

Секция «Клиническая психология, психосоматика и психология телесности»

Эмоциональное выгорание как проблема медицинских сестёр в период экстремальных профессиональных нагрузок связанных с COVID-19

Научный руководитель – Лупекина Елена Александровна

Булдачёва Алина Сергеевна

Студент (специалист)

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины, Факультет психологии и педагогики, Кафедра психологии, Гомель, Беларусь

E-mail: abuldachova@mail.ru

Пандемия COVID-19 - это самый большой вызов нашего времени. Медицинские сестры находятся на переднем крае борьбы с ней и делают даже больше, чем должны, чтобы сохранить работоспособность систем здравоохранения. Физически и умственно истощенные медсестры работают круглосуточно, обеспечивая уход и подвергая себя риску заражения. Сказанное выше определяет актуальность темы нашего исследования.

В зарубежной психологии синдром эмоционального «выгорания» исследуется довольно давно. В отечественной психологии интерес к данному явлению возник относительно недавно.

Существуют различные определения «выгорания». В наиболее общем виде это явление рассматривается как долговременная стрессовая реакция или синдром, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. В связи с этим синдром «эмоционального выгорания» (в зарубежной литературе он известен под термином «burnout») обозначается рядом авторов понятием «профессиональное выгорание», что позволяет рассматривать это явление в аспекте личной деформации профессионала под влиянием профессиональных стрессов. [1, с.85]

В соответствии с моделью К. Маслач и С. Джексон, «выгорание» -рассматривается как ответная реакция на длительные профессиональные стрессы межличностных коммуникаций, включающая в себя три компонента: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию персональных достижений.

По мнению В. В. Бойко, эмоциональное выгорание - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия [2].

Профессия медицинской сестры может быть отнесена к «разряду стрессогенных, требующих от неё самообладания и саморегуляции». В условиях пандемии COVID-19, медсестра находится в экстремальных условиях, в результате которых развивается эмоциональное выгорание. Также, мы полагаем, что стаж работы медицинских сестёр, связан с параметрами эмоционального выгорания.

Цель нашего эмпирического исследования: выявить особенности синдрома эмоционального выгорания у медицинских сестер в зависимости от стажа работы.

Исследование проводилось на базе УЗ «Добрушская центральная районная больница». Период проведения исследования: сентябрь 2020 года - ноябрь 2020 года. В исследовании приняли участие 80 медицинских сестёр женского пола в возрасте от 20 до 54 лет. Выборка формировалась следующим образом: группа 1 - испытуемые 20-31 года обладали стажем работы от 1 до 7 лет (21 человек); группа 2 - испытуемые 31-43 года, со стажем от 7 до 15 лет (23 человека); группа 3 - испытуемые 43-54 лет, со стажем от 15 до 30 лет (36 человек).

В исследовании был использован опросник «эмоционального выгорания» К.Маслач.

Достоверность результатов исследования обусловлена применением методик, соответствующих цели и задачам эмпирического исследования.

Исходя из результатов распределения групп медсестёр по степени выраженности и распространенности синдрома выгорания можно сказать, что по шкале «Эмоциональное истощение» группа 1 имеет средний уровень (62%), группа 2 - низкий уровень (52%), группа 3 - высокий уровень (50%). Высокий уровень проявляется в переживаниях сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущении «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью в целом.

По шкале «Деперсонализация» группа 1 имеет низкий уровень (48%) медсестёр, группа 2 - низкий уровень (57%), группа 3 - средний уровень (50%). Высокий уровень проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях - в негативизме и циничном отношении. На поведенческом уровне «деперсонализация» проявляется в высокомерном поведении, использовании профессионального сленга, юмора, ярлыков. В контексте синдрома перегорания «деперсонализация» предполагает формирование особых, деструктивных взаимоотношений с окружающими людьми.

В шкале «Редукция профессиональных достижений» отражается степень удовлетворенности медсестры собой как личностью и как профессионалом. 1 группа имеет высокий уровень (52%), 2 группа - средний уровень (43%), 3 группа - низкий уровень (44%). Высокий уровень этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении служебных обязанностей, тенденцию к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, отстраненность и неучастие, избегание работы сначала психологически, а затем физически.

Таким образом, можно говорить о потере профессиональной эффективности, сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости у медицинских сестёр 3 группы (стаж 15 лет и более). Группа 2 (стаж от 7 до 15 лет) находится в пределах нормы. В группе 1 (стаж от 1 до 7 лет) отлеживается тенденция к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации.

На наш взгляд, высокие показатели эмоционального выгорания медсестёр, связаны с тем, что они играют важнейшую роль в борьбе с COVID-19 (коронавирусом) и обеспечении здоровья людей во всем мире, они подвергаются сильнейшему стрессу, большой физической и эмоциональной нагрузкой.

Список использованных источников

1. Форманюк, Т. В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т. В. Форманюк // Вопросы психологии. - 1994. - № 6. - С. 54-112.
2. Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других: монография / В. В. Бойко. - М.: Филинъ, 1996. - 472 с.