

**«ВЫГОРАНИЕ» — ЭТО ПЛАТА ЗА ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ
И ЧРЕЗМЕРНОГО СОЧУВСТВИЯ?**

Мироненко Е. С.

Научный руководитель: м.м.н., ассистент А. М. Островский

Учреждение образования

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

Введение

Одной из актуальных проблем современной медицины является «выгорание» медицинских работников. В связи с этим возникает вопрос: с чем в большей степени связано затухание огонька в сердце того, кто стремился всю жизнь лечить, спасать и помогать. Состояние эмоционального выгорания включает в себя три стадии [1]. Первая стадия — «Напряжение». Медицинский работник чувствует неудовлетворенность собой, подавлен, находится в депрессии, тревожности. Вторая стадия — «Резистентность». Начинается неадекватное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация. Третья стадия — «Истощение». Наступает эмоциональный дефицит, отстраненность, различные психосоматические и психовегетативные нарушения.

Цель

Провести социологический опрос и выявить причинно-следственную связь «выгорания» медицинских работников.

Материал и методы исследования

Социологический опрос, статистический и сравнительный анализ данных. На основе самостоятельно разработанной анкеты опрошено 74 человека, из них 43 не имеют отношения к медицине и 31 являются медицинскими работниками.

Результаты исследования и их обсуждение

По итогам проведенного анкетирования было выяснено, что медицинский персонал и люди, не относящиеся к медицине, в той или иной степени имеют абсолютно разное представление о причинах «выгорания».

По данным опроса 74 % медицинских работников на главную причину «выгорания» указали связь между ними и пациентами: отношение пациентов к медикам и близкое принятие к сердцу, неумение забывать проблемы, а наоборот обдумывание их на протяжении долгого времени. Среди опрошенных людей, не относящихся к медицине, 48,8 % указали на «другие причины», которые включают в себя: малую заработную плату, нелюбовь к своей работе. Это говорит о том, что респонденты, не имеющие отношения к медицине, не имеют представления о том, что медицинские работники могут принимать близко к сердцу проблемы и отношение их пациентов к ним, в связи с чем в дальнейшем носить все в себе и думать об этом постоянно, что является очень важными и актуальным в наше время, также это можно связать с рекламой в средствах массовой информации из-за малой информированности наших людей.

В связи с вышеперечисленным важным аспектом является профилактика синдрома «выгорания», включающая в себя простые правила, которые необходимо соблюдать:

- регулярный отдых;
- занятия спортом, йогой, танцами — тем, что будет расслаблять и доставлять удовольствие;
- никогда не заниматься самоедством, а просто пытаться исправлять свои ошибки;
- спать достаточное количество времени, необходимое для организма;
- делать перерывы во время работы;
- научиться говорить «нет»;
- питаться здоровой пищей;
- обдуманно распределять все свои нагрузки;
- уметь переключаться с одного вида деятельности на другой.

Выводы

Таким образом, по результатам исследования были выявлены следующие причины «выгорания»: «близкое принятие к сердцу» проблем пациентов, некомпетентное отношение пациентов, перенапряжение, маленькая заработная плата, а также другие такие, как отсутствие поддержки со стороны друзей или родных, отсутствие времени на отдых, большая профессиональная нагрузка, склонность к самопожертвованию.

Хотелось бы обратить особое внимание на то, что после проведения контент-анализа было выяснено: люди, не относящиеся к медицине, не имеют абсолютно никакого представления о «выгорании» медицинских работников, что является важной проблемой и требует необходимость распространения в средствах массовой информации.

То есть, после проведения сравнительного анализа можно утверждать то, что в большинстве случаев «выгорание» медицинских работников — это плата за оказание помощи и чрезмерного сочувствия пациентам, которые в итоге могут по какой-либо причине некомпетентно поступить.

ЛИТЕРАТУРА

1. Юрьева, Л. Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция / Л. Н. Юрьева. — Киев: Сфера, 2004. — 272 с.

УДК 616-056.24-036.82(476.2)

ДОСТУПНОСТЬ ОБЪЕКТОВ И УСЛУГ В Г. ГОМЕЛЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ФИЗИЧЕСКИМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Миронова К. А., Бернацкая Е. Н.

Научный руководитель: ассистент В. В. Концевая

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Инвалиды относятся к категории так называемого маломобильного населения и являются наименее защищенной, социально уязвимой частью общества. Это связано, прежде всего, с дефектами их физического состояния, а также с имеющимся комплексом сопутствующей соматической патологии и с пониженной двигательной активностью, характерными для большинства инвалидов. Кроме того, в значительной степени социальная незащищенность этих групп населения связана с наличием психологического фактора, формирующего их отношение к обществу и затрудняющего адекватный контакт с ним.

Лица, перенесшие тяжелые физические травмы и ставшие инвалидами, имеют показатели адаптированности статистически значительно ниже, по сравнению с инвалидами детства. В связи с этим, мы можем говорить, что тяжелая физическая травма, ставшая источником инвалидизации личности, является доминирующим фактором ее дезадаптации, что обуславливает необходимость и целесообразность внутреннего психологического вмешательства в психологическое состояние личности для успешной ее адаптации к новым условиям жизнедеятельности.

Психологические проблемы возникают при изолированности инвалидов от внешнего мира, как вследствие имеющихся недугов, так и в результате неприспособленности окружающей среды для инвалидов на кресло-колясках, при разрыве привычного общения. Все это ведет к возникновению эмоционально-волевых расстройств, развитию депрессии, изменениям поведения.

С наступлением инвалидности возникают реальные трудности как субъективного, так и объективного характера, связанные с адаптацией к новым жизненным условиям. Инвалиду во многом затруднен доступ к образованию, трудоустройству, культурным и спортивным