

*Осовских Антон Александрович*

магистр, юрист

ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет»

г. Смоленск, Смоленская область

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ОПЫТА РАБОТЫ У СОТРУДНИКОВ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ**

*Аннотация:* в статье представлено сравнительное исследование взаимосвязи уровня эмоционального выгорания от опыта работы у сотрудников медико-социальной экспертизы, а также отражена актуальность проблематики синдрома эмоционального выгорания у сотрудников различных трудовых сфер на протяжении длительного времени.

*Ключевые слова:* синдром эмоционального выгорания, выгорание, стресс.

Цель исследования: проанализировать взаимосвязь уровня эмоционального выгорания и опыта работы у сотрудников медико-социальной экспертизы.

Актуальность: научный интерес заключается в том, что эмоциональное выгорание – один из самых актуальных вопросов психологии. Данный синдром присутствует у специалистов различных трудовых сфер с различными показателями опыта, образования, условий осуществления трудовой деятельности.

Среди исследовательских проблем, для современных учёных и практиков, значительную часть занимают проблемы социальные. Одной из актуальных социальных проблематик является выгорание [3]. Как писал Сократ: «Болезни, ощущаемые физически, ощущаются и духовно» [4]. Под телесной болезнью понимаются не только физические увечья, но и труд, в том числе умственный, приводящий к усталости. Систематическая усталость, в свою очередь, приводит к «болезни души».

Проблематика выгорания актуальна потому, что качество выполняемой трудовой функции профессионалами систематически снижается, как и поведенческие особенности специалистов подвергаются негативным изменениям – разочарование, депрессия, усталость и многое другое.

Базой исследования явились сотрудники медико-социальной экспертизы, зарегистрированные на территории Смоленской области. Исследование проводилось путём заполнения испытуемыми в глобальной сети Интернет Google-формы и прохождения теста-опросника В.В. Бойко «Диагностика уровня эмоционального выгорания» [5].

Исследование проводилось при помощи теста-опросника В.В. Бойко, а также анализа полученных данных в таблице. В.В. Бойко разработал методику, представленную опросником для выявления признаков синдрома эмоционального выгорания, возникших вследствие осуществления разнообразных видов деятельности, в которой наличествуют различные негативные обстоятельства.

Тестирование построено на отражении отношения испытуемого к каждому из рассматриваемых 84 вопросов и утверждений, в виде дачи ответов в форме «да» и «нет».

Благодаря соответствующим ответам, опросник В.В. Бойко позволяет определить одну из трёх стадий стрессового состояния: напряжение, резистенция, истощение.

Каждая из фаз определяется по основным симптомам, выраженность определяется в результате калькуляции ответов, отражающих ту или иную склонность к определённой фазе.

Аналізу подлежат отдельные симптомы, показатели которых могут находиться в диапазоне от 0 до 30 единиц.

Для определения фазы эмоционального выгорания важно отметить на наиболее ярко выраженные симптомы и в какой из фаз их наибольшее количество – они и будут определяющими [2].

После проведения опроса, необходимо провести анализ полученных ответов в соответствии с вышеописанными принципами. В каждой из фаз оценка показателей может быть от 0 до 120 единиц, но ориентироваться только на сравнение количественных показателей не представляется верным, ведь нет четкого объяснения относительно их «влияния» на наличие и степень развития конкретного синдрома. Ведь явления, подвергающиеся измерению, различны по восприятию факторов внешних и внутренних (реакции на них), по методам психологической защиты, состоянию ЦНС. Количественные показатели могут отразить лишь то, как и в какой мере прошло формирование тех или иных фаз.

Актуальность проблемы эмоционального выгорания среди медицинских работников подтверждается на основании данных, полученных в ходе исследования и представленных в таблице 1.

Так, только у 10% испытуемых не выявлены симптомы, а уже у 30% работников определенные симптомы уже сформированы, а у большинства, а именно 60% эмоциональное выгорание уже сложилось как синдром. Данная статистика свидетельствует о необходимости проведения профилактирующей и психокорректирующей работы над их эмоциональным и психическим состоянием.

В таблице 1 отражён результат сопоставления различий демографического характера испытуемых, выявленных в ходе исследования и влияющих на индивидуальные и групповые особенности наличия и степени эмоционального выгорания, а также индивидуальной и групповой психо-корректирующей работы.

Таблица 1

Различия демографического характера испытуемых  
с разной степенью эмоционального выгорания.

Различия демографического характера	Испытуемых – медицинских работников с разной степенью синдрома эмоционального выгорания		
	Отсутствие синдрома	Синдром в стадии формирования	Сложившийся синдром
Возраст			
От 25 до 38 лет	3%	35%	20%
От 38 до 56 лет	7%	25%	10%
Семейное положение			

Состоит в браке	15,5%	22,5%	13,3%
Не состоит в браке	15,5%	22,2%	11,7%
Образование			
Среднее	0%	21%	27,0%
Высшее	33,8%	10,9%	8%
Стаж работы			
От 0 до 5 лет	4,4%	20,5%	18%
От 5 до 10 лет	3,5%	12,3%	10,5%
Свыше 10 лет	11,1%	11,2%	7,2%

В соответствии с данными, представленными в Таблице 1, чаще всего формируется синдром у испытуемых в возрасте от 25 до 38 лет, что составляет 35% от общего числа испытуемых – медицинских работников, тогда как у испытуемых в возрасте от 38 до 56 лет синдром сформирован лишь в 25% случаев, что свидетельствует о том, что с возрастом человек способен наиболее эффективно противостоять такому синдрому. Такое различие имеет место быть в связи с большим профессиональным опытом, достижением ряда своих жизненных моральных и материальных целей у работников более зрелого возраста. Это подкрепляется и количественной дифференциацией между группами испытуемых, у которых уже сложился синдром. Так, в группе с возрастом от 25 до 38 лет синдром эмоционального выгорания сложился в 20% случаев, а в группе с возрастом от 38 до 56 лет синдром эмоционального выгорания сложился только в 10% случаев. Наличие брака при этом практически не отразилось на процентном соотношении наличия синдрома у испытуемых.

Сформированность профессиональных навыков и интересов, высокий уровень образования способствует смягчению влияния раздражающих факторов и более редкому формированию или наличию синдрома эмоционального выгорания у более возрастных групп. Так, синдром в стадии формирования в группе с возрастом от 25 до 38 лет присутствовал у 21% испытуемых со средним образованием и 10.9% у испытуемых с высшим образованием, в то время как синдром сложился у людей со средним образованием у 27% испытуемых, а у испытуемых с высшим образованием синдром встретился всего в 8% случаев.

Имеет место влияние и трудового стажа. Так, синдром в стадии формирования в группе с возрастом от 25 до 38 лет присутствовал у 21% испытуемых со средним образованием и 10.9% у испытуемых с высшим образованием, в то время как синдром сложился у людей со средним образованием у 27% испытуемых, а у испытуемых с высшим образованием синдром встретился всего в 8% случаев.

С увеличением стажа снижается и подверженность эмоциональному выгоранию. По данным исследования, у испытуемых со стажем до 5 лет синдром формируется у 20.5%, а сформировался у 18%, со стажем от 5 до 10 лет синдром формируется у 12.3%, а сформировался у 10.5%, со стажем от 10 лет синдром формируется у 11.2%, а сформировался у 7.2%.

Вывод: исходя из представленной выше статистики, работники более юного возраста в наибольшей степени подвержены эмоциональному выгоранию. В данном исследовании эта группа составила испытуемых в возрасте от 25 до 38 лет. Вероятнее всего, это связано с недостаточной вовлеченностью в профессию молодых специалистов, с большой частотой возникающие трудности в ходе трудовой деятельности и отсутствие привыкания и уверенности в стабильности и надежности своего рабочего места.

Уровень образования также влияет на уровень эмоционального выгорания. У испытуемых с высшим образованием меньше прослеживается наличие синдрома, чем у людей со средним образованием. На это влияет разница в уровне доходов, сформированное профессиональное мышление и навыки, полученные в ходе обучения, которые придают уверенности специалисту.

Нахождение или не нахождение в браке практически никак не отражается на показателях. Ожидалось, что семья будет являться для испытуемых надёжной опорой и защитой от эмоционального выгорания, но, вероятно, у некоторых из них, наоборот, семья может усиливать развитие синдрома, поэтому в данном исследовании показатели практически идентичны.

Синдром эмоционального выгорания – важная психологическая проблема, существующая уже давно, с которой каждый человек может столкнуться в своей

жизни и не раз, поэтому так важно изучать синдром, находить и актуализировать данные о методах борьбы и профилактики с ним.

### *Список литературы*

1. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания / В.В. Бойко [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://eshi10.ru/site/pub?id=37>
2. Юдчиц Ю.А. К проблеме профессиональной деформации / Ю.А. Юдчиц // Журнал прикладной психологии. – 2018. – 21 с.
3. Эмоциональное выгорание, астения и депрессия у медицинских и социальных работников-ресурсы коррекции // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 2012. – №3. – 106 с.
4. Малейчук Г. Работа с психосоматическим симптомом в парадигме гештальт-подхода / Г. Малейчук [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psychologyjournal.ru/public/geshtalt-terapiya-psikhosomatiki/>
5. Диагностика уровня эмоционального выгорания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psytests.org/boyko/boburn-run.html>