

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»
Кафедра социальной психологии образования и развития

**ВЛИЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАЖА НА ФОРМИРОВАНИЕ
СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ
РАБОТНИКОВ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 442 группы
направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
профиля «Психология образования»
факультета психолого-педагогического и специального образования
Орловой Натальи Андреевны

Научный руководитель:

канд.

Т. Н. Черняева

подпись, дата

Зав. кафедрой

доктор психол. наук,

профессор

Р.М. Шамионов

подпись, дата

Саратов 2018

Введение. Актуальность проблемы: Сама профессиональная деятельность медицинских работников предполагает эмоциональную насыщенность, психофизическое напряжение и высокий процент факторов, вызывающих стресс. Стрессовые ситуации, возникающие на работе – это обычное и часто возникающее явление.

По многим причинам медицинским работникам помимо основных обязанностей приходится в своей работе выполнять не свойственные им функции медицинского психолога и психотерапевта. Врачи испытывают значительную психоэмоциональную нагрузку, которая зачастую приводит к быстрому истощению их психических и эмоциональных ресурсов, что проявляется в виде синдрома выгорания.

Целью исследования является изучение влияния профессионального стажа на формирование синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников.

Предмет исследования: влияние профессионального стажа на формирование синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников.

Объект исследования: синдром эмоционального выгорания как психологический феномен.

В процессе работы решались следующие конкретные **задачи:**

1. Изучить теоретические основы проблемы эмоционального выгорания;
2. Рассмотреть сущность синдрома эмоционального выгорания;
3. Исследовать психологические аспекты понятия «профессиональный стаж» и особенности профессиональной деятельности медицинских работников;
4. Провести исследование влияния педагогического стажа медицинских работников на процесс формирования синдрома эмоционального выгорания.

Для решения поставленных цели и задач исследования были использованы следующие **методы исследования:** Теоретические, эмпирические, статистические.

Структура выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых источников.

Глава 1. Теоретические основы проблемы эмоционального выгорания Синдром эмоционального выгорания (далее СЭВ) – термин, используемый в психологии с 1974 года. Обозначает процесс роста физического, умственного, морального истощения личности.

Наиболее распространенными поведенческими реакциями при синдроме эмоционального выгорания являются:

- утрата навыков адаптации к требованиям социума;
- отдаление от выполнения служебных обязанностей;
- уклонение от ответственности за свои действия;
- низкая производительность труда;
- ограничение социальных контактов, стремление к одиночеству;
- активное проявление цинизма в своих действиях и поступках;
- попытки уйти от реальности за счет приема наркотиков или алкоголя, стремление «заесть» свои проблемы [1; 316 с.].

Люди, предрасположенные к синдрому эмоционального выгорания: чрезмерно сочувствующие, мягкосердечные, склонные к интенсивному переживанию событий. Также стоит отметить, что подвержены расстройству лица с недостатком самостоятельности, особенно те, у кого был чрезмерный контроль со стороны родителей.

Синдром эмоционального выгорания наиболее часто фиксируется у лиц, деятельность которых связана с большим кругом общения. В группе риска: менеджеры среднего звена, работники социальных служб, медицинские сотрудники, преподаватели, представители сферы услуг. На рисунке 1 приложена статистика проявления СЭВ в различных профессиях [2, 3, 4].

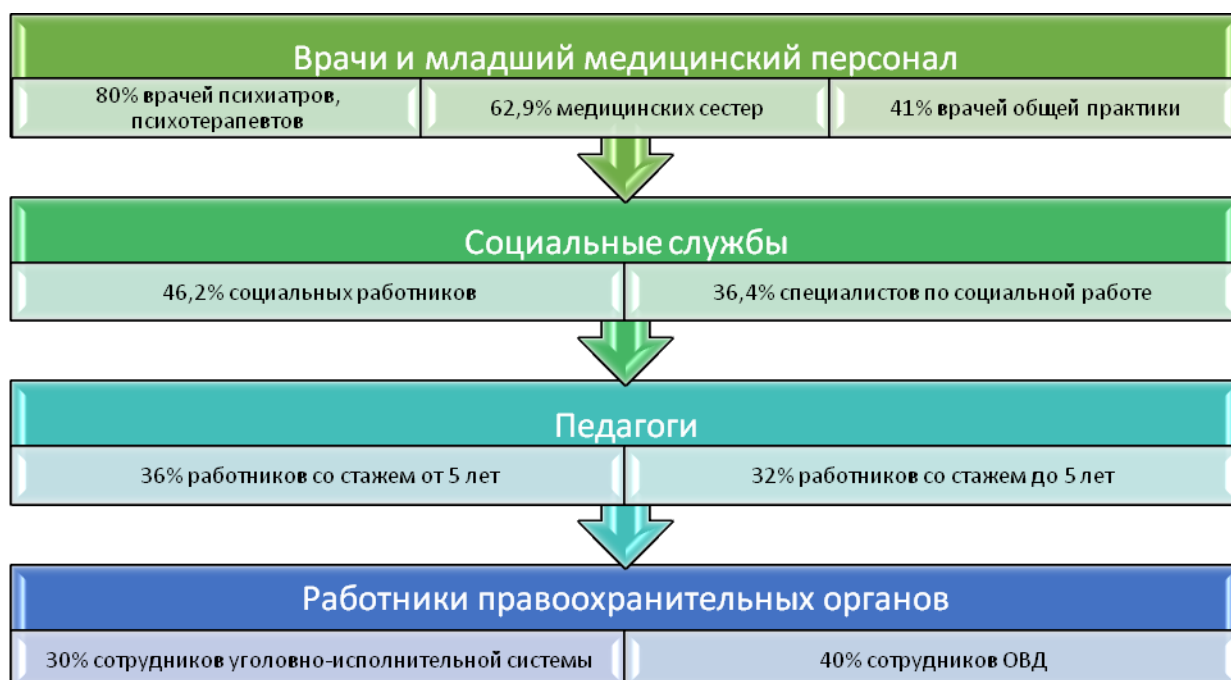


Рисунок 1– Статистика проявления синдрома эмоционального выгорания

Профессиональная деятельность медицинских работников предполагает психологическую насыщенность, эмоциональное напряжение и высокий процент факторов, вызывающих стресс. Стрессовые ситуации на работе - это обычное и часто возникающее явление.

Психологические условия деятельности медицинских работников, а также моральные принципы их работы создают особые требования, как к их поведению, так и к личности.

Труд медицинских работников относится к числу социально важных, ответственных и сложных видов деятельности, связанной с высоким уровнем психоэмоциональных и умственных нагрузок.

Некоторые отрасли здравоохранения могут сравниться с некоторыми ведущими отраслями промышленности по риску возникновения профессиональных болезней. Обычно профессиональные заболевания врачей протекают более длительно и тяжело по сравнению с представителями других профессий.

Для врачебной деятельности характерны интеллектуальная сложность, рутинность, риск и ответственность, моральные проблемы, межличностные

конфликты. Рутинность, моральные проблемы и конфликты часто являются причинами психосоматических заболеваний медицинских работников.

Глава 2. Исследование влияния педагогического стажа медицинских работников на процесс формирования синдрома эмоционального выгорания. Для решения поставленных цели и задач исследования были использованы методики «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (адаптированный вариант Т.А.Крюковой), методика диагностики уровня «Эмоционального выгорания» В. В. Бойко, опросник К. Маслач и С. Джексона и тест самооценки стрессоустойчивости (С. Коухена и Г. Виллиансона).

Эмпирическое исследование было проведено на ГУЗ СО «Татищевская Районная Больница». Возрастной состав испытуемых от 18 до 55 лет. В исследовании приняло участие 60 человек.

Проанализируем результаты исследования медицинских работников ГУЗ СО «Татищевская Районная Больница» по вышеуказанным методикам. Все медицинские работники были поделены на группы в зависимости от трудового стажа.

Таблица 1 – Сведения о группах медицинских работников ГУЗ СО «Татищевская Районная Больница»

№ группы	Трудовой стаж работников	Возрастные границы	Количество человек
1	От 0 до 5 лет	18-25 лет	27
2	От 5 до 10 лет	25-30 лет	13
3	От 10 до 15 лет	30-40 лет	11
4	От 15 до 20 лет	40-50 лет	6
5	От 20 лет	От 50 лет	3

По результатам исследования по методике «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (адаптированный вариант Т.А.Крюковой), мы видим, что со временем у работников идет спад в решении задач, и увеличение в отвлечении и социальном отвлечении. Это означает, что персонал с неохотой начинает браться за работу, и старается отстраниться от социума.

Анализируя результаты исследования по методике диагностики уровня эмоционального выгорания В. Бойко, мы видим, что согласно данной методике,

наиболее подвержены выгоранию группы №5, со стажем от 20 лет. У группы №1 наиболее выявлены признаки напряжения, далее наблюдается рост всех показателей. Можно сделать вывод, что с увеличением стажа, работники сильнее истощаются.

Результаты исследования по методике диагностики профессионального выгорания К. Маслач, С Джексон, свидетельствуют об эмоциональном истощении группы №5, а также спаде их личностных достижений в трудовой деятельности. Это связано с напряжением на работе и усталости. В группе №1 самое низкое истощение, в связи с их малым опытом работы, но к тому же они обладают малыми личностными достижениями, из-за недостаточности знаний.

Исходя из результатов теста самооценки стрессоустойчивости (С. Коухена и Г. Виллиансона), можно сделать вывод, что группа № 5 обладает низкой стрессоустойчивостью, по сравнению с группой № 1. Это свидетельствует о том, что с возрастом и с продолжительностью трудовой деятельности теряется устойчивость работников к стрессовым ситуациям.

Итоги исследования на эмоциональное выгорание медицинских работников.

Группа №5 (3 человека) крайне высокая степень выгорания. Это свидетельствует о том, что у 100% опрошенных в данной группе или 5% среди всех медицинских работников полностью сформирован синдром эмоционального выгорания. Для них характерно изменение, представляющее собой обычные черты неврастения: повышенная утомляемость, снижение умственной работоспособности, многообразные проявления телесного дискомфорта, раздражительность, повышенная конфликтность.

Группа №4 (6 человек) - высокая степень выгорания, это свидетельствует, что у 10% опрошенных медицинских работников сформирован синдром эмоционального выгорания. Для них характерен низкий уровень стрессоустойчивости, они отличаются эмоциональной неустойчивостью, эмоциональной напряженностью, имеющей тенденцию к нарастанию, неуверенностью, тенденцией к смене настроения.

Группы №2 и №3 (11 и 13 человек) – средняя степень выгорания, это свидетельствует, что у 40% опрошенных сформируется синдром эмоционального выгорания. Для респондентов с формирующимся синдромом эмоционального выгорания характерен низкий уровень стрессоустойчивости, самоуверенности, эмоциональной неустойчивости.

Группа №1 (13 человек) – низкая степень выгорания, это свидетельствует, что у 21% опрошенных медицинских работников не сформирован синдром эмоционального выгорания. Для них характерен высокий уровень стрессоустойчивости, присущи эмоциональная уравновешенность.

Таким образом у группы №1 синдром эмоционального выгорания не сформирован, что свидетельствует о высоком уровне стрессоустойчивости, эмоциональной уравновешенности, уверенности в себе. Все опрошенные работники имеют небольшой стаж работы и возраст: возраст от 18 до 25 лет и стаж работы от 0 до 5 лет.

У групп № 4 и 5 - синдром эмоционального выгорания сформирован. Все респонденты старше 40 лет и имеют стаж работы более 15 лет.

У групп № 2 и 3 - синдром эмоционального выгорания формируется, что может свидетельствовать о низком уровне стрессоустойчивости, эмоциональной неустойчивости, склонности к перепадам настроения. Обе группы состоят из работников среднего возраста (от 25 до 40 лет), имеют стаж работы от 5 до 15 лет соответственно.

На основе приведенных исследований, можно сделать вывод, что гипотеза о том, что профессиональный стаж напрямую влияет на выраженность синдрома эмоционального выгорания у работников, полностью доказана.

Заключение. Анализ источников по данной тематике позволяет сформулировать теоретическую позицию, согласно которой синдром эмоционального выгорания развивается в процессе трудовой деятельности в форме стереотипа эмоционального поведения, проявляющегося в особенностях профессионального общения.

В процессе работы были решены все поставленные задачи, а именно:

1. Были изучены теоретические основы проблемы эмоционального выгорания;
2. Была рассмотрена сущность синдрома эмоционального выгорания;
3. Были исследованы психологические аспекты понятия «профессиональный стаж» и особенности профессиональной деятельности медицинских работников;
4. Было проведено исследование влияния педагогического стажа медицинских работников на процесс формирования синдрома эмоционального выгорания.

В целом результаты проведенных исследований свидетельствуют, что возраст и профессиональный стаж в основном значимо взаимосвязаны друг с другом, но величина этих связей не столь велика, а в последнее время отслеживается явное ее снижение.

Проведя исследования были сделаны следующие выводы:

1. У работников, чем стаж начинает превышать 15 лет и возраст от 40 лет.

Для них характерно изменение, представляющее собой обычные черты неврастении: низкий уровень стрессоустойчивости, повышенная утомляемость, снижение умственной работоспособности, многообразные проявления телесного дискомфорта, раздражительность, повышенная конфликтность.

2. У работников, чей трудовой стаж варьируется от 5 до 15 лет и возраст от 25 до 40 лет, данный синдром только начинает формироваться.

Для респондентов с формирующимся синдромом эмоционального выгорания характерен низкий уровень стрессоустойчивости, самоуверенности, эмоциональной неустойчивости, демонстративности, поиск признания, желание произвести впечатление, склонность к перепадам настроения, повышенным беспокойством.

3. У работников, чей стаж не превышает 5 лет, и максимальная возрастная граница составляет 25 лет, синдром эмоционального выгорания не сформирован.

Для них характерен высокий уровень стрессоустойчивости, присущи эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, целеустремленность, целенаправленность действий, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности.

На основе приведенных исследований, можно сделать вывод, что гипотеза о том, что профессиональный стаж напрямую влияет на выраженность синдрома эмоционального выгорания у работников, полностью доказана.

Список использованных источников

1. *Никифорова Г.С.* Психология профессионального здоровья. Учебное пособие / Под ред. проф. *Г.С. Никифорова*. – СПб: Речь, 2006. – 480 с.
2. *Поляков А.В.* Психологическое сопровождение сотрудников полиции - ученые записки СПбГИПСР. Выпуск 2. Том 22. 2014. 224 с.
3. *Сидоров П. И.:* Синдром эмоционального выгорания [Электронный ресурс] // URL: <http://health.mpei.ac.ru/sindrom.htm> (дата обращения 18.12.2017) Загл. с экрана. Яз. рус.
4. *Синицына О.Н.:* Профессионально-эмоциональное выгорание у медсестер хирургического отделения детской больницы [Электронный ресурс] // URL: <https://psy.su/feed/4712/> (дата обращения 17.12.2017) Загл. с экрана. Яз. рус.