

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ СРЕДИ ВРАЧЕЙ СТОМАТОЛОГОВ-ХИРУРГОВ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

*Алтайский государственный медицинский университет, кафедра
хирургической стоматологии и челюстно-лицевой хирургии, г. Барнаул*

Гатальская И.Ю., Бесекеева С.А.

«Per aspera ad astra», что в переводе с латинского языка обозначает «через тернии к звездам», фраза, под девизом которой многие представители «белого халата» начинают свой путь в медицинской деятельности. Но, к сожалению, не все осознают, насколько терниста данная дорога. Горящие сердцем, влюбленные в своё дело люди, идущие в профессию хирурга-стоматолога, с открытой душой и легкой рукой исполняющие свой истинный долг, сталкиваются с ситуациями, которые ставят под удар их труд. Данная тема является краеугольным камнем в сложившейся ситуации в мировой медицине, неспроста ей уделяют особое внимание, на что указывает международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем десятого пересмотра (МКБ-10), под кодировкой Z-73 «Стресс, связанный с трудностями управления своей жизнью».

Цель работы: изучить и проанализировать степень эмоционального выгорания среди врачей-стоматологов хирургов Алтайского края.

Задачи исследования:

1. На основании данных литературных источников, описать методы сравнительного исследования среди врачей стоматологов хирургов разных возрастов и рабочего стажа.
2. Провести анкетирование врачей стоматологов-хирургов Алтайского края.
3. Провести анализ анкет опрашиваемых.

Материалы и методы. Любые теоретические постулаты требуют практического подтверждения, поэтому с целью определения уровня эмоционального выгорания врачей стоматологов-хирургов Алтайского края в 2022-2023 годах в Рубцовской стоматологической поликлинике и Стоматологической поликлинике города Бийска проведено анкетирование. Для определения уровня эмоционального выгорания врачам были предложены 3 анкеты, позволяющие оценить различные стороны психологического комфорта на рабочем месте и в быту.

В анкетировании приняли участие врачи с различным рабочим стажем, возраста и пола. После статистической обработки полученных данных анкетлируемые были сгруппированы в 4 группы, ярко описывающие уровень эмоционального выгорания в крае. Всего в исследовании участвовало 20 человек, из которых 10 мужчин, 10 женщин.

Результаты. В первую группу были включены ответы врачей мужского пола, имеющих стаж работы около 13 лет. Удалось выяснить, что последовательность над негативными аспектами у опытных врачей выстроилась в следующем порядке: редукция личностных качеств - эмоциональное истощение - деперсонализация. Согласно анкете №2, имеются следующие мини-выводы: Сложившийся синдром «Неудовлетворённость собой», несложившийся синдром «Загнанность в клетку», сложившийся синдром «Редукция профессиональных обязанностей», складывающийся синдром «Эмоциональная отстраненность» и сложившийся синдром «Личностная отстраненность». Итогом данного промежуточного результата является выраженное эмоциональное выгорание. Последний опрос указывает на то, что показатели средние, и наилучший выход из ситуации - это взять отпуск, отключиться от рабочих дел.

Согласно исследованиям второй группы отобранных лиц, в которую входят молодые специалисты мужского пола с опытом работы до 2 лет, результаты более оптимистичны: главенствует симптом редукции личностных достижений, далее следует эмоциональное истощение и

деперсонализация. Диагностика В.В. Бойко показала, что единственный сложившийся симптом у данной группы «Неудовлетворенность собой, в отличие от этого, другие симптомы как «Загнанность в клетку», «Редукция профессиональных обязанностей», «Эмоциональная отстраненность» и «Личностная отстраненность» не сформировались вовсе. Следовательно, эмоциональное выгорание отсутствует.

Далее в программе участвовала группа женщин с рабочим стажем около 6 лет, которые в отличие от сильного пола показали результаты не хуже, а лучше. На первом месте по тенденции на убывание следует эмоциональное истощение, редукция личностных достижений, деперсонализация. Говоря о сложившихся симптомах, которые заключаются в «Неудовлетворенности собой» и «Редукции профессиональных обязанностей», можно сказать, что не все так плохо, поскольку есть обратимые симптомы, которые только набирают обороты: «Эмоциональная отстраненность», «Личностная отстраненность» и не сложившийся синдром «Загнанность в клетку». Совокупность приводит к выводу, что эмоциональное выгорание присутствует только в начальной стадии. Наилучший выход из ситуации - взять отпуск, отключиться от рабочих дел.

Замыкающими в нашем списке, но не последними по значимости следуют молодые и начинающие свой путь в профессии представительницы прекрасного пола со стажем работы около 2 лет. Показатели меняют свою последовательность: на первое место выдвигается редукция личностных достижений, далее эмоциональное истощение и деперсонализация. А также мы имеем два сложившихся синдрома: «Неудовлетворенность собой» и «Редукция профессиональных обязанностей». К радостному фактору относятся синдромы, находящиеся в стадии зарождения «Загнанность в клетку», «Эмоциональная и личностная отстраненность» и, следовательно, им не грозит эмоциональное выгорание.

Рекомендации:

1) определение краткосрочных и долгосрочных целей (выработка мотивации для достижения намеченного).

2) использование «технических перерывов» позволяет на некоторое время отвлечься от рабочего процесса и привести силы в порядок.

3) освоение путей устранения стресса - изменение социального, психологического и организационного окружения на рабочем месте, обеспечение большей автономности работника, организация специальных тренингов для поднятия общего духа в коллективе.

4) профессиональное развитие и самосовершенствование (общение с врачами других специальностей расширяет кругозор, придает силы и понимание, что ты такой не один).

5) уход от ненужной конкуренции (бывают ситуации, когда в гонке за успех, тревога и страх не стоят выигрыша, поэтому нужно тщательней расставлять приоритеты).

6) поддержание хорошей физической формы (сбалансированное питание, здоровый сон, отказ от курения и алкоголя идет на пользу в любых сочетаниях).

Уровень жизни, социальная среда человека предполагает стресс, и это к сожалению, неизбежно. Нужно понимать и отдавать себе отчет, что работа — это всего лишь часть жизни, и стресс - неотъемлемая его составляющая. Профилактируя данные состояния эмоционального выгорания, следует стараться рассчитывать и обдуманно распределять свои нагрузки, учиться переключаться с одного вида деятельности на другой, проще относиться к конфликтам на работе, беречь физическое и психологическое здоровье.

Список литературы:

1. Бердяева И. А., Войт Л. Н. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей. Дальневосточный медицинский журнал. 2012; 2: 117-120.

2. Борисова О. Н., Токарев А. Р., Троицкий М. С. Профессиональный стресс у врачей (краткий обзор отечественной литературы). Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2019; 13(6): 155-160.
3. Говорин Н. В., Бодагова Е. А. Синдром эмоционального выгорания у врачей. Оргздрав: Новости. Мнения. Обучение. Вестник ВШОУЗ. 2016; 1 (3): 98-106.
4. Елисеев Ю. Ю. и др. Современное состояние условий труда врачей-стоматологов. Современная стоматология. 2014; 2 (59): 43-49.
5. Ермолаева Л. А., Мироненко О. В., Шенгелия З. Н. Синдром эмоционального выгорания у врачей-стоматологов Санкт-Петербурга. Институт стоматологии. 2010; 4: 14-15.
6. Засеева И. В., Татров А. С. Сравнительный анализ синдрома эмоционального выгорания у врачей и медицинских сестер отделения анестезиологии и реанимации в условиях региона. Фундаментальные исследования. 2013; 6-1: 184-188.
7. Кобякова О. С. и др. Эмоциональное выгорание у врачей и медицинские ошибки. Есть ли связь? Социальные аспекты здоровья населения. 2016; 47(1): 5.
8. Кодлубовская Т. Б. Особенности проявления признаков эмоционального выгорания у врачей. Вопросы психологии. 2014; 2: 75-80.
9. Мурашкин М. С., Шаршакова Т. М. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности врачей. Проблемы здоровья и экологии. 2020; 2 (64): 119-123.
10. Несын В. В., Несына С. В. Эмоциональное выгорание врачей. Образовательный вестник «Сознание». 2019; 21(6): 19-23.
11. Огнерубов Н. А., Карпова Е. Б. Синдром эмоционального выгорания у врачей и студентов медицинских вузов. Вестник российских университетов. Математика. 2017; 22(1): 222-232.
12. Огнерубов Н. А. Синдром эмоционального выгорания у врачей. Вестник российских университетов. Математика. 2013; 18(4-1); 1337-1341.

13. Пащенко М. В., Куташов В. А. К проблеме эмоционального выгорания у врачей. Молодой ученый. 2015; 23: 368-370.

14. Самохвалов А., Крылов Н., Вычужанин Д. Синдром эмоционального выгорания у врачей (сколько лет мне осталось?). Врач. 2017; 9: 2-5.

15. Силкина А. А., Саншокова М. К., Сергеева Е. С. Синдром «эмоционального выгорания» среди врачей различных специальностей в России и за рубежом. Бюллетень медицинских Интернет-конференций. Общество с ограниченной ответственностью «Наука и инновации». 2014; 4(11): 1247-1250.

Как цитировать:

Гатальская И.Ю., Бесекеева С.А. Эмоциональное выгорание среди врачей стоматологов-хирургов Алтайского края. Материалы V конференции с международным участием «По итогам НИР: наука и практика в стоматологии». Барнаул. Scientist. 2023; 3 (25): 84-89.
