Субъективные факторы эмоционального выгорания работников скорой медицинской помощи

Швецова Юлия Ивановна

*Приамурский государственный университет им.Шолом-Алейхема
магистрант*

Аннотация

Статья посвящена теоретическому осмыслению субъективных факторов эмоционального выгорания медицинских работников скорой помощи. В статье представлены результаты теоретического изучения эмпатии, мотивации достижений и стрессоустойчивости личности как субъективных факторов, способствующих профилактике эмоционального выгорания работников скорой медицинской помощи. Также в статье намечены основные направления диагностической, развивающей психологической работы с медицинским персоналом.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, мотивация достижений, стрессоустойчивость, эмпатия.

Subjective factors of emotional burnout of ambulance workers

Shvetsova Yulia Ivanovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University
Master student*

Abstract

The article is devoted to the theoretical understanding of the subjective factors of emotional burnout of emergency medical workers. The article presents the results of a theoretical study of empathy, achievement motivation and personality stress resistance as subjective factors contributing to the prevention of emotional burnout in emergency medical workers. The article also outlines the main directions of diagnostic, developing psychological work with medical personnel.

Keywords: emotional burnout, achievement motivation, stress resistance, empathy.

Важным составляющим в теме исследование связи эмпатии и эмоционального состояния у работников скорой медицинской помощи, является психологическое состояние сотрудников. С давних времен взаимосвязь между людьми была сложной системой познания взаимоотношений. С развитием медицинской службы, на которой неизбежно формируется плотное взаимодействие пациента и медицинского работника, стали возникать трудности общения. Вследствие чего, у медицинских работников сформировался психологический барьер.

Необходимыми качествами сотрудника скорой помощи, будь это врач, фельдшер, медицинская сестра и даже диспетчерская служба. Могут выступать такие как: высокая компетентность, стрессоустойчивость, ответственность, самоотверженность, доброжелательность, сострадание, смелость, уверенность в себе, стойкость, способность быстро и правильно принимать решения, наблюдательность, выдержка, оперативность, терпение и многих других. Сотрудники скорой медицинской помощи в работе постоянно попадают в стрессовые ситуации при ее выполнении. Сталкиваясь со страданиями людей, их болью, психоэмоциональным состоянием, принимают чувства пациентов и со временем, в такой ситуации может быть сформирован психологический барьер, который снижает уровень способности к эмпатии, что помогает снизить риск развития синдрома эмоционального выгорания. Если у медицинских работников скорой помощи отсутствует такой психологический барьер, постепенно это может сказываться на состоянии их здоровья и работоспособности.

Впервые в истории современной России столько медиков разных специальностей одновременно брошены на борьбу с вирусом и его последствиями. В первом звене оказания помощи являются сотрудники скорой помощи. Они первыми выезжают и контактируют с пациентами, оказывают неотложную помощь. Они же быстрее всего заражаются и, к сожалению, умирают.

Последствиями для психического здоровья, во время пандемии, сегодня и в дальнейшем, действительно станут проблемой. Работа в таких сложных условиях, среди которых, прежде всего психоэмоциональное утомление и возникновение негативных эмоциональных состояний, приводит к быстрому эмоциональному выгоранию, нежели в период стабильной эпидемиологической ситуации. Но все изменения эмоционального состояния, которые могут отмечаться в данный момент, в большинстве случаев обоснованно могут считаться «нормальной реакцией на экстремальную ситуацию».

Исходя из вышеперечисленного можно констатировать, что под системой личностных детерминант эмоционального выгорания сотрудников скорой медицинской помощи будут рассмотрены такие переменные, как мотивация, эмпатия и стрессоустойчивость.

Работы ученых Л.М. Аболин, А.А. Баранов, В.А. Бодров, Б.Х. Варданян, М.Ю. Денисов, Л.В. Куликов, А.В. Либина, А.В. Либин, Л.А. Китаев-Смык, А.А. Реан, С.В. Субботин и др., посвящены проблеме стрессоустойчивости. [4] Наравне со стрессоустойчивостью в науке для описания возможности сохранения адекватности психического состояния и эффективности деятельности личности в сложных условиях исследователями применяются различные понятия: «устойчивость личности» (Л.И. Божович, Б. Басаров); «психическая устойчивость» (В.М. Генковска, М.Ф. Секач, А.А. Коренев); «психологическая устойчивость» (С.А. Козлов, В.В. Аршинова, С.А. Шувалова); «устойчивость к стрессу» (Б.В. Кулагин, Л.А. Кандыбович); «нервно-психическая устойчивость» (А.М. Столяренко, П.П. Дорогов);

«помехоустойчивость» (Н.П. Казаченко, А.Ф. Ануфриев), «эмоциональная устойчивость» (Л.М. Аболин, В.Г. Пичугин, Е.М. Семенова), «морально-психологическая устойчивость» (Н.Ф. Феденко); «эмоционально-волевая устойчивость» (В.Ф. Власов, И.И. Рудской); «профессионально-психологическая устойчивость» (Е.В. Василенко). Все виды устойчивости имеют специфичность, но в фундаменте у них имеются два основных компонента:

1. умение личности сохранять устойчивое психическое состояние при воздействии негативных факторов,
2. умение поддерживать приемлемую работоспособность и эффективность деятельности в стрессовых ситуациях.

Стрессоустойчивость — как совокупность качеств, позволяющих организму спокойно переносить действие стрессоров без вредных всплесков эмоций, влияющих на деятельность и на окружающих, а также способных вызывать психические расстройства. Бережная рассматривает стрессоустойчивость как характеристику личностных качеств состоящих из совокупности компонентов:

- а) психофизиологического (тип, свойства нервной системы);
- б) мотивационного. Сила мотивов определяет в значительной мере эмоциональную устойчивость. Один и тот же человек может обнаружить разную степень ее в зависимости от того, какие мотивы побуждают его проявлять активность. Изменяя мотивацию можно увеличить (или уменьшить) эмоциональную устойчивость;
- в) эмоционального опыта личности, накопленного в процессе преодоления отрицательных влияний экстремальных ситуаций;
- г) волевого, который выражается в сознательной саморегуляции действий, приведении их в соответствие с требованиями ситуации;
- д) профессиональной подготовленности, информированности и готовности личности к выполнению тех или иных задач;
- е) интеллектуального – оценка требований ситуации, прогноз ее возможного изменения, принятие решений о способах действий.

Над проблемой мотивации работали авторы: П. А. Клейтон, Д. Мак-Клелланд, А. Маслоу. Мотивация к успеху — это стремление человека к достижению высоких результатов в деятельности. Человек идущий к успеху, стремящийся достичь высоких показателей в своей деятельности, имеет сильную мотивационную основу. Мотивы человека связанные с его трудовой деятельностью делятся на три группы: мотивы трудовых процессов, мотивы определения с профессией и мотивы выбора места работы [3]. Цель исследования: выявление связь между личностными детерминантами (мотивацией, стрессоустойчивостью и эмпатией), определить их корреляцию с синдромом эмоционального выгорания. Гипотезы: 1. Существует обратозависимая связь между стрессоустойчивостью, мотивацией и эмпатией. 2. Чем выше мотивация, стрессоустойчивость и эмпатия, тем больше снижается вероятность возникновения эмоционального выгорания в работе у сотрудников скорой медицинской помощи. 3. При высоких

показателях стрессоустойчивости и мотивации, но при низких показателях эмпатии будут отслеживаться повышение показателей эмоционального выгорания.

Эмпатия — осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека без потери ощущения происхождения этого переживания. В наше время растет потребность в изучении связи эмпатийности личности и эмоционального выгорания в профессиональной деятельности у медицинских работников, а именно работников скорой помощи, создании эффективных способов его профилактики, коррекции и предупреждении последующего повторного проявления синдрома [2].

Изучение эмпатии в современной отечественной психологии велось в различных направлениях: изучалась качественная природа эмпатии С.Б.Борисенко, Т.П. Гавриловой, Ю.Б. Гиппенрейтер, Л.Н. Джрнзян, Р.Б. Карамуратовой, М.М. Мукановым, Н.И. Сарджвеладзе и др.; исследовалась структурная связь эмпатии с различными психическими процессами и психологическими особенностями личности, авторами: А.А. Бодалев, Л.П. Выговская, Л.П. Стрелкова, Б.М. Теплов, О.И. Цветкова, И.М. Юсупов и др.; исследовались процессы формирования эмпатии учеными С.Б. Борисенко, А.Г. Ковалевым, Л.П. Стрелковой и др. Также Б.М. Тепловым П.М. Якобсоном, Д.Б. Элькониным, М.М. Мукановым, Л.Н. Джрнзяном, И.М. Юсуповым и др. изучалась эмпатия в системе социальных эмоций, как интегральное образование, включающее, аффективный, поведенческий и когнитивные аспекты, проявляющиеся в общении и взаимодействии людей.

Концепции синдрома эмоционального выгорания разрабатывались такими специалистами как В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, В.В. Лукьянова, К. Маслач, В.Е. Орел, А.А. Рукавишников, Е.С. Старченкова, В. Шауфели [1].

Например, врач или фельдшер, работающие в одной бригаде на протяжении долгого времени, меньше подвержены стрессу, у них более развито чувство эмпатии, так как есть взаимоподдержка и взаимопонимание, вследствие чего снижаются показатели срока наступления синдрома эмоционального выгорания. В сравнении с коллегами, работающие по одному в бригаде по одному. Не мало важную роль в формировании зависимости эмпатии и эмоционального выгорания имеет часовая нагрузка на работника скорой помощи и однопрофильность бригады. Чем выше часовая нагрузка на медицинского работника, тем быстрее формируется риск возникновения синдром эмоционального выгорания, не желание ходить на работу, появляется апатия и раздражительность к окружающим и к своей жизни. Постепенно формируются недостатки в трудовой деятельности, любые действия пациентов и коллег вызывают раздражении, постепенно переходящее в агрессию. Затем появляется ненависть к пациентам и нежелание ходить на работу. При этом медицинский работник не понимает, с чем это связано.

Определив критерии, мы подобрали диагностические методы исследования. К методам, определяющими выраженность заявленных нами

критериев, можно определить следующие: метод «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяну и Н. Эпштейну, «Диагностика личности на мотивацию к успеху» Т. Элерса и тест «Самооценка стрессоустойчивости» С. Коухена и Г. Виллиансона.

Данные методики позволят нам определить степень выраженности и стадийность эмоционального выгорания обследуемых, выявить степень и выраженный канал эмпатии личности, а также уровень стрессоустойчивости и мотивации достижения успеха. Все перечисленные диагностируемые категории, на наш взгляд, являются субъективными факторами эмоционального выгорания работников скорой медицинской помощи.

Библиографический список

1. Василькова А. П. Эмпатия как один из специфических критериев профессиональной пригодности будущих специалистов-медиков: автореферат дис. канд. психол. наук. СПб., 1998. 17 с.
2. Евдокимова А.А. Система личностных детерминант профессиональной деятельности сотрудников скорой медицинской помощи во взаимосвязи синдрома эмоционального выгорания. М, 2017
3. Занюк С. С. Психология мотивации. К.: Эльга Н; Ника Центр, 2002. 352 с.
4. Катунин А. П. Стрессоустойчивость как психологический феномен // Молодой ученый. 2012. № 9 (44). С. 243-246.