее место занимает психоэмоциональное истощение. Распространенность этого синдрома увеличивается с увеличением возраста и стажа работы, также высокой степени профессионального выгорания больше подвержены женщины. Поэтому первичная профилактика, ранее выявление и своевременная коррекция проявлений синдрома профессионального выгорания являются значимой проблемой в системе мероприятий направленных на сохранение здоровья медицинского персонала, что в свою очередь будет являться и фактором обеспечения надлежащего качества медицинской помощи.

Список литературы

1. Зайцева. О.А. Профессиональное выгорание у медицинских работников/ О.А. Зайцева, З.В. Овчаренко – Текст: непосредственный// Молодой ученый. – 2021. - №37 (379). – с. 139-146. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/379/83991/> - Дата доступа: 01.10.2023
2. Профессиональное выгорание медицинских работников: симптомы, лечение, профилактика - Блог "Академии профессиональных стандартов" 22.02.2022 [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://dpoaps.ru/blog/professionalnoe-vygoranie-medicinskih-rabotnikov-simptomu-lechenie-profilaktika/> - Дата доступа: 01.10.2023
3. Вишняков Александр Иванович, Пашина Анастасия Юрьевна Гендерные особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у сотрудников пожарной службы // АНИ: педагогика и психология. 2016. №4 (17). [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/gendernye-osobennosti-proyavleniya-sindroma-emotsionalnogo-vygoraniya-u-sotrudnikov-pozharnoy-sluzhby> - Дата доступа: 01.10.2023
4. Описание методики – опросник выгорания Маслач (Maslach Burnout Inventory (МВИ), 20.09.2015 [Электронный ресурс] Режим доступа: https://psylab.info/Опросник_выгорания_Маслач - Дата доступа: 01.10.2023