

Соколова В.Н.

**ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ
НА ЭТАПАХ ПЕРЕХОДА ОТ АДАПТАЦИИ К КЛИНИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ САМООПРЕДЕЛЕНИЮ**

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. Синдром эмоционального выгорания врачей, формирующийся в вузе под влиянием хронического стресса, — медико-социальная проблема, затрагивающая личность, качество помощи и систему здравоохранения. Гипотеза: уровень и структура выгорания у студентов-медиков динамично меняются по этапам обучения, достигая пика в период клинической практики, а эмпатия и карьерные ориентации могут быть как фактором риска, так и ресурсом профилактики.

Цель: изучить динамику выгорания у студентов-медиков на разных этапах обучения, выявить его связи с эмпатией и карьерными ориентациями, определить критические периоды и адаптационные факторы.

Материалы и методы. Выборка: 133 студента 1, 4, 6 курсов СЗГМУ им. И.И. Мечникова (33,57,43). Этапы: начальная адаптация (1 курс), переход к клинической практике (4 курс), погружение в профсреду (6 курс). Методики: опросник выгорания К. Маслач (MBI), «Якоря карьеры» Э. Шейна, опросник эмпатии М. Дэвиса (IRI). Статистика: первичные статистики, корреляция Спирмена ($p \leq 0,05$), t-критерий Стьюдента (Statistica).

Результаты и их обсуждение. Показатели эмпатии по опроснику М. Дэвиса на изучаемых курсах показали средние нормативные значения. Параметры синдрома эмоционального выгорания к 6 курсу снижаются до средних значений: эмоциональное истощение: 1 курс $M=28,27$, 4 курс $M=23,47$; 6 курс $M=18,77$; деперсонализация – 1 курс: $M=14,88$, 4 курс: $M=12,37$; 6 курс $M=9,86$; редукция личных достижений – 1 курс $M=27,9$, 4 курс $M=29,72$; 6 курс $M=29,70$. Сравнительный анализ (t-критерий Стьюдента): сопереживание (1&6: $t=1,72$, $p \leq 0,032$; 4&6: $t=1,91$, $p \leq 0,03$); эмпатическая забота (1&6: $t=2,7$, $p \leq 0,003$; 4&6: $t=2,8$, $p \leq 0,005$). 4 курс — критический этап: эмоциональное истощение (1&4: $t=-4,8$, $p \leq 0,03$; 1&6: $t=-9,5$, $p < 0,001$; 4&6: $t=-4,7$, $p \leq 0,03$); деперсонализация (1&4: $t=-2,5$, $p \leq 0,06$; 1&6: $t=-5,01$, $p < 0,001$; 4&6: $t=2,52$, $p \leq 0,01$); редукция (1&4: $t=1,8$, $p \leq 0,04$; 1&6: $t=1,8$, $p < 0,05$). К 6 курсу показатели снижаются – формирование адаптации.

Корреляционный анализ: на 1 курсе эмоциональное истощение отрицательно коррелирует с эмпатической заботой ($r=-0,28$) автономией ($r=-0,56$) и служением ($r=-0,3$), положительно с эмпатическим дистрессом ($r=0,48$); на 4 курсе эмоциональное истощение отрицательно связано с децентрацией ($r=-0,28$) и сопереживанием ($r=-0,39$); редукция личных достижений положительно коррелирует с сопереживанием ($r=0,39$). У 6 курса эмоциональное истощение отрицательно связано с децентрацией ($r=-0,38$), деперсонализация отрицательно коррелирует с децентрацией ($r=-0,53$), эмпатической заботой ($r=-0,43$); редукция личностных достижений положительно связана с децентрацией ($r=0,38$), сопереживанием ($r=0,41$), эмпатической заботой ($r=0,57$).

Выводы. Выявлена сложная неравномерная динамика выгорания: пик эмоционального истощения и деперсонализации приходится на 4 курс (период начала активной клинической практики), к завершению студенчества показатели снижаются, что свидетельствует о формировании адаптационных механизмов. Обнаружен «эмпатический парадокс»: к концу обучения эмпатия снижает деперсонализацию, но повышает редукцию личных достижений, отражая конфликт между завышенными требованиями к себе и несформированной самооценкой. Полученные данные обосновывают необходимость внедрения профилактических программ, направленных на развитие осознанной эмпатии, психологической устойчивости и адекватной самооценки будущих врачей.