

*Я.Г. Труханович***ОЦЕНКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКИХ УНИВЕРСИТЕТОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ***Научный руководитель: д-р мед. наук, проф. И.Н. Мороз**Кафедра общественного здоровья и здравоохранения**Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск**Y.G. Trukhanovich***EVALUATION OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME OF STUDENTS
OF MEDICAL UNIVERSITIES OF THE REPUBLIC OF BELARUS***Tutor: DM, prof. I.N. Moroz**Department of Public Health and Healthcare**Belarusian State Medical University, Minsk*

Резюме. Синдром эмоционального выгорания часто встречается у студентов медицинских специальностей из-за высокой нагрузки, эмоционального напряжения и требований к себе. Эмоциональное выгорание также может негативно сказываться на состоянии здоровья, мотивации студентов к обучению, потере интереса к учебе, возникновению чувства беспомощности и отчаяния, что в свою очередь может привести к снижению успеваемости и ухудшению общего благополучия, а в дальнейшем к ухудшению профессиональных навыков и знаний, мотивации к развитию и совершенствованию, возникновению чувства отчуждения и безучастности по отношению к пациенту, отсутствие внимательными к деталям, что повышает риск ошибок в диагностике и лечении пациентов.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания (СЭВ), опросник Маслач, умственного истощения у студентов медицинских специальностей.

Resume. Burnout syndrome is often found among medical students due to high workload, emotional stress and demands on themselves. Emotional burnout can also negatively affect students' health, motivation to learn, loss of interest in learning, feelings of helplessness and despair, which in turn can lead to a decrease in academic performance and a deterioration in overall well-being, and subsequently to a deterioration in professional skills and knowledge, motivation for development and improvement, a feeling of alienation and indifference towards the patient, lack of attention to detail, which increases the risk of errors in the diagnosis and treatment of patients.

Keywords. emotional burnout syndrome (EBS), Maslach questionnaire, mental exhaustion in medical students.

Актуальность. Синдром эмоционального выгорания - состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее как результат хронического стресса на работе, учебе. Развитие данного синдрома характерно в первую очередь для профессий, связанных оказанием помощи людям (медицина, социальная сфера, образование), что приводит к истощению эмоциональных, умственных и физических ресурсов. [1]. Синдром эмоционального выгорания проявляется как психологический механизм защиты, при котором человек исключает или частично подавляет свои эмоции в ответ на стрессовые ситуации. Отсутствие резервов самообладания и саморегуляции может быть одним из факторов, приводящих к синдрому эмоционального выгорания: человек не умеет эффективно управлять своими эмоциями и стрессом, подвержен чрезмерному вовлечению и эмоциональной перегрузке, затрудняется в восстановлении после трудных ситуаций и испытывать затруднения в поддержании эмоциональной стабильности. Синдром

эмоционального выгорания часто встречается у студентов медицинских специальностей из-за высокой нагрузки, эмоционального напряжения и требований к себе. Эмоциональное выгорание также может негативно сказываться на состоянии здоровья, мотивации студентов к обучению, потере интереса к учебе, возникновению чувства беспомощности и отчаяния, что в свою очередь может привести к снижению успеваемости и ухудшению общего благополучия. В дальнейшем снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении обязанностей, в лимитировании своей вовлеченности в профессию за счет перекладывания обязанностей и ответственности на других людей, к изоляции от окружающих, отстраненность и неучастие, избегание работы сначала психологически, а затем физически.

Цель: оценить уровень синдрома эмоционального выгорания студентов медицинских университетов Республики Беларусь.

Задачи:

1. Оценить уровни «Эмоционального истощения», «Деперсонализации», «Редукции профессиональных достижений», характеризующих эмоциональное выгорание студентов медицинских университетов.
2. Определить уровень эмоционального выгорания среди студентов, работающих и не работающих в учреждениях здравоохранения.
3. Оценить уровень эмоционального выгорания студентов медицинских университетов, основанного на интегральном индексе.

Материалы и методы. При проведении исследования использовались социологический (анкетирование) и статистический методы. Объем исследования составил 2385 человек. Анкетирование респондентов осуществлялась на основании разработанной анкеты, которая включала опросник К.Маслач и дополнительные вопросы, касающиеся различных сфер жизни респондентов: удовлетворенность и степень мотивации к обучению, участие в научной и общественной деятельности университета, установление коммуникаций различного уровня, причины возникновения стресса и др.

При проведении социологического исследования был использован опросник К.Маслач (Maslach Burnout Inventory, MBI), предназначенный для диагностики профессионального выгорания. В 2007 году в НИПНИ им. Бехтерева была проведена адаптация оригинального опросника К. Маслач применительно к медицинским работникам (Н.Е.Водопьянова). Методика была дополнена математической моделью вычисления интегрального индекса перегорания (ИИП). Определение ИИП производится на основе теста MBI (Maslach Burnout Inventory), включающего измерения основных показателей синдрома перегорания – «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация» и «Редукция профессиональных достижений».

Полученные данные анализировались с применением параметрических и непараметрических методов исследования, таких как метод описательной статистики, метод оценки достоверности (Chi-square test, χ^2 , p). Статистическая обработка данных осуществлялась с применением программ пакета «Statistica 10».

Результаты и их обсуждение. В исследовании приняли участие 46,1% (1099 человек) студентов Белорусского государственного медицинского университета, 29,8% студентов (710 респондентов) Гомельского государственного медицинского

университета, 18,9% студентов (451 человек) Гродненского государственного медицинского университета, 5,2% студентов (125 респондентов) Витебского государственного медицинского университета.

Почти 17% респондентов (396 человек) обучаются на 1-м курсе медицинского университета, 12,7% респондентов (304 человека) - студенты 2-го курса, 29,8% респондентов (711 человек) - студенты 3-го курса, 17,1% (408 человек) - студенты 4-го курса, 13,1% (313 человек) – студенты 5-го курса, 10,6% респондентов (253 человека) – студенты 6-го курса. Работают в учреждениях системы здравоохранения (младшим/средним медицинским персоналом) почти 17% респондентов, что обусловлено преобладанием среди опрошенных обучающихся 1-4 курсов. Более половины респондентов (53,1%) проживают в общежитии. Среди опрошенных преобладали студенты, обучающиеся на лечебном факультете, удельный вес которых составил 45,7% (1090 человек).

Одним из основных показателей, характеризующих эмоциональное выгорание по К. Маслач является эмоциональное истощение, которое сопровождается утратой интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущением «пресыщенности» учебной/работой, неудовлетворенностью жизнью в целом. Высокий уровень эмоционального истощения отмечается у 45,9% респондентов, средний – у 33,9% респондентов, низкий – у 20,2%. Установлены статистически значимые различия уровня эмоционального истощения среди работающих и неработающих студентов в учреждениях здравоохранения (Chi-square test: $\chi^2 = 6.3$, $p = 0.041$). Удельный вес респондентов с низким уровнем эмоционального истощения был выше среди неработающих студентов, чем среди работающих (15,9%) и соответственно составил 21,1%. Почти для половины респондентов (особенно для работающих студентов) характерно наличие значительной степени выраженности эмоционального истощения, что требует особого внимания и психологической поддержки данной категории студентов.

Оценка уровня деперсонализации показала, что для 38,7% респондентов был характерен высокий уровень, для 26,1% респондентов - средний, 35,1% респондентов – низкий. Уровень оценки «Деперсонализация» статистически значимо различался среди работающих и неработающих студентов в учреждениях здравоохранения (Chi-square test: $\chi^2 = 28.7$, $p = 0.0001$). Удельный вес респондентов с высокой степенью был выше среди работающих студентов, чем среди неработающих (36,5%) и соответственно составил 49,6%. Настораживает тот факт, что почти у 40 % респондентов, в т.ч. у половины работающих студентов, отмечается высокий уровень деперсонализации, который может свидетельствовать о бесчувственном, негуманном отношении к пациентам, формировании формальных и обезличенных контактов с пациентами, возникновении негативных установок, имеющих поначалу скрытый характер и проявляющихся во внутренне сдерживаемом раздражении, которое со временем может привести к конфликтам.

«Редукция профессиональных достижений» отражает степень удовлетворенности респондентов собой как личностью и как будущего профессионала. Неудовлетворительное значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в

отношении обучения, тенденцию к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, отстраненность и неучастие, избегание работы сначала психологически, а затем физически. Анализ уровня редукции профессиональных достижений свидетельствует о том, что у 39,7% респондентов отмечается высокий уровень, 33,8% респондентов – средний, 26,5% респондентов – низкий. Почти 40% респондентов испытывают чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере, осознание успеха или неуспеха в ней, т.е. восприятие и внутренние переживания, «оценивание себя» в профессии, что необходимо учитывать при формировании индивидуальной траектории образовательного процесса. Статистически значимых различий уровней оценки «Редукция профессиональных достижений» среди работающих и неработающих студентов в учреждениях здравоохранения не установлено (Chi-square test: $\chi^2 = 3.49$, $p = 0.17$). Высокий уровень оценки отмечался у 43% работающих и у 39% неработающих студентов.

Общая оценка интегрального индекса, характеризующего уровень эмоционального выгорания респондентов, свидетельствует о том, что высокий уровень отмечается у 41,0% респондентов, средний – у 44,5% респондентов, низкий – у 15,5%. Общая оценка интегрального индекса статистически значимо выше у работающих студентов, чем у неработающих (Chi-square test: $\chi^2 = 17.8$, $p = 0.0001$). Среди работающих студентов, удельный вес респондентов с высокой, средней и низкой оценкой интегрального индекса, характеризующего уровень эмоционального выгорания респондентов, соответственно составил 49.2%, 41.3% и 9.5%. Среди неработающих студентов, удельный вес респондентов с высокой, средней и низкой оценкой интегрального индекса, характеризующего уровень эмоционального выгорания респондентов, соответственно составил 39.4%, 45.1% и 15.5%.

Выводы:

1. Общая оценка интегрального индекса, характеризующего уровень эмоционального выгорания респондентов, свидетельствует о том, что высокий уровень отмечается у 41,0% респондентов, что обусловлено особенностями образовательного процесса.
2. Более высокая степень эмоционального выгорания отмечается у респондентов, сочетающих учебу и работу в учреждениях здравоохранения. Высокие значения общей оценки интегрального индекса характерны для 49.2% студентов, работающих в учреждениях здравоохранения.

Литература

1. Скугаревская, М.М. Диагностика, профилактика и терапия синдрома эмоционального выгорания: инструкция по применению / М.М. Скугаревская. - Минск: БГМУ, 2003.
2. Полякова, О.Б. Физиологические симптомы нервно-психического напряжения у медицинских работников с профессиональными деформациями / О.Б. Полякова, Т.И. Бонкало // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2020. – № S2. – С. 1195–1201..
3. Бухтияров И. В., Рубцов М. Ю. Профессиональное выгорание как результат напряжения и перенапряжения. Актуальные проблемы медицины труда: сборник трудов Саратовского государственного университета. Саратов, 2018:266—93.
4. Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография по ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С.А. Подсадного, Л.Н. Юрьевой, С.А. Игумнова ; Курск. гос. ун-т. –

Курск – 2008 – 336 с

5. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. СПб.: Питер, 1999. 105 с.

6. Лозинская Е.И., Лутова Н.Б., Вид В.Д. Системный индекс синдрома перегорания (на основе теста МВІ). Методические рекомендации. НИПНИ им. Бехтерева, 2007. -82с.