

3. Ведущими факторами возникновения суицидальной активности являются низкий уровень образования, социально-экономический статус.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Сүй М. В., Касымов О. Т. Самоубийство как глобальная проблема современности // *Здравоохранение Кыргызстана*. – 2020. – № 2. – С. 54–62.
2. Барышева П. В., Чуракова А. Ю., Николаева Д. Д. Самоповреждение и суицид. Эпидемиология, классификация и лечение // *Молодой ученый*. – 2021. – № 53(395). – С. 188–191.
3. Schreiber J., Culpepper L. Suicidal ideation and behavior in adults. – 2021.
4. Clayton P. J. Suicidal behavior. University of Minnesota School of Medicine. – 2019.
5. Чистопольская К.А. О трендах современной суицидологии, представленных на 30–м Всемирном конгрессе Международной ассоциации превенции суицидов // *Психиатрия*. – 2020. – № 18(1). – С. 79–82.
6. Распространенность и лабораторные маркеры послеродовой депрессии / Резник В. А., Козырко Е. В., Рязанова О. В. и др. // *Журнал акушерства и женских болезней*. – 2018. – Т.67, № 4. – С. 19–29.
7. Суицидальная опасность послеродовой депрессии / Голенков А. В., Филоненко А. А., Сергеева А. И. и др. // *Академический журнал западной Сибири*. – 2021. – Т.17, № 1(90). – С. 32–36.

Сведения об авторах

А.В. Чащина – студент

Л.А. Шмальц – студент

А.А. Мурзакаев – ассистент кафедры психиатрии, психотерапии и наркологии

Information about the authors

A.V. Chashchina – student

L.A. Shmalts – student

A.A. Murzakaev – department assistant

УДК: 159.99

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ ЛЕЧЕБНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И СТРАТЕГИИ ЕГО ПРЕОДОЛЕНИЯ

Елена Витальевна Чечкина¹, Евгений Олегович Серкин², Людмила Тимофеевна Баранская³

¹⁻³ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

²serki_1999@mail.ru

Аннотация

Введение. Проблема феномена «синдром эмоционального выгорания» становится особенно актуальной в связи с современными требованиями, которые предъявляются к профессионалам, включая процесс подготовки

будущих специалистов в области образования и здравоохранения. Как выяснилось, синдром эмоционального выгорания (далее – СЭВ) не ограничиваются врачами – эмоциональное выгорание студентов-медиков также растет. **Цель исследования** – выявить распространенность синдрома СЭВ у студентов лечебных специальностей и обозначить стратегии его преодоления. **Материалы и методы.** В исследовании, которое проводилось с сентября по декабрь 2021 г., приняли добровольное участие 194 студента третьего и пятого курсов лечебно-профилактического и педиатрического факультетов Уральского государственного медицинского университета. Из них: 108 студентов 5 курса и 86 студентов 3 курса. Исследование проводилось при помощи анонимного тестирования в формате Google-форма. В качестве основного метода исследования выбрана методика «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко. Дополнительным методом исследования были дискуссии в небольших группах по проблеме причин эмоционального выгорания у студентов и способов его преодоления. **Результаты.** Полученные данные свидетельствуют о том, что от третьего к пятому курсу число студентов, у которых сформировался СЭВ значительно возрастает. На третьем курсе СЭВ выявлен у 31,0 % (26 чел.) студентов, на пятом курсе – у 56,0 % (60 чел.). **Обсуждение.** Помимо ряда факторов, обусловивших распространенность СЭВ к пятому курсу (напряженный учебный график, изменения в личной жизни, близость завершения процесса обучения и пр.), значительный вклад внесли изменения в учебе, связанные с пандемией COVID-19. **Выводы.** Результаты проведенного исследования свидетельствуют о необходимости организации системы поддержки студентам лечебных факультетов медицинского вуза с тем, чтобы избежать развитие СЭВ во время учебы и научить их справляться со стрессом и эмоциональными перегрузками в период последующей профессиональной врачебной деятельности. **Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, студенты лечебных факультетов медицинского университета.

PREVALENCE OF BURNOUT SYNDROME IN STUDENTS OF MEDICAL SPECIALTIES AND STRATEGIES FOR OVERCOMING IT

Elena V. Chechkina¹, Eugene O. Serkin², Liudmila T. Baranskaya³

¹⁻³Ural state medical university, Yekaterinburg, Russia

²serki_1999@mail.ru

Abstract

Introduction. The problem of the phenomenon of "burnout syndrome" becomes especially relevant in connection with the modern requirements that presented to professionals, including the process of training future specialists in the field of education and health. As it turned out, the syndrome of emotional burnout is not limited to doctors - the emotional burnout of medical students is also growing. **The aim of the study** - to identify the prevalence of burnout syndrome in students of medical specialties and to identify strategies for overcoming it. **Materials and methods.** This study, which conducted from September to December 2021 and was voluntarily, attended by 194 third- and fifth-year students of the medical and pediatric

faculties of the Ural State Medical University. These were 108.5-th year students and 86.3-rd year students. The study was with an anonymous testing in google-form format. As the main research method, the method "Diagnosis of the level of emotional burnout" by V.V. Boyko selected. An additional method of research was discussions in small groups on the problem of the causes of emotional burnout in students and ways to overcome it. **Results.** The data obtained indicate that from the third to the fifth year, the number of students who have formed burnout syndrome increases significantly. In the third year, were 31.0% (26 students) of students, in the fifth year – in 56.0% (60 students). **Discussion.** In addition to a number of factors that led to the prevalence of burnout syndrome by the fifth year (busy study schedule, changes in personal life, proximity to the completion of the learning process, etc.), changes in learning related to the COVID-19 pandemic made a significant contribution. **Conclusions.** The results of the study indicate the need to organize a system of support for students of medical faculties of a medical university in order to avoid the development of burnout syndrome during their studies and teach them to cope with stress and emotional overload during the subsequent professional medical activity. **Keywords:** emotional burnout, students of medical faculties of the medical university.

ВВЕДЕНИЕ

Синдром эмоционального выгорания (далее – СЭВ) – это психологический синдром, являющийся результатом длительно действующего хронического стресса в профессиональной среде, который не был успешно и своевременно преодолен личностью. СЭВ имеет трехкомпонентную структуру или фазы: фаза эмоционального истощения и опустошения души, фаза резистенции, которая развивается как самозащита в дегуманизацию и фаза редукции профессиональных достижений. СЭВ подвержены многие профессии типа «человек-человек», но особое место среди этих профессий занимают работники медицинской отрасли. Будущие врачи еще в период обучения могут испытывать воздействие различных объективных и субъективных факторов, которые в дальнейшем становятся предпосылками формирования симптомов и завершеного синдрома эмоционального выгорания. Эти факторы создаются как профессиональной (медицинской) и образовательной средой, так и личным отношением студента к учебной деятельности. Студенты лечебных факультетов медицинского вуза изначально сталкиваются с адаптационными проблемами, например, значительной учебной нагрузкой, постоянным психоэмоциональным напряжением на протяжении всего периода обучения и необходимостью осуществлять самоконтроль над своей деятельностью [2,3,4]. Определенная часть студентов уже в период начального обучения в медицинском вузе испытывает разочарование в профессиональном выборе, многие студенты испытывают постоянный дискомфорт из-за возможных неудач, учебной несостоятельности, необходимости проживать вдали от дома и родителей и постоянных подработок [5]. Все указанное выше существенно обострилось в период пандемии COVID-19. Дистанционное обучение в режиме онлайн привело к минимизации непосредственного межличностного общения,

отсутствию непосредственного контакта с пациентами в курсах клинических дисциплин, нарушению выработанного режима и распорядка дня.

Цель исследования – выявить распространенность синдрома эмоционального выгорания у студентов 3-го и 5-го курсов лечебно-профилактического и педиатрического факультетов УГМУ.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании, которое проводилось с сентября по декабрь 2021 г., добровольно участвовали 194 студента третьего и пятого курсов лечебных факультетов. Из них: 108 студентов 5 курса и 86 студентов 3 курса. Исследование проводилось при помощи анонимного тестирования в формате Google-форма. В качестве основного метода исследования выбрана методика «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко [1]. Дополнительным методом исследования были дискуссии в небольших группах по проблеме причин эмоционального выгорания у студентов и способов его преодоления.

РЕЗУЛЬТАТЫ

О серьезности выбора медицинской профессии и подготовки к поступлению в вуз говорит тот факт, что с первого раза поступили в медицинский университет 97,0 % (159 чел.) и 3,0 % (35 чел.) – со второго раза. Для значительной части опрошенных студентов знакомство с медицинской профессией началось в рамках родительской семьи (родители или другие родственники являются врачами или медицинским персоналом среднего звена) – 65,2 % (107 чел.); 34,8 % (87 чел.) – первые представители медицинской профессии в своей семье. Однако, как показало проведенное исследование, преемственность в профессии не является решающим фактором, препятствующим формированию синдрома эмоционального выгорания. Данные, полученные в ходе исследования, свидетельствуют о том, что число студентов, имеющих завершённый синдром эмоционального выгорания значительно возрастает от третьего к пятому курсу. На третьем курсе СЭВ выявлен у 31,0 % (26 чел.) студентов, на пятом курсе – у 56,0 % (60 чел.). Также получены результаты исследования по отдельным фазам СЭВ, которые окончательно сформировались у студентов данной выборки. У студентов третьего курса полностью сформировалась фаза напряжения (чувство бессилия, апатия, депрессивные тенденции) – у 35,0 % (30 чел.); фаза резистенции (окружающие воспринимаются исключительно как люди-функции) – у 66,0 % (57 чел.); фаза истощения (депрессия и неспособность справиться с требованиями учебы и работы) – у 42,0 % (36 чел.). У студентов пятого курса полностью сформировалась фаза напряжения у 39,0 % (42 чел.); фаза резистенции – у 60,0 % (65 чел.); фаза истощения – у 45,0 % (49 чел.). Кроме того, были получены данные по двенадцати симптомам, которые присущи синдрому эмоционального выгорания: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворённость собой, «загнанность в клетку», тревога и депрессия, неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация, расширение сферы экономии эмоций, редукция профессиональных обязанностей, эмоциональный дефицит,

эмоциональная отстранённость, личностная отстранённость (деперсонализация), психосоматические и психовегетативные нарушения. Наиболее часто выявляемыми симптомами оказались «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» 54,0 % (105 чел.) от общей выборки, «тревога и депрессия» 39,0 % (76 чел.); «психосоматические и психовегетативные нарушения». В тоже время лишь небольшое число студентов обоих курсов выделяют такой симптом как «неудовлетворенность собой» 10,0% (19 чел.) от общей выборки. В ходе дискуссии и по материалам эссе на тему «Синдром эмоционального выгорания» установлено, что студенты-медики ощущают последствия синдрома выгорания, который, по их мнению, обусловлен недостаточно четкой организацией учебного процесса и производственных практик, значительным объемом заданий по различным учебным дисциплинам. При этом участниками дискуссии практически не обсуждается вопрос об ответственности студентов и саморегуляции учебной деятельности.

ОБСУЖДЕНИЕ

Проведенное исследование позволяет утверждать, что особая роль в преодолении синдрома эмоционального выгорания у студентов лечебных специальностей медицинского вуза принадлежит эмоциональной сфере личности, поскольку она наиболее подвержена профессиональной деформации в профессиях типа «человек-человек». Известно, что особенности эмоциональной сферы личности связаны со стремлениями к определенным ценным для человека переживаниям, которые, в свою очередь, обусловлены ведущими мотивами деятельности. В этой связи необходимо отметить, что более чем у половины студентов обследуемой выборки выявлено эмоциональное переживание «праксической» направленности, т.е. переживание при выполнении деятельности, которая нужна человеку сама по себе. В тоже время альтруистические и коммуникативные эмоциональные переживания оказываются менее значимыми. Таким образом, возникает зазор между особыми требованиями, предъявляемыми к современным врачам и неготовностью или невозможностью соответствовать этим требованиям. Этому же способствуют многочисленные стрессовые ситуации, без которых немислима жизнь человека.

ВЫВОДЫ

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о необходимости организации системы поддержки студентам лечебных факультетов медицинского вуза с тем, чтобы избежать развитие СЭВ во время учебы и научить их справляться со стрессом и эмоциональными перегрузками в период последующей профессиональной врачебной деятельности.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Психология состояний /Под ред. А.О. Прохорова. – М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. – 624 с.
2. Лапина, И. А. Эмоциональное выгорание: причины, последствия / И. А. Лапина // Молодой ученый. – 2016. – № 29 (133). – С. 331-334.

3. Bore M., Kelly B., Nair B. Potential predictors of psychological distress and well-being in medical students: a cross-sectional pilot study // Adv. Med. Educ. Pract. 2016. V. 2. № 7. P. 125-35. doi: 10.2147/ AMEP.S96802. Collection 2016.
4. Бердяева И.А., Войт Л.Н. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей // Дальневосточный медицинский журнал. – 2012. – № 2. – С. 117-120.
5. Liselotte Dyrbye A narrative review on burnout experienced by medical students and residents/ Liselotte Dyrbye, Tait Shanafelt // 2016 Jan; 50(1):132-49. Doi: 10.1111/medu.12927.

Сведения об авторах

Е.В. Чечкина – студент

Е.О. Серкин – студент

Л.Т. Баранская – доктор психологических наук, профессор

Information about the authors

E.V. Chechkina – student

E.O. Serkin – student

L.T. Baranskaya – Doctor of Science (Clinical Psychology), Professor

УДК: 616.89-085.214-22

СМЕШАННОЕ ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНОЕ РАССТРОЙСТВО У ПОДРОСТКА: КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ

Тамара Алиевна Шамсутдинова¹, Аксунхар Аргынбек², Алина Калыбековна Сивенкова³, Екатерина Ивановна Бабушкина⁴, Ирина Васильевна Гордеева^{5,6}

¹⁻⁵ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет», Минздрава России, Екатеринбург, Россия

⁶ ГАУЗ СО «Свердловская областная клиническая психиатрическая больница», Екатеринбург, Россия

¹tamaraalievna12@gmail.com

Аннотация

Введение. Тревожные расстройства являются распространенными психическими нарушениями. **Цель исследования** - демонстрация клинического случая пациента, особенности сбора анамнеза заболевания.

Материалы и методы. Объект исследования - история болезни пациента, проходившего лечение в подростковом отделении ГАУЗ СО СОКПБ.

Использовался клиничко-анамнестический метод исследования. **Результаты.** Разбор клинического случая пациента Д., 17 лет, проходившего обследование и лечение в подростковом стационарном отделении. Выявлена связь тревожно-

депрессивного расстройства с психотравмирующими событиями. **Обсуждение.**

На фоне проведения психофармакотерапии (нейролептики, антидепрессанты, нормотимики), групповых и индивидуальных занятий с психологом, логопедом, а также мероприятий по педагогической коррекции состояние