

Место отдыха в трудовой деятельности медицинских работников

Научный руководитель – Маленова Арина Юрьевна

Спиридонова Ирина Игоревна

Студент (бакалавр)

Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, Омск, Россия

E-mail: hanamiir20@yandex.ru

Реальность диктует увеличение стрессогенности условий труда медицинских работников, что негативно сказывается на качестве их жизни. В связи с этим все более актуальным представляется изучение особенностей ценностного отношения профессионалов к отдыху. Признание отдыха значимой ценностью является условием построения эффективной системы средств поддержки человеком своего функционального состояния, что помогает обеспечить оптимальную работоспособность [3]. Важно отметить, что ценностное отношение к процессам или объектам выступает психологическим содержанием элементов деятельности, являясь посредником между мотивационно-потребностными компонентами личности и образом выполнения деятельности [1]. Исходя из данного положения, мы закономерно вводим тезис М.С. Лузяниной и А.С. Кузнецовой о том, что особенности субъективного отношения к отдыху определяют его эффективность, поскольку переживание этого процесса как положительного и имеющего определенную ценность приводит к усилению его благотворного воздействия, а отрицательная оценка отдыха - напротив, отрицательно сказывается на состоянии личности [2].

Целью нашего исследования стало определение особенностей отношения медицинских работников к отдыху, а также анализ его места в структуре ценностей специалистов разной квалификации. Выборку составили сотрудники Омского перинатального центра (41 человек: 19 врачей и 22 представителя среднего медицинского персонала). Для сбора данных использовались авторская анкета на основе инструментария М.С. Лузяниной [3] и методика Е.Б. Фанталовой «Свободный выбор ценностей» [4]. Методы обработки: ϕ -критерий Фишера, коэффициенты Спирмена и Пирсона.

Анкетирование выявило, что 63% опрошенных врачей и 54% среднего медицинского персонала считают отдых процессом, доставляющим удовольствие. Тогда как оценка его необходимости для восстановления сил для дальнейшей успешной работы встречается у 37% и 46% опрошенных, соответственно. При этом, специалисты обеих групп сталкиваются со значительным напряжением во время работы (более 55% опрошенных) и усталостью после нее (более 60%). Ни один работник перинатального центра не имеет низкого уровня усталости или напряжения. Учитывая интенсивность работы, выполняемой врачами и средним медицинским персоналом, ситуация признания отдыха, скорее, удовольствием, а не способом восстановления сил представляется весьма неблагоприятной. Такая позиция снижает возможность организации по-настоящему эффективного отдыха специалистов. Эта идея подтверждается данными о соотношении между ценностью и доступностью отдыха. С одной стороны, согласно критериям методики Е.Б. Фанталовой, большая часть медицинских работников находится в состоянии нейтральной зоны (больше среди врачей), когда актуальная потребность воплощается в жизни, и ни один из опрошенных специалистов обеих квалификационных групп не находится в состоянии внутреннего вакуума, когда отдых является легкодоступным объектом, но не представляет значимости. С другой, у части опрошенных (больше у среднего медицинского персонала, чем у врачей: $\phi_{эмп.} = 1,42$ при $p \leq 0,07$) имеется явный внутренний конфликт: ценность отдыха намного превышает его доступность и реализация потребности блокируется.

Нами получены данные о дополнительных препятствиях на пути к реализации эффективного отдыха в жизни медицинских работников. Для врачей отдых - это смена деятельности и время для личной жизни. Средний медицинский персонал менее расположен к активности, называя отдыхом спокойствие, расслабление. Представители обеих групп описывают отдых как отвлечение от работы, без потенциальной связи эффективности отдыха и продуктивности труда. Работа оценивается медицинскими работниками преимущественно словами «зарботок» и «необходимость», что характеризует негативное отношение к деятельности и может пагубно воздействовать на функциональное состояние. Медицинские работники закономерно отмечают прилив сил после отдыха разной длительности, но средний медицинский персонал в основном сообщает о полном исключении микроперерывов из графика и остается часть специалистов, не отслеживающих ухудшение работоспособности с целью своевременно взять паузу в работе, что говорит о пренебрежении ценностью отдыха.

Дальнейший корреляционный анализ показал, что при оценке значимости, у врачей отдых положительно связан с такими ценностями, как здоровье, интересная работа, материально обеспеченная жизнь, познание, семья, свободы, активной деятельной жизни, социального статуса и ценность признания людьми ($p \leq 0,05$). У среднего медицинского персонала выявлены сильные положительные взаимосвязи отдыха с ценностями переживания прекрасного, уверенности в себе, познания и творчества ($p \leq 0,01$). В отношении доступности отдыха, большее количество связей, как и при оценке значимости, были обнаружены у группы врачей. У них доступность отдыха связана с доступностью таких ценностей, как друзья, здоровье, любовь, семья, материальное благополучие, уверенность в себе, познание. У среднего медицинского персонала доступность отдыха имеет только связь с уверенностью в себе.

В целом, мы можем сделать вывод о недооценивании медицинскими работниками отдыха, что связано с отсутствием у них четкого восприятия отдыха как процесса для восстановления психических и физических ресурсов. Однако обнаруженная двусторонняя связь отдыха с иными, значимыми и доступными ценностями, предположительно поможет найти пути его полноценной реализации, способствующие позитивным изменениям не только в деятельности, но и в жизни специалистов медицинского профиля.

Источники и литература

- 1) Алексеева Е.М. Смысловая детерминация психических состояний: общие закономерности и гендерные особенности // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Том 12. Серия психологические науки. Выпуск «Гендерная психология». 2006. № 1. С. 90-94.
- 2) Лузянина М. С., Кузнецова А. С. Типологические особенности отношения к работе и отдыху как фактор эффективности труда и удовлетворенности жизнью современного профессионала // Прикладная юридическая психология. 2014. №3. С. 148-157.
- 3) Лузянина М.С. Роль представлений об отдыхе в саморегуляции функциональных состояний: дис. канд. наук: 19.00.03. – М., 2015. – 188 с.
- 4) Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. – Самара: БАХРАХ-М, 2001. – 128 с.