

**СЕКЦИЯ 4**  
**«СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЕ НАУКИ»**

УДК [613.86:614.25]:[616.98:578.834.1]

**АНАЛИЗ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ВРАЧЕЙ,  
РАБОТАЮЩИХ В КРАСНЫХ ЗОНАХ**

*Бондарь В. Н., Моисеенко Е. А.*

**Научный руководитель: к.пс.н., доцент Ж. И. Трафимчик**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

**Введение**

Страх неизвестности, потеря близких, агрессивный новостной фон и резкие изменения условий жизни — пандемия стала катализатором многих проблем и сильно отразилась не только на физическом, но и ментальном здоровье многих людей. В зоне риска оказались врачи, которые борются за жизнь пациентов. За два года непрерывной работы в «красных зонах» многие из них оказались физически и морально истощены. Врачи всегда были подвержены выгоранию, но в условиях пандемии фактор риска достиг критической точки.

Выгорание является глобальной проблемой, связанной с дистрессом, возникающим в процессе выполнения трудовой деятельности, имеющей потенциал отрицательного влияния на психическое и физическое здоровье человека.

**Цель**

Анализ интегрального показателя эмоционального выгорания (ЭВ) врачей, длительно работающих в «красной зоне».

**Материал и методы исследования**

Для оценки уровня эмоционального выгорания применялся опросник «Диагностика эмоционального выгорания» (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой). В ходе работы было опрошено 72 врача различных специальностей, работающих длительное время в «красных зонах». Возрастной диапазон респондентов от 23 до 48 лет. По стажу работы распределение следующее: от 1 до 6 лет — 40 респондентов, от 6 до 15 — 18 респондентов, от 15 до 25 — 14 респондентов.

В ходе исследования врачам предлагался бланк, состоящий из 22 утверждений о чувствах и переживаниях, связанных с работой. Участникам необходимо было отметить частоту переживаний того или иного чувства, выбрав один из семи вариантов ответов («никогда», «очень редко», «редко», «иногда», «часто», «очень часто», «каждый день»). Ответы испытуемого оценивались следующим образом: 0 баллов — «никогда»; 1 балл — «очень редко»; 2 балла — «редко»; 3 балла — «иногда»; 4 балла — «часто»; 5 баллов — «очень часто»; 6 баллов — «каждый день».

Интерпретация результатов проводилась при вычислении значений 3-х шкал: эмоциональное истощение (максимальная сумма баллов — 54), деперсонализация (максимальная сумма баллов — 30), редукция личных достижений (максимальная сумма баллов — 48).

Подсчет интегрального индекса выгорания производили по следующей формуле:

$$\rho = \sqrt{\frac{\left(\frac{EE_x}{54}\right)^2 + \left(\frac{DP_x}{30}\right)^2 + \left(1 - \frac{PA_x}{48}\right)^2}{3}}$$

Показатели для подсчета интегрального индекса выгорания:

$EE_x$  — значение респондента по шкале «эмоциональное истощение»;

54 — максимальное значение по шкале «эмоциональное истощение»;

$DP_x$  — значение респондента по шкале «деперсонализация»;

30 — максимальное значение по шкале «деперсонализация»;

$PA_x$  — значение респондента по шкале «редукция профессиональных достижений»;

48 — максимальное значение по шкале «редукция профессиональных достижений».

Итоговое значение может быть от 0 (нет выгорания) до 1 (максимально выраженное выгорание).

Результаты оценивались по следующим критериям:

✓ *Эмоциональное истощение* проявляется в снижении эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, равнодушием, неспособностью испытывать сильные эмоции, как положительные, так и отрицательные, ощущения «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью в целом.

✓ *Деперсонализация* проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях — в раздражительности, негативизме и циничном отношении к коллегам и пациентам.

✓ *Редукция профессиональных достижений* проявляется в негативном оценивании себя, результатов своего труда и возможностей для профессионального развития. Высокое значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении служебных обязанностей [1].

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Анкетирование проводилось в период с декабря 2021 по февраль 2022 гг. В ходе проведенного исследования, направленного на выявление уровня эмоционального выгорания, были получены следующие результаты.

Среднее значение интегрального показателя ЭВ составило 0,592. Высокий уровень (>0,66) деструктивного процесса потери профессиональной эффективности и развития нервно-психической дезадаптации был выявлен у 22 человек (30,6 % от выборки). У большей части опрошенных ( $n = 45$ , 65,3 %) выявлен средний уровень (0,33–0,66) выгорания, у оставшейся части выборки ( $n = 5$ , 9,3 %) отмечена низкая степень комплексного критерия ЭВ.

Распределение значений в зависимости от количества проработанных лет следующее (стажа работы): наивысшие значения деструктивного процесса замечены у врачей, проработавших более 15 лет (0,616), а также у молодых врачей со стажем до 5 лет включительно (0,592). Средний сегмент по стажу проявил в незначительной степени меньший уровень всех критериев эмоционального выгорания (0,579).

Наиболее значимые различия по уровню эмоционального истощения установлены в гендерном отношении: показатель у женщин-врачей ( $n = 50$ , 69,4 %) находится на границе средневысоких значений (0,62), в то время как значения критериев ЭВ у специалистов мужского пола ( $n = 22$ , 30,6 %) оказались на порядок ниже (0,53).

Наибольшие значения определяются у компонента «Эмоциональное истощение» (64,1 %). Низкий уровень эмоционального истощения среди респондентов обнаружен у 4 респондентов (14, 28 %), остальные разделились между средним (55,8 %;  $n = 26$ ) и высоким (81,2 %;  $n = 42$ ) уровнями аффективной лабильности. Значения по двум другим компонентам выгорания («Деперсонализация» и «Редукция личных достижений») находятся в диапазоне среднего уровня: 61,8 и 48,2 % от максимальных значений по данным шкалам.

Наивысший уровень эмоционального выгорания относительно других специальностей выявлен у специалистов терапевтического профиля — 0,64. Для них также характерны самые высокие значения эмоционального истощения (ЭИ) — 72,5 % и редукции личностных достижений (РЛД) — 54,2 %. Наибольшее значение деперсонализации отмечается у неврологов — 67,3 %. Самый низкий показатель ЭВ разделяют врачи двух профилей: педиатрии и физиотерапии — по 0,55. При этом педиатрам свойственная наименьшая деперсонализация 54 %, а для физиотерапевтов характерны наименьшие значения ЭИ — 60,8 % и РЛД — 33,3 % соответственно. Распределение значений критериев ЭВ по специальностям представлено в таблице 1.

Таблица 1 — Сравнительные результаты диагностики критериев эмоционального выгорания у респондентов разных специальностей

Специальность	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция личных достижений	Эмоциональное выгорание
Педиатрия (n = 21)	65,2 %	54 %	45,5 %	0,55
Анестезиология-реаниматология (n = 9)	71,6 %	61,8 %	39,4 %	0,61
Терапия (n = 8)	72,5 %	67,1 %	54,2 %	0,64
Общая врачебная практика (n = 11)	72,4 %	62,1 %	47,4 %	0,6
Физиотерапия (n = 5)	60,8 %	64,7 %	33,3 %	0,55
Неврология (n = 5)	70 %	67,3 %	52,9 %	0,63
Другие специальности (n = 13)	72,2 %	67,2 %	48,6 %	0,63

### Выводы

Труд медицинских работников требует значительной выносливости, предполагает высокую и постоянную психоэмоциональную нагрузку, а также необходимость принятия решений в экстремальных ситуациях. В связи с этим профессиональная деятельность врача несет в себе постоянное развитие психической и физической усталости, безразличия к работе, снижение качества оказания медицинской помощи, развитие негативного и даже циничного отношения к пациентам — т. е. потенциальную угрозу развития СЭВ.

Работа в период пандемии COVID-19 значительно поспособствовала и ускорила деструктивные процессы личности, и так латентно протекающие у медицинских работников. Поэтому данная проблема является особо актуальной и требует активного внедрения методов профилактики и коррекции ЭВ.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Опросник выгорания К. Маслач // Энциклопедия психодиагностики [Электронный ресурс]. 2013. Режим доступа: [https://psylab.info/index.php?title=%D0%9E%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA\\_%D0%B2%D1%8B%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F\\_%D0%9C\\_%D0%B0%D1%81%D0%BB%D0%B0%D1%87&mobileaction=toggle\\_view\\_desktop](https://psylab.info/index.php?title=%D0%9E%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%B2%D1%8B%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%9C_%D0%B0%D1%81%D0%BB%D0%B0%D1%87&mobileaction=toggle_view_desktop). Дата доступа: 11.12.2021.

УДК 614.21-051:[616.98:578.834.1]

## АНАЛИЗ УРОВНЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ВРАЧЕЙ, РАБОТАЮЩИХ В КРАСНЫХ ЗОНАХ

*Бондарь В. Н., Моисеенко Е. А.*

**Научный руководитель: к.п.с.н., доцент Ж. И. Трафимчик**

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный медицинский университет»**

**г. Гомель, Республика Беларусь**

### Введение

Проблема жизнестойкости личности достаточно широко представлена как в классических, так и в современных психологических исследованиях. Отдельной