

Соколова В.Н.

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОМПОНЕНТОВ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК У БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ

Научный руководитель: канд. псих. наук, доц. Портнова А.Г.

Кафедра психотерапии, медицинской психологии и сексологии

*Северо-Западный государственный медицинский университет имени И. И. Мечникова,
г. Санкт-Петербург*

Актуальность. Эмоциональное выгорание считается одной из главных угроз в деятельности медицинских работников, в равной степени затрагивая как опытных специалистов, так и обучающихся, вынужденных длительно пребывать в обстановке постоянного эмоционального перенапряжения. В связи с этим обнаружение личностных предпосылок выгорания у студентов выступает обязательным условием для построения подходов к психологической профилактике у будущих кадров.

Цель: цель предполагает обнаружить соотношения между составляющими компонентами синдрома эмоционального выгорания и индивидуальными чертами у студентов-медиков.

Материалы и методы. Для оценки выгорания применялся опросник К. Маслач (MBI), личностные свойства изучались с помощью 16-факторного теста Р. Кеттелла. Статистическая обработка осуществлялась в среде Statistica (корреляционный анализ Спирмена при $p \leq 0,05$). Выборку составили 184 студента различных медицинских университетов.

Результаты. По методике К. Маслач у респондентов зафиксирован средний уровень эмоционального истощения ($M=21,7$) при повышенной деперсонализации ($M=12,4$) и редукции личных достижений ($M=37,7$). В ходе исследования обнаружена разветвлённая сеть корреляционных связей между проявлениями выгорания и личностными качествами, где ведущую роль играют показатели эмоционально-волевой сферы. Тесные прямые корреляционные связи установлены между эмоциональным истощением и тревожностью ($r=0,52$; при $p \leq 0,05$), а также внутренним напряжением ($r=0,49$; при $p \leq 0,05$), что убедительно доказывает высокую ранимость встревоженных и фрустрированных учащихся к истощению внутреннего резерва.

Деперсонализация также сильно сопряжена с данными параметрами ($r=0,44$ и $r=0,41$ соответственно; при $p \leq 0,05$), предположительно выступая в роли защитного механизма избегания стресса у эмоционально лабильных лиц.

В свою очередь, редукция личных достижений обнаруживает обратные корреляции с тревожностью и напряжением ($r=-0,36$ и $r=-0,32$; при $p \leq 0,05$) и прямые с самоконтролем ($r=0,25$; при $p \leq 0,05$) и смелостью ($r=0,22$; при $p \leq 0,05$), что акцентирует важность веры в свои силы для удержания здоровой профессиональной самооценки. Примечательно, что такие факторы, как нормативность поведения, интеллект, доминантность и экспрессивность, не обнаружили значимых связей с выгоранием, что указывает на их второстепенную роль в развитии синдрома эмоционального выгорания на фоне интенсивного учебного стресса.

Выводы. Проведенное исследование установило, что главными детерминантами эмоционального истощения у студентов-медиков являются тревожность, напряжённость и эмоциональная неустойчивость, тогда как стабильность психики, бесстрашие и самоконтроль играют защитную роль. Установленные закономерности обосновывают необходимость внедрения целенаправленного психологического сопровождения, ориентированного на формирование навыков управления эмоциями и повышения стрессоустойчивости, с особым фокусом на учащихся группы риска. Полученные сведения служат фундаментом для разработки индивидуализированных программ предупреждения, а направление последующих изысканий сопряжено с исследованием изменения этих взаимосвязей и оценкой продуктивности корректирующих мероприятий.