

## СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ВРАЧЕЙ-ХИРУРГОВ.

Э.В. Буланова, Н.А. Шатохина, С.В. Жуков, А.М. Морозов

ФГБОУ ВО Тверской государственный медицинский университет  
Минздрава России

## SYNDROME OF EMOTIONAL BURNOUT AT SURGEONS.

E.V. Bulanova, N.A. Shatokhina, S.V. Zhukov, A. M. Morozov

Tver State Medical University

**Аннотация.** Профессии, относящиеся к типу «человек – человек» считаются наиболее тяжелыми с точки зрения психологии. На сегодняшний день «Выгорание» - это синдром, возникающий при систематических профессиональных стрессах средней интенсивности, в который включают около ста симптомов различного рода. Это состояние необходимо отличать от профессиональной деформации, которая является социально обусловленным феноменом.

**Ключевые слова.** Синдром эмоционального выгорания, врачи-хирурги, депрессия, усталость.

**Summary.** Professions related to the type of "man - man" are considered the most difficult from the point of view of psychology. Today, "Burnout" is a syndrome that occurs with systematic occupational stresses of medium intensity, which include about a hundred symptoms of various kinds. This condition must be distinguished from professional deformation, which is a socially determined phenomenon.

**Key words.** Burnout syndrome, surgeons, depression, fatigue.

**Введение.** Профессии, относящиеся к типу «человек – человек» считаются наиболее тяжелыми с точки зрения психологии. Работник такого труда постоянно находится в интенсивном и эмоционально нагруженном контакте с клиентом при оказании профессиональной помощи [1,2]. В медицинской практике при выполнении должностных обязанностей с повышенной эмоциональной нагрузке прибавляется стресс.

Несмотря на развитие выраженного эмоционального истощения, медицинские работники зачастую не обращаются за профессиональной помощью. Такое поведение в дальнейшем негативно оказывается на физических процессах и приводит к возможной депрессии [7]. Близким по симптоматике к ней, но отличающимся по генезу является синдром эмоционального выгорания [5].

Понятие «Синдром эмоционального выгорания» был введен в 1975 году американским психиатром Х.Дж. Фройндбергером, который трактовали как психологическую характеристику здоровых людей, находящихся в интенсивном и эмоционально нагруженном контакте рабочих с клиентом, при оказании ими профессиональной помощи [4,5,8]. Феномен наблюдается только в профессиях типа «человек – человек»[8].

На сегодняшний день «Выгорание» - это синдром, возникающий при систематических профессиональных стрессах средней интенсивности, в который включают около ста симптомов различного рода [5]. Это состояние необходимо отличать от профессиональной деформации, которая является социально обусловленным феноменом [4, 5].

Данный синдром развивается первую очередь из-за несоответствия реалии фантазиям [6,9,10,11]. Из-за наличия стереотипа врача в обществе, связанного с благородной, самоотверженной, бескорыстной жизнью, и его некоторого диссонанса с реальным миром, рождаются комплексы, которые врач поначалу охотно пытается компенсировать своей работой [9,11]. В последствии данные действия приводят к истощению, развившейся на фоне высокой психической нагрузки [7]. Она связана с восприятием и переживанием страданий больных людей, высоким уровнем эмоционального интеллекта, высоким уровнем ответственности за результаты своей работы, осознание недостаточности влияния на исход процесса лечения [4].

Еще одну важную роль в становлении данного явления можно дать убеждениям медицинского работника [1,6,8]. Восприятие работником условий работы, готовность обратиться к окружающим за помощью, взять ответственность указывают на его способность противостоять эмоциональному напряжению и стрессу [8].

Причину выгорания можно увидеть и в кризисе организационных и человеческих ценностях[3,5,9]. Создание благоприятной атмосферы в процессе организации оказания медицинской помощи находятся в одном ряду с факторами «Стабильного трудоустройства», что позволяет отнести качество межличностной коммуникации к стабилизирующему механизмам психического здоровья сотрудников [3].

**Цель.** Оценить психологическое состояние хирургов, выраженность депрессивного состояния и уровень их эмоционального выгорания.

**Методы и материалы.** В ходе настоящего исследования была проведена психологическая оценка 30 врачей в возрасте от 30 до 75 лет, занимающие должность врача-хирурга в государственной клинической больнице не менее пяти лет. В качестве методов обследования использовались опросники депрессии Бека и методики диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В.Бойко). Обработка полученных статистических материалов проводилась с помощью общих статистических методов.

**Результаты.** В результате проведенного исследования было выявлено, что 9 % опрошенных людей имеют слабо выраженные признаки депрессии. К ним относится: невыносимая грусть или печаль, потеря интереса к людям, чувство безнадежности в будущем, трудность в принятии решений, необходимость в дополнительных усилиях, для того, чтобы что-то сделать, ускорение утомляемости. Остальные 91 % не имеют признаков депрессии. Кроме того установлено, что корреляции между депрессией и признаками синдрома эмоционального выгорания нет. Следовательно, участие этого синдрома в развитии депрессии отсутствует.

По результатам исследования хирургов на наличие синдрома эмоционального выгорания можно сказать, что у 12 % он находится на начальной фазе, у 73% на промежуточной фазе и у 15 % в последней фазе.

Основной вклад в выраженность фазы напряжения вносит симптом «Переживания психотравмирующих обстоятельств», а именно постоянство физической и психической перегрузки на работе.

Выраженность фазы резистентности напрямую связана с симптомом «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», а именно ограничение времени общения или меньшее внимание к неприятному партнеру или нежелание видеть и слышать некоторых из своих постоянных партнеров.

Что касается фазы истощения, то выраженность данной фазы зависит от симпта «Эмоциональный дефицит», а именно недостаточный отдых, упадок сил, плохое настроение, равнодушие к состоянию, просьбам, потребностям партнеров, невозможность проявлять к партнеру эмоциональную отзывчивость.

Следует отметить, что между фазами синдрома имеется прямая связь, выявлена с помощью статистического метода - линейная корреляции. Это означает, что если увеличится выраженность одной из фаз, то и другие фазы, скорее всего, станут более выраженными.

**Выводы.** Исследование, проведенное в рамках данного контингента, показало, что уровень депрессивного состояния только у 9 % находится на отметке выше среднего. Так же было выявлено 15 % людей с выраженными симптомами синдрома эмоционального выгорания, к которым относятся: снижение мотивации и заинтересованности трудом; эмоциональный дефицит; неадекватное избирательное эмоциональное реагирование; эмоциональная отстраненность; безразличие по отношению к выполняемой деятельности.

Акцентирование внимания на данную проблему дает возможность предотвратить нарастание симптоматики психологических заболеваний, своевременную диагностику и помочь данному кругу лиц. Психологическое здоровье врачей является одним из приоритетных компонентов по улучшению оказания медицинских услуг, а также долговременную работоспособность, как в краткосрочный период, так и в перспективе.

### **Литература**

1. Волошин В.Р. Исследование психологического облика медицинских работников /Волошин В.Р., Итаева М.С., Морозов А.М. // Сборник трудов XX Всероссийской научной конференции студентов и молодых ученых с международным участием: Молодежь и медицинская наука в XXI веке [Киров, 04-05 апреля 2019г. ] - Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Кировский государственный медицинский университет" Министерства здравоохранения Российской Федерации. – 2019. – С.266-267.

2. Волошин В.Р. Психологическое состояние медицинского персонала /Волошин В.Р., Итаева М.С., Морозов А.М. // Сборник тезисов V Всероссийской конференции молодых ученых и студентов с международным участием. Материалы конференции: VOLGAMEDSCIENCE [Нижний Новгород, 13-14

марта, 2019г.] Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Приволжский исследовательский медицинский университет" Министерства здравоохранения Российской Федерации. – 2019. – С.669-670.

3. Говорин Н.В. Психическое здоровье и качество жизни врачей / Говорин Н.В., Бодагова Е.А. // Издательство «Иван Федоров». – Томск, Чита, 2015. – С. 33 – 41.

4. Колдубовская Т.Б. Особенности проявления признаков эмоционального выгорания у врачей // Вопросы психологии. – 2015. – №2. – С.3 – 24.

5. Мельничук А.С. Убеждение и синдром эмоционального выгорания / Московский психолог – социальный университет «Мир психологии» // Научно – методический журнал. – 2017. - №1. – С.279 – 289.

6. Мохов Е.М. Сравнительная характеристика психологического портрета современных студентов-медиков /Мохов Е.М., Морозов А.С., Кадыков В.А., Соловьёва К.Ю., Шаламова С.В. // Материалы конференции: Актуальные вопросы современной хирургии [Красноярск, 14-15 мая 2018г.]. – 2018. – С.388-392.

7. Праведникова А.А Влияние стрессовых ситуаций на развитие патологических состояний организма в медицинской практике /Праведникова А.А., Косякина М.Н., Левчина М.Ю., Морозов А.М. // Материалы 64-й Всероссийской межвузовской студенческой научной конференции с международным участием: Молодежь, наука, медицина [Тверь, 19-20 апреля 2018г.]. - Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования Тверская государственная медицинская академия Министерства здравоохранения Российской Федерации. – 2018. – С.264-266.

8. Ронгинская Т.И. Специфика синдрома эмоционального выгорания в профессиях с высоким уровнем стресса // Справочник по управлению персоналом. – 2016. - №1;16. – С. 47- 52.

9. Сёмина Т.В. Социальный конфликт «врач – пациент» в современном российском обществе. Объективные причины и субъективные факторы // Вестник Московского университета. – 2016. – №1. – С.84 – 106.

10. Соловьева К.Ю. Психологический портрет будущего врача-стоматолога /Соловьева К.Ю., Морозов А.М., Щаламова С.В. // Материалы всероссийского молодёжного форума с международным участием «Неделя науки» [Ставрополь, 23-24 ноября 2017г.]. - Ставропольский государственный медицинский университет. – 2017. – С.646-648.

11. Шаламова С.В. Ценностно-личные качества студентов ТГМУ как предикторы формирования личности врача /Шаламова С.В., Морозов А.М., Соловьева К.Ю. // Материалы всероссийского молодёжного форума с международным участием «Неделя науки» [Ставрополь, 23-24 ноября 2017г.]. - Ставропольский государственный медицинский университет. – 2017. – С.650-651.