

Музаффарова М. Ш.

**ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ВЫГОРАНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ КАЗАНСКОГО ГМУ**

Научный руководитель ст. преп. Тазетдинова А. Б.

Кафедра общей гигиены

Казанский государственный медицинский университет, г. Казань

Актуальность. «Ничто не является для человека такой сильной нагрузкой и таким сильным испытанием, как другой человек», – эту метафору можно положить в основу исследований синдрома профессионального выгорания (СПВ). СПВ – долговременная стрессовая реакция, возникающая из-за продолжительных стрессов у лиц, профессии типа человек-человек. Особенно подвержены медицинские работники.

Цель: выявление выраженности признаков синдрома эмоционального выгорания у студентов Казанского ГМУ с последующей разработкой профилактических мероприятий.

Материалы и методы. Объектом исследования стали студенты Казанского ГМУ 1,3 и 6 курсов. Всего в исследовании приняло участие 172 респондента. Использовался метод анкетирования. Для выявления эмоционального выгорания использовался опросник МВИ (авторы: К. Маслач и С. Джексон). Также был использован тест на самооценку стрессоустойчивости личности (авторы: Л. П. Пономаренко, Р. В. Белоусова).

Результаты и их обсуждение. Было выявлено, что большинство студентов имеют высокую степень эмоционального истощения, независимо от курса. При анализе была выявлена взаимосвязь между симптомами эмоционального выгорания и уровнем стрессоустойчивости респондентов, то есть чем ниже уровень стрессоустойчивости, тем выше степень развития симптомов СПВ. Осознанный выбор профессии, по собственному решению, а не по совету кого-либо, снижает риск развития синдрома эмоционального выгорания. Не сознательный выбор будущей специальности, при настоятельных советах близких, ведет к неудовлетворенности будущей профессией уже на 1 курсе обучения и появлению желания сменить выбранную специальность. Данные факторы являются детерминирующими развитию СПВ и требуют проведения профилактических мероприятий.

Выводы. Полученные данные свидетельствуют, о высокой приверженности студентов СПВ. Очевидно, что внимание к данной проблеме должно иметь место на разных этапах и уровнях обучения студентов:

- 1) проведение просветительской работы среди родителей абитуриентов, с использованием буклетов и плакатов, пропагандирующих свободный выбор будущей специальности;
- 2) проведение психологического тестирования на профессиональную пригодность для абитуриентов, после 1 и 3 курса обучения;
- 3) проведение профориентационных мероприятий во время обучения;
- 4) выделение штата для психолога, к которому студенты смогут обратиться в любое время;
- 5) увеличение часов производственной практики;

Такой системный характер комплексных мероприятий на всех уровнях, по нашему мнению, должен обеспечить эффективную профилактику синдрома эмоционального выгорания у студентов и в дальнейшем снизить распространенность СПВ среди медицинских работников.