

Караваева Н.В.

Анализ индикаторов эмоционального выгорания среди врачей-стоматологов
ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра стоматологии терапевтической

Научный руководитель: к.м.н. Артеменко Ю.Н.

Резюме

Профессиональная деятельность врача-стоматолога отличается большой эмоциональной, психической и физической нагрузкой. Научный и практический интерес синдрома выгорания обусловлен тем, что этот синдром - непосредственное проявление возрастных проблем, связанных с самочувствием работников, эффективностью их труда и стабильностью деловой жизни организации. Состояние «выгорания» развивается в течение длительного времени. Поэтому целесообразно проводить обследование работников для выявления ранних симптомов этого состояния и профилактику синдрома эмоционального выгорания как на уровне организации, где осуществляет свою деятельность врач-стоматолог, так и на личностном уровне.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, анализ, профилактика

Актуальность

Проблема психологического стресса, возникающего в процессе трудовой деятельности врача, приобретает сегодня актуальность в связи с резко возросшим темпом и интенсивностью рабочей активности специалиста, повышенными требованиями к качеству его труда. Профессиональная деятельность врача-стоматолога отличается большой эмоциональной, психической и физической нагрузкой. Особое значение придается тому факту, что врач-стоматолог, работая целый день «лицом к лицу» с пациентом, сопереживает ему в страданиях и страхе предстоящего лечения. Врачи-стоматологи - социальная группа медицинских работников, испытывающая на себе, с одной стороны, все реальные проблемы современной общественной жизни, с другой, - признанная смягчить эти проблемы в процессе контакта населения с системой здравоохранения. Иными словами, врачи-стоматологи находятся в кругу как своих собственных проблем, так и проблем своих пациентов, неся при этом двойную социально-психологическую нагрузку. Пациент ожидает от врача не только предоставления компетентной помощи, но и ответственного, доброжелательного отношения, которое реализуется в ходе положительного взаимодействия между врачом и пациентом. Взаимопонимание между врачом и пациентом, в свою очередь, обеспечивает достижение основной цели лечения - выздоровление пациента.

Состояние «выгорания» развивается в течение длительного времени. Поэтому целесообразно проводить обследование работников для выявления ранних симптомов этого состояния и профилактику синдрома эмоционального выгорания как на уровне организации, где осуществляет свою деятельность врач-стоматолог, так и на личностном уровне.

Как отмечал В.В. Бойко (1996 г.), синдром эмоционального сгорания – это новейший, выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия.

Факторы синдрома выгорания традиционно группируются по двум направлениям: особенности профессиональной деятельности и индивидуальные характеристики самих специалистов. В качестве индивидуальных факторов берутся во внимание личностные особенности, такие как стрессоустойчивость, трудовая мотивация, стратегия поведения, особенности самооценки, локуса контроля, коммуникативные качества, стили саморегуляции.

Научный и практический интерес синдрома выгорания обусловлен тем, что этот синдром - непосредственное проявление возрастных проблем, связанных с самочувствием работников, эффективностью их труда и стабильностью деловой жизни организации.

Причины эмоционального выгорания врачей-стоматологов могут быть связаны с перегрузками от профессиональной деятельности, финансовыми неудачами, особенностями взаимодействия врача с пациентом, неудовлетворительными взаимоотношениями в рабочем коллективе, проблемами профессионального роста и карьеры, низким авторитетом профессии и отсутствием должного общественного имиджа.

Таким образом, синдром выгорания представляет собой личностную деформацию вследствие эмоциональных затруднений или напряженных отношений в системе «человек-человек», развивающуюся во времени.

Цель исследования: изучение компонентов синдрома эмоционального выгорания в среде врачей-стоматологов различного стажа работы.

Задачи:

1. Определить индикаторы эмоционального выгорания врачей-стоматологов.
2. Провести анализ индикаторов эмоционального выгорания в зависимости от стажа работы.
3. Составить практические рекомендации по профилактике синдрома.

Материал и методы

Проводилось анкетирование врачей-стоматологов с различным стажем работы по методу В.В. Бойко.

Результаты

Проведено анонимное анкетирование 50 врачей-стоматологов, 12 мужчин и 38 женщин, в возрасте от 23 до 67 лет различных направлений специализации (терапевты, хирурги, ортодонты, ортопеды, челюстно-лицевые хирурги, детские врачи-стоматологи). Результаты анкетирования показали, что у врачей-стоматологов со стажем работы до 10-12 лет преобладает сформированная фаза

напряжения в 70,5%, фаза истощения в 18,3%, а фаза резистенции, находящаяся в процессе формирования, в 11,8%. У врачей-стоматологов со стажем работы более 12 лет стойко сформирована фаза резистенции в 60,6%, формируется либо сформирована фаза истощения в 20,4%, а фаза напряжения встречается в 19%. У врачей-стоматологов, доминирующей фазой которых является фаза напряжения, симптом «переживания» встречается в 14,3%, симптом неудовлетворенности собой в 15,5%, симптом «загнанности в клетку» в 15,8%, симптом «тревоги и депрессии» в 54,4%.

В случае врачей-стоматологов со стажем от 12 лет и более в фазу резистентности преобладает симптом «личностной отстраненности» или деперсонализации, встречающийся в 63,4%, симптом психосоматических и психовегетативных нарушений в 15,7%, симптом «эмоционального дефицита» в 9,6%, симптом «эмоциональной отстраненности» в 11,3%.

Важно отметить, что среди врачей-мужчин преобладают фазы резистенции - в 77,2% и истощения - в 17%, среди врачей-женщин преобладает фаза напряжения - в 89,9%.

Заключение

На основе проведенного анализа можно утверждать, что молодые специалисты более подвержены эмоциональному стрессу в своей профессиональной деятельности, а более опытные врачи-стоматологи находятся в фазе эмоционального «отстранения».

Исходя из результатов анкетирования, практические рекомендации заключаются в ежедневном проведении профилактики синдрома эмоционального выгорания на уровне врача-стоматолога как личности. Каждый доктор должен регулярно проводить мероприятия, позволяющие ему отвлечься от своей профессиональной деятельности как на эмоционально-нравственном уровне, так и на уровне физического здоровья. Предотвращение синдрома эмоционального выгорания врачей-стоматологов является залогом качественной работы, оказываемой пациентам.

Программа профилактики синдрома эмоционального выгорания должна проводиться в виде двухуровневой модели: на уровне организации и на уровне личности.

На уровне организации предложены профилактические мероприятия руководству стоматологической поликлиники, такие как:

1. Регулярное проведение стресс-мониторинга, опроса врачей-стоматологов, изучения его результатов. Стресс-мониторинг состоит из двух частей: оценка удовлетворенности сотрудников условиями труда, оценка их эмоционального состояния и своевременное реагирование на результаты исследования.
2. Обеспечение эргономики рабочих мест. Организационная оптимизация работы врачей-стоматологов.
3. Оборудование комнаты отдыха для сотрудников.
4. Проведение психолого-коррекционных мероприятий как средства профилактики синдрома эмоционального выгорания врачей-стоматологов.
5. Особое внимание следует уделить личностным особенностям сотрудников. Стоит учитывать темперамент и характер, а также индивидуальные психологические особенности для формирования составов рабочих смен. Необходимо выстраивать отношения внутри коллектива с учётом личностных особенностей сотрудников и их психологических характеристик. При распределении задач на группы людей следует придавать значение взаимным симпатиям и антипатиям отдельных лиц.
6. К эффективным профессионально-комплексным стратегиям относится внедрение в организациях наставничества, повышение квалификации, планирование карьерного роста.
7. Расширение юридической защищенности профессиональной деятельности врача-стоматолога.

Программа профилактики синдрома эмоционального выгорания врачей-стоматологов на уровне личности предполагает более доступные мероприятия для специалиста, не касающиеся его работы: спорт, увлечения, хобби, творчество, театр, музыка, которые помогают отвлечься от переживаний и дают хороший положительный заряд. Кроме того, повышение профессиональной квалификации врачей-стоматологов (участие в семинарах, конференциях, мастер-классах) и саморазвитие служат в этом случае движению личности врача вперед без нарушения внутреннего душевного равновесия и с сохранением желания применять передовые медицинские технологии в лечебно-профилактическом учреждении.

Литература

1. Аюпов И.Ш. Профессиональные заболевания врача-стоматолога. Методы профилактики // Международный студенческий научный вестник. – 2016. - №2.
2. Баробанова М.В. Изучение психологического содержания синдрома «эмоционального сгорания» // Вестник МГУ. – 2013. – №1. – С. 23.
3. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. - СПб.: Питер, 2014. - 384 с.
4. Колдубовская Т.Б. Особенности проявления признаков эмоционального выгорания у врачей / Колдубовская Татьяна Борисовна // Вопросы психологии. - 2014. - № 2. - С. 75 - 80.
5. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2002. – С. 360-362.