

УДК 613.8

Кучук Э.Н., Ленивко Е.А., Найден Д.О.

Белорусский государственный медицинский университет, Минск, Беларусь

ОСОБЕННОСТИ РАСПРОСТРАНЕНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СРЕДИ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ И ПЕДАГОГОВ

Введение. Синдром эмоционального выгорания (англ. burn-out, далее - СЭВ) представляет собой

состояние эмоционального, психического, физического истощения, развивающегося как результат

хронического неразрешенного стресса на рабочем месте[2].

Проблематика стрессоустойчивости приобрела первостепенное значение в жизни современного

человека. И научная, и популярная литература отражает непрерывно возрастающий интерес к проблеме социальных, психологических и физиологических стрессов [3,5]. Существует ряд профессий, в которых

человек начинает испытывать чувство внутренней эмоциональной опустошенности вследствие

необходимости постоянных контактов с другими людьми.

В настоящее время этот синдром удостоен диагностического статуса. В 10 пересмотре Международной классификации болезней синдром выгорания был описан под рубрикой Z.73.0 как

«Выгорание - состояние полного истощения».

Согласно Гансу Селье, основоположнику учения о стрессе, это эмоциональное выгорание -

неспецифическая защитная реакция организма в ответ на психотравмирующие факторы разного свойства.

Материалы и методы исследования. Аналитический (анализ современных литературных источников по данной тематике), методика психологического тестирования (оценка уровня СЭВ по

шкале «Профессиональное выгорание» Маслач К. (МВІ шкала) (модификация Н.Е. Водопьяновой и Е.С.

Старченковой) для преподавателей и работников здравоохранения соответственно, соотношение и

динамику персональных ресурсов человека по тесту ОППР - Опросник Потери и Приобретения

персональных ресурсов, оценка состояния здоровья по методике «Субъективная оценка здоровья») и

статистический (обработка собственных данных, полученных путем анкетирования 56 медицинских

работников амбулаторно-терапевтического приема и нескольких стационаров и 49 преподавателей ВУЗов).

Проведена статистическая обработка 105 анкет, содержащих 12971 единиц информации.

Результаты и их обсуждение. Анализ литературы по данной тематике позволяет сформулировать теоретическую позицию, согласно которой синдром эмоционального выгорания (СЭВ)

развивается в процессе профессиональной деятельности в форме стереотипа эмоционального поведения, проявляющегося в особенностях профессионального общения.

Статистическая обработка проводилась с помощью программы Statistica 6,0. Для сравнения

параметрических (количественных) признаков в группах наблюдения применяли t-критерий Стьюдента.

Различия считались достоверными при $t \geq 2$, статистически значимыми при $p \leq 0,05$, $p \leq 0,001$.

В исследовании приняло участие 56 медицинских работников из нескольких стационаров и

поликлиник и 49 педагогов — от молодых специалистов до пенсионеров. Анкетированные, принявшие

участие в исследовании, распределились следующим образом: 73,2% врачей работают в учреждениях,

оказывающих первичную медико-санитарную помощь, 26,79% - в стационарах; 61,2% преподавателей

работают в ВУЗах, 38,8% - в школах. Среди опрошенных медиков женщины составили 89,3% (50 чел.),

мужчины – 10,7% (6 чел.), среди преподавателей - 77,55% (38 чел.), мужчины – 22,45% (11 чел.).

Средний возраст медиков – $38,5 \pm 1,49$ г., преподавателей – $36,3 \pm 1,46$ г.

В репрезентативной выборке медицинских работников представлены следующие возрастные

группы: 22-29 года (1 группа) – 44,64%, средний возраст – $23,84 \pm 0,95$ года, средний стаж работы –

$3,16 \pm 2,29$; 30-39 года (2 группа) - 28,57%, средний возраст – $32,2 \pm 0,75$ года ($p < 0,01$), средний стаж работы

– $10,86 \pm 4,14$; 40-49 года (3 группа) – 16,1%, средний возраст – $45,0 \pm 0,96$ года, средний стаж работы –

$21,1 \pm 6,19$; 50 лет и более (4 группа) – 12,5%, средний возраст – $57,43 \pm 1,02$ года, средний стаж работы –

$33,1 \pm 8,97$. Среди преподавателей представлены группы: 20-29 года (1 группа) – 28,57%, средний возраст –

$25,64 \pm 1,98$ года, средний стаж работы – $3,79 \pm 1,62$; 30-39 года (2 группа) – 38,8%, средний возраст –

$34,58 \pm 1,78$ года, средний стаж работы – $10,66 \pm 2,62$; 40-49 года (3 группа) – 24,5%, средний возраст –

$43,3 \pm 2,42$ года, средний стаж работы – $19,75 \pm 3,64$; 50 лет и более (4 группа) – 8,16%, средний возраст –

$60,25 \pm 4,02$ года, средний стаж работы – $33,75 \pm 6,49$. Средний возраст мужчин и женщин достоверно не

различался ($p < 0,05$).

Психологическое тестирование для определения уровня эмоционального выгорания проводилось по методике «Профессиональное выгорание». В результате анализа шкалы

МВІ суммарный

показатель эмоционального выгорания у 85,7% выше среднего и составил $7,815 \pm 1,17$. У абсолютного

числа анкетированных хотя бы по одной из субшкал уровень эмоционального выгорания оценивается

как «высокий».

На момент исследования у опрошенных были получены следующие средние показатели по

субшкалам оценки СЭВ среди медицинских работников: эмоциональное истощение $20,94 \pm 4,6$;
деперсонализация $14,697 \pm 3,9$; редукция личностных достижений $24,1 \pm 5,2$; среди преподавателей:
эмоциональное истощение $22,08 \pm 5,4$; деперсонализация $13,9 \pm 3,5$; редукция личностных достижений $32,5 \pm 3,7$. У женщин более высокие баллы отмечались по шкале эмоционального истощения, у мужчин — по шкале деперсонализации. Показатели эмоционального истощения варьировали в рамках среднего у всех анкетированных сотрудников учреждения здравоохранения.

В ходе анализа полученных данных выявлено, что максимальное среднее значение по шкале эмоционального истощения (шкала ЕЕ) в группе медицинских работников в возрасте от 30 до 39 лет (2 группа) $-28,88 \pm 7,68$, а также с профессиональным стажем 4-10 лет $-23,34 \pm 5,96$, минимальное — в 4 возрастной группе (50 лет и более) $-20,71 \pm 8,26$, с профессиональным стажем 20 лет и более $-18,88 \pm 6,11$;

в группе преподавателей в возрасте от 21-29 лет (1 группа) $-24,5 \pm 4,95$ и в возрасте от 40-49 лет (3 группа) $-24,3 \pm 7,68$, а также с профессиональным стажем 4-10 лет $-23,4 \pm 8,37$ и 10-20 лет $-24,4 \pm 4,29$, минимальное — в 4 возрастной группе (50 лет и более) $-16,25 \pm 3,9$, с профессиональным стажем 20 лет и более $-21,7 \pm 9,6$ и стажем работы не более 3х лет $-21,4 \pm 6,47$.

По шкале деперсонализации (шкала DP) максимальное среднее значение среди медицинских работников отмечалось в 4 группе анкетированных $-16,71 \pm 5,72$, а также в группе с профессиональным стажем 20 лет и более $-17,29 \pm 3,36$ и 4-10 лет $-17,29 \pm 3,36$, среди преподавателей — в 3 группе анкетированных $-15,75 \pm 4,2$, а также в группе с профессиональным стажем 10-20 лет $-15,65 \pm 2,5$;

минимальные значения этого показателя среди медицинских работников — в 1 возрастной группе (20-30 лет) $-13,64 \pm 4,66$ и группе анкетированных со стажем работы 0,5-3 года $-10,11 \pm 2,22$, среди преподавателей — в 4 возрастной группе (50 лет и более) $-12,25 \pm 3,49$ и группе анкетированных со стажем работы 0,5-3 года $-11,55 \pm 3,53$.

Анализ взаимосвязей между исследованными показателями выявил в обеих группах значимые корреляции между субшкалами эмоциональное истощение и деперсонализации ($p < 0,05$).

По шкале интереса к профессиональной деятельности (шкала PA) максимальное среднее значение отмечалось в 1 возрастной группе как среди медицинских работников, так среди преподавателей (21 – 29 лет) $-31,55 \pm 10,68$ и $35,75 \pm 4,23$ соответственно, а также у анкетированных с профессиональным стажем 0,5-3 года $-37,13 \pm 9,56$ и $30,8 \pm 7,04$ соответственно; минимальное значение этого показателя в 4 возрастной группе (50 лет и более) $-19,43 \pm 9,6$ и $23,14 \pm 5,05$, а также у

анкетированных с профессиональным стажем 20 лет и более - $26,12 \pm 8,13$ и $13,2 \pm 4,42$ соответственно.

Соотношение и динамику персональных ресурсов человека за определенный заданный временной промежуток оценивалось по тесту ОППР - Опросник Потери и Приобретения персональных ресурсов.

В ходе анализа полученных данных было выявлено, что суммарный индекс ресурсности (далее -

ИР) у 71,5% медицинских работников и 79,6% преподавателей имеет среднее значение и составил

$1,1 \pm 0,33$, только у 10,71% опрошенных медиков и 16,3% преподавателей этот показатель оценивается

как «высокий», причем 83% и 87,5% из них – медики и преподаватели в возрасте до 30 лет

соответственно. ИР имеет максимальное значение в 1 возрастной группе медицинских работников и

преподавателей - $1,23 \pm 0,23$ и $1,0 \pm 0,14$ соответственно, а также в группе со стажем работы менее 3 лет -

$1,68 \pm 0,19$ и $1,02 \pm 0,19$; минимальное значение ИР имеют анкетлируемые 3 возрастной группы медиков -

$1,01 \pm 0,18$ и в 4 возрастной группе преподавателей - $1,2 \pm 0,35$, и с профессиональным стажем 20 лет и

более - $1,13 \pm 0,4$ и $1,14 \pm 0,28$ среди медицинских работников и преподавателей соответственно. Было

выявлено, что между показателями эмоционального истощения и уровнем ресурсности существует

обратно пропорциональная сильная корреляционная связь ($p < 0,05$).

Эмоциональное истощение ведет к нарастанию утомления, пресыщения, вызывает трудности в

переработке информации и, как следствие, к его деперсонализации.

После анализа полученных данных было установлено, что средний биологический возраст среди

всех опрошенных на 8,3 года (на 21,56%) больше, чем паспортный - $46,8 \pm 8,66$ и $38,5 \pm 1,49$ года

соответственно.

Была выявлена прямая сильная корреляционная связь между уровнями эмоционального истощения и биологическим возрастом опрошенных ($p < 0,05$).

По данным, полученным в результате анкетирования, было выявлено, что 78,6% работников

имеют нормальную массу тела и 21,43% анкетированных имеют избыточный вес.

Гиподинамией страдают 34% опрошенных. Остальные считают свою физическую нагрузку

достаточной. 34 % объясняют это тем, что у них 1,5–2 часа в день занимает ходьба, в т. ч. на работу и

обратно. 10,4% ежедневно занимаются физическими упражнениями дополнительно.

Выводы.

1. Профессиональная деятельность медицинских работников и преподавателей несет потенциальную угрозу развития синдрома эмоционального выгорания (по шкале МВІ суммарный

показатель эмоционального выгорания у 85, 7% выше среднего, а у абсолютного числа анкетированных

хотя бы по одной из субшкал уровень эмоционального выгорания оценивается как «высокий»);

2. Более подвержены развитию СЭВ медицинские работники и преподаватели 2 группы, т.е.

возрастной категории 30 – 40 лет со стажем работы 10-20 лет. Можно предположить, что это связано с

особенностями возраста, а именно с частично совпадающим с этим возрастом кризисом середины жизни;

3. Суммарный индекс ресурсности (далее - ИР) у 71,5% медицинских работников и 79,6%

преподавателей имеет среднее значение и только у 10,71% опрошенных медиков и 16,3%

преподавателей этот показатель оценивается как «высокий». ИР имеет максимальное значение в 1

возрастной группе медицинских работников и преподавателей, минимальное - 3 возрастной группы

медиков и в 4 возрастной группе преподавателей;

4. Существует прямая сильная корреляционная связь между уровнями эмоционального истощения и биологическим возрастом опрошенных ($p < 0,05$);

5. Специалисты, имеющие хорошее здоровье и сознательно заботящиеся о своем физическом

состоянии имеют меньший риск развития синдрома профессионального выгорания ($p < 0,05$);

6. Развитие синдрома эмоционального выгорания связано со снижением показателей психической адаптации. Заключение. Таким образом, синдром эмоционального выгорания присутствует у

подавляющего большинства обследованных медицинских работников и преподавателей, что затрудняет

успешную профессиональную и социальную адаптацию сотрудников.

Список литературы:

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань: КГУ, 1987. С.240.
2. Антилогова Л.Н. Этико-психологические аспекты труда учителя.- Омск, 1992.С. 215.
3. CebriaJ., SeguraJ., Corbella S. et al. Rasgos de personalidad y burnout en medicos de familia.- Atencion Primaria, 2001. V.27, N.7. P.459-468.
4. Maslach C., Schaufeli W. B., LeiterM. P. Job Burnout .- Annual Review of Psychology, 2001. Vol.52. P.397-422.
5. Schmitz N., Neumann W., Oppermanne R. Stress, burnout and locus of control in German nurses.- IntJ Nurs Stud, 2000. Vol.37, N.2.-P.95-99.