

Припутневич Денис Николаевич

соискатель, ассистент кафедры

Плотникова Ирина Егоровна

д-р пед. наук, заведующая кафедрой

Хабарова Татьяна Юрьевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный

медицинский университет

им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

ПОВЫШЕНИЕ КВАЛИФИКАЦИИ ВРАЧЕЙ КАК ФАКТОР БОРЬБЫ С ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ ВЫГОРАНИЕМ

Аннотация: в статье представлены данные исследования степени эмоционального выгорания у обучающихся на кафедре психиатрии и неврологии ИДПО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко врачей-специалистов. Выявлены высокий уровень эмоционального выгорания по шкале «Редукция профессиональных достижений» опросника Маслач и средние уровни по шкалам «Деперсонализация» и «Эмоциональное истощение». Показано позитивное влияние обучения в системе дополнительного профессионального образования на выраженность эмоционального выгорания у врачей-специалистов. Выявлено максимальное влияние на проявления редукции профессиональных достижений обучения на циклах повышения квалификации.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, опросник Маслач, дополнительное профессиональное образование врачей.

В настоящее время в оценке качества оказания медицинской помощи всё большее внимание уделяется субъективной оценке работы врача пациентами. По данным многочисленных исследований одной из главных причин неудовлетворенности потребителей медицинских услуг является «безразличие, чёрствость, невнимательность» медицинского персонала [7; 10]. Часто основным фактором,

определяющим качество взаимодействия в системе «врач- пациент» является эмоциональное состояние специалиста, оказывающего медицинские услуги. Исследование такого влияния привело к описанию американским психиатром Х.Дж. Фрейденбергером в 1974 году состояния «выгорания» для характеристики психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами, пациентами в эмоционально насыщенной атмосфере при оказании профессиональной помощи [7; 10; 11]. Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников оказывает негативное влияние не только на психофизиологическое состояние сотрудников, снижая профессиональную эффективность, но и на качество оказания помощи [7; 10]. В МКБ-10 синдром эмоционального выгорания входит в рубрику Z73 – «Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни и влияющие на состояние здоровья человека» [5]. В последнее время проблеме эмоционального выгорания уделяется большое внимание. Исследуются распространённость, признаки и факторы, влияющие на формирование данных нарушений. В настоящее время существует дефицит данных о влиянии различных факторов на развитие синдрома эмоционального выгорания [7; 5; 3; 11]. Главной причиной синдрома эмоционального выгорания считается психологическое переутомление. Когда требования (внутренние и внешние) длительное время преобладают над ресурсами (внутренними и внешними), у человека нарушается состояние равновесия, которое неизбежно приводит к синдрому эмоционального выгорания. Считается, что развитию этого состояния так же способствует необходимость работы в однообразном или напряженном ритме, с эмоциональной нагрузкой, связанной с взаимодействием с трудным контингентом. Способствует этому и отсутствие должного вознаграждения (не только материального, но и психологического) за выполненную работу, что вызывает у человека ощущение не ценности его работы. Установлена связь частоты возникновения синдрома эмоционального выгорания с характером профессиональной деятельности. Наиболее рискованной считается работа, сопряженная с ответственностью за судьбу, здоровье, жизнь людей. Среди профессиональных факторов, способствующих развитию синдрома

эмоционального выгорания, выделяется обязательность работы в строго установленном режиме дня, большая эмоциональная насыщенность актов профессионального взаимодействия. Все основные факторы риска возникновения синдрома эмоционального выгорания присутствуют в повседневной работе врача – специалиста [6; 7].

Имеются данные, указывающие на роль высшей школы в профилактике синдрома эмоционального выгорания. В настоящее время, когда все еще отсутствует какая-либо комплексная система помощи медицинским работникам по профилактике и терапии синдрома эмоционального выгорания, большое значение имеет изучение этой проблемы, с последующей формулировкой рекомендаций по профилактике и терапии данного состояния [10; 11]. В то же время, хорошо известны факторы, оказывающие профилактическое влияние на уровень профессионального выгорания специалистов [10; 11]. Среди прочих выделяется и фактор постоянного повышения квалификации и роста профессиональной компетентности в качестве метода профилактики синдрома эмоционального выгорания. Основным методом повышения квалификации врачей – специалистов в нашей стране является регулярное повышение квалификации при обучении на циклах повышения квалификации в системе дополнительного профессионального образования высшей медицинской школы. Обучение на таких циклах не только повышает профессиональную компетентность специалистов, позволяя познакомиться с современными и перспективными направлениями развития изучаемой специальности, но и даёт возможность неформального общения специалистов различных организаций, работающих в различных регионах России. Кроме того, современное понимание педагогического процесса включает и большое внимание к социально-психологическому и духовно-нравственному росту обучающихся [1–6; 8; 9], что позитивно сказывается на эмоциональном состоянии обучающихся. Сочетание этих факторов с проводимой в процессе обучения психогигиенической работой должно приводить к снижению выраженности эмоционального выгорания у обучающихся [1; 2; 6; 9].

Для проверки выдвинутой гипотезы нами был исследован уровень эмоционального выгорания 60 обучающихся на кафедре Психиатрии и неврологии Института дополнительного профессионального образования ВГМУ им. Н.Н. Бурденко в 2017 году. Исследование проводилось путём анонимного анкетирования обучающихся в первый и последний день обучения на кафедре. Статистическая обработка полученных данных производилась с помощью программы Microsoft Excel 2010. В анкетировании принимали участие обучающиеся циклов повышения квалификации по специальностям Психиатрия и Психиатрия – наркология длительностью 144 часа. Для оценки степени профессионального выгорания нами был использован опросник Маслач. Опросник профессионального выгорания Маслач (англ. Maslach Burnout Inventory, сокр. MBI) – тестовая методика, предназначенная для диагностики профессионального выгорания. Создана в 1986 году Maslach и Jackson, в России адаптирована Водопьяновой. Опросник состоит из 22 пунктов, по которым возможно вычисление значений 3-х шкал: «Эмоциональное истощение» (ЭИ), «Деперсонализация» (Д), «Редукция профессиональных достижений» (РП). Эмоциональное истощение объединяет такие черты выгорания, как ощущение опустошенности, вялости, серости, бессмысленности и беспросветности жизни; отсутствие или значительное снижение положительных эмоций; чувство физической и психологической усталости и т. д. Результаты по этой шкале оцениваются по сумме баллов: 0–15 баллов – низкий уровень, 16–24 балла – средний уровень, 25–54 баллов – высокий уровень. К деперсонализации относится безразличие к работе и ее результатам, а также безразличие к коллегам, партнерам, клиентам. Это ситуации, когда работа выполняется скорее на автомате, для галочки или лишь бы была бы сделана. Зачастую речь не идет об откровенной халтуре, но и личной вовлеченности человек не испытывает. Результаты по этой шкале оцениваются: 0–5 баллов – низкий уровень, 6–10 баллов – средний уровень, 11–30 баллов – высокий уровень. Редукция профессиональных достижений – снижение мотивации к работе, негативная оценка своего труда в целом и его результатов в частности. Сюда также включает неудовлетворенность своими обязанностями; человек может считать, что он

достойн лучшего места, чем текущее. Некоторые начинают сторониться своих обязанностей, перекидывать задачи на коллег и т. д. Результаты по этой шкале оцениваются следующим образом: 0–11 баллов – низкий уровень, 12–18 баллов – средний уровень, 18–48 баллов – высокий уровень [7; 6; 10]. Результаты анкетирования обучающихся в первый день обучения представлены в таблице 1.

Таблица 1

Средний уровень эмоционального выгорания
по Маслач в первый день цикла повышения квалификации (n = 60)

Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция профессиональных достижений
22,78	11,65	36,70

После окончания месячного цикла повышения квалификации было проведено повторное обследование обучающихся с использованием опросника Маслач. Средние уровни показателей шкалы Маслач после окончания цикла повышения квалификации представлены в таблице 2.

Таблица 2

Средний уровень эмоционального выгорания
по Маслач в последний день цикла повышения квалификации (n = 60)

Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция профессиональных достижений
21,36	10,69	13,69

Отмечено снижение средних значений эмоционального выгорания по всем шкалам. Уровень эмоционального истощения снизился на 6,65%, деперсонализации на 8,24%, редукции профессиональных достижений на 62,70%. Оценка достоверности различий с использованием критерия Стьюдента показала достоверность снижения показателя Редукции профессиональных достижений шкалы Маслач (при $p = 0,05$) и недостоверность различий по показателям Эмоционального истощения и Деперсонализации (при $p = 0,05$).

Таким образом проведенное исследование выявило достаточно высокий уровень профессионального выгорания у врачей психиатров и психиатров-

наркологов, обучающихся на циклах повышения квалификации на кафедре Психиатрии и неврологии ИДПО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко. Средние уровни показателей эмоционального выгорания по шкале Маслач соответствовали: для эмоционального истощения и деперсонализации – среднему уровню, для редукции профессиональных достижений – высокому уровню. Исследование показателей эмоционального выгорания после завершения обучения показало незначительное снижение по шкалам Эмоционального истощения и Деперсонализации (на 6,65% и 8,24% соответственно) и значительное снижение по шкале Редукции профессиональных достижений (на 62,7%). Полученные результаты позволяют рекомендовать регулярное обучение на циклах повышения квалификации в системе ДПО, как часть комплексных мер по снижению уровня профессионального выгорания у врачей-специалистов.

Список литературы

1. Бакулина Л.С. Формирование здорового образа жизни в высшей медицинской школе: проблемы и пути их решения / Л.С. Бакулина, И.Е. Плотникова, С.Ю. Комова // Медико-биологические и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни: Сборник научных статей IV Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием / Под ред. Г.В. Бугаева, И.Е. Поповой. – 2015. – С. 220–225.
2. Есауленко И.Э. Преодоление психологического стресса у студентов-медиков первого года обучения / И.Э. Есауленко, В.А. Куташов, Л.А. Куташова. – Воронеж, 2013. – 121 с.
3. Есауленко И.Э. Практическое руководство по формированию здоровьесберегающей образовательной среды / И.Э. Есауленко, В.И. Попов, А.А. Зуйкова, Т.Н. Петрова. – Воронеж: ВГМУ, 2016. – 313 с.
4. Есауленко И.Э. Опыт организации здоровьесберегающей образовательной среды в вузе / И.Э. Есауленко, В.И. Попов, Т.Н. Петрова // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья. – 2014. – №58. – С. 23–29.

5. Есауленко И.Э. Феномен эмоционального выгорания / И.Э. Есауленко, О.Ю. Ширяев, В.А. Кунин, Д.Н. Алексеева, А.В. Сущенко. – Воронеж: ВГМА, 2012. – 34 с.
6. Куташов В.А. Основы клинической психологии в профессиональной подготовке врачей психиатрического профиля и медицинских психологов. – Воронеж: ВГМА, 2014. – С. 17.
7. Куташов В.А. Распространенность синдрома эмоционального выгорания среди врачей города Воронежа / В.А. Куташов, Д.Н. Припутневич // Прикладные информационные аспекты медицины. – 2017. – Т. 20. – №2. – С. 90–93.
8. Плотникова И.Е. Духовно-нравственная культура медицинских и фармацевтических работников / И.Е. Плотникова, А.А. Филозоф, С.Ю. Берлева // Развитие личности как стратегия современной системы образования: Материалы Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 147–150.
9. Плотникова И.Е. Эмпатия как индикатор сформированности прагматической компетентности будущего медицинского работника / И.Е. Плотникова, Ю.Н. Юргелас, И.В. Юргелас, Р.Н. Фролов // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – №1–1. – С. 168–176.
10. Припутневич Д.Н. Психический дискомфорт, как фактор развития синдрома эмоционального выгорания у врачей / Д.Н. Припутневич, В.А. Куташов, А.М. Гамазина, Н.А. Сыраева // Прикладные информационные аспекты медицины. – 2017. – Т. 20. – №2. – С. 139–143.
11. Цветикова Л.Н. Синдром «эмоционального выгорания» у преподавателей высшей школы / Л.Н. Цветикова, С.Ю. Комова, И.Е. Плотникова // Вестник Воронежского государственного университета. Сер. Проблемы высшего образования. – 2015. – №1. – С. 106–110.