

Анализ синдрома эмоционального выгорания у студентов-стоматологов

Уральский Государственный Медицинский Университет, г.Екатеринбург

Trubchaninova A.S., Brusnitsyna E.V., Ioshenko E.S., Zakirov T.V.

Analysis of burnout syndrome in dental students

Резюме

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) – это реакция организма, возникающая вследствие продолжительного действия стресса длительной интенсивности. В большей степени эмоциональному сгоранию подвержены профессии типа «человек-человек», в особенности это касается медицинских работников, в т.ч. и студентов медицинских вузов. Это связано с повышенным вниманием и ответственностью, высокой эмоциональной вовлеченностью. В статье рассмотрены модели эмоционального выгорания, фазы данного процесса. Описаны причины и проявления синдрома. В процессе исследования определены степени эмоционального выгорания у студентов-стоматологов выпускных курсов с помощью шкалы МБИ и Спилберга-Ханина, проведено сравнение с результатами выпускников, полученных 6 лет назад. Полученные результаты наблюдения позволяют говорить об отсутствии изменения уровня тревожности среди выпускников стоматологического факультета

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, эмоциональное истощение, студенты медицинского вуза, студенты стоматологи, студенты выпускных курсов

Для цитирования: Трубчанинова А.С., Брусницына Е.В., Иощенко Е.С., Закиров Т.В., Анализ синдрома эмоционального выгорания у студентов-стоматологов, Уральский медицинский журнал, №12 (195) 2020, с. 167 - 170, DOI 10.25694/URMJ.2020.12.30

Summary

Emotional burnout syndrome (EBS) is a reaction of the body that occurs as a result of prolonged exposure to stress of long-term intensity. Professions of the "man-to-man" type are more susceptible to emotional burnout, in particular, it concerns medical workers, incl. and medical students. This is connected with increased attention and responsibility, high emotional involvement. The models of emotional burnout, the phases of this process were studied in the article. The causes and manifestations of the syndrome are described. In the course of the study, the degree of emotional burnout in graduate dentistry students was determined using the MBI and Spielberg-Khanin scale, a comparison was made with the results of graduates obtained 6 years ago. The obtained observation results allow to suggest that there is no change in the level of anxiety among graduates of the Faculty of Dentistry

Key words: burnout syndrome, emotional exhaustion, medical students, dentistry students, graduate students

For citation: Trubchaninova A.S., Brusnitsyna E.V., Ioshenko E.S., Zakirov T.V., Analysis of burnout syndrome in dental students, Ural Medical Journal, No. 12 (195) 2020, p. 167 - 170, DOI 10.25694/URMJ.2020.12.30

Введение

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) изучается достаточно давно российскими и зарубежными психологами, но нельзя сказать, что данный вопрос изучен в полном объеме [4]. Впервые термин «выгорание» (burnout) был введен американским психотерапевтом Х.Дж. Фрейденбергом в 1974 г. Данное понятие служило обозначением расстройства личности при эмоцио-

нальном перенасыщении и интенсивном общении в процессе профессиональной деятельности. В России СЭВ начали отдельно выделять в 1990-х гг [9].

Выделяют несколько моделей эмоционального сгорания.

1. Однофакторная модель (P.Aronson, 1988). В этой модели главной причиной феномена сгорания считается истощение.

2. Двухфакторная модель (D. Dierendonck, W. Schaufeli, H. Sixma, 1994). Синдром объясняется эмоциональным истощением и деперсонализацией.

3. Трехфакторная модель (K. Maslach, S. Jackson, 1986). Данная модель включает компоненты предыдущих и включает в себя редукцию личных достижений, что проявляется негативной оценкой своей деятельности и преуменьшении собственного достоинства.

В настоящее время СЭВ рассматривается как трехфакторная модель [9].

В.В.Бойко выделяет две группы причин эмоционального выгорания: внешние и внутренние. К внешним причинам относятся тяжелая психоэмоциональная обстановка, ответственная и напряженная работа. Внутренними причинами являются слабая мотивация, эмоциональная ригидность, склонность к внутренним переживаниям [3].

Феномен эмоционального выгорания последовательно проходит в нескольких фазах:

1. Фаза напряжения – характеризуется переживанием психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворенности собой.

2. Фаза резистенции – это основная фаза, в ней наиболее полно и ярко отражаются проявления эмоционального выгорания.

3. Фаза истощения – в этот период проявляются симптомы эмоционального дефицита, эмоциональной отстраненности, деперсонализации, психосоматических и психовегетативных нарушений. В данной фазе к психологическим и эмоциональным проявлениям присоединяются нарушения физических показателей, в первую очередь нервной системы [6,7,9].

Синдром эмоционального выгорания выделен как отдельная нозология в МКБ-10 – Z73, проблемы связанные с трудностями управления своей жизнью [8, 10].

Проявление СЭВ характеризуется 5 основными симптомами:

1) физические симптомы: усталость, недомогание, нервное перенапряжение быстрая утомляемость, тошнота, головокружение, нарушение сна и др.;

2) эмоциональные симптомы: отстраненность, безучастность, грубость и раздражительность;

3) поведенческие симптомы: нарушение физической активности, отсутствие аппетита, употребление алкоголя;

4) интеллектуальные симптомы: отсутствие интереса к работе, нежелание учиться и узнавать что-то новое;

5) поведенческие симптомы: отсутствие желания в коммуникации с другими людьми, конфликты, чувство одиночества [9].

Выявление синдрома эмоционального выгорания у студентов объясняется особенностью их учебной деятельности. Большой объем изучаемого материала, эмоциональная напряженность, большой круг психологических взаимодействий являются одними из предпосылок к развитию эмоционального сгорания [2,3].

Цель исследования – определение степени эмоцио-

нального выгорания у студентов стоматологов и сравнение данных с результатами студентов предыдущих лет обучения.

Материалы и методы

1. Опросник на выгорание (Maslach Burnout Inventory, MBI), состоящий из 22 пунктов, по которым возможно разделение респондентов на группы с низким, умеренным и высоким уровнем «Эмоционального истощения», «Деперсонализации», «Редукции профессиональных достижений»

2. Шкала реактивной и личностной тревожности Спилберга - Ханина.

Статистическая обработка данных проводилась с использованием стандартных методов вариационной статистики: расчета средних значений (M), стандартного отклонения (SD), проведения T-теста, U-теста Mann-Whitney, корреляционного анализа в программе Statistica 13.2. Гипотеза считалась достоверной при $p < 0,01$ и $p < 0,05$.

Результаты и обсуждение

В проведении исследования «Анализ уровня эмоционального выгорания у студентов стоматологов» участвовало 22 студента-стоматолога IV курса 2013-2014 года обучения (1 группа исследования) данные которых, сравнивались с результатами анкетирования 22 студента IV курса стоматологического факультета УГМУ 2019-2020 года обучения (2 группа исследования).

У студентов 1 группы среднее значение уровня эмоционального истощения составило $17,18 \pm 5,9$ - средний уровень эмоционального истощения. Среднее значение уровня деперсонализации – $8,95 \pm 4,59$ – средний уровень деперсонализации. Среднее значение уровня редукции профессиональных достижений - $31,82 \pm 5,47$ – высокий уровень редукции профессиональных достижений. Тяжесть выгорания составила $57,95 \pm 9,24$.

Среднее значение уровня личностной тревожности 1 группы студентов составило $2,02 \pm 0,28$ – средний уровень тревожности. Среднее значение уровня ситуационной тревожности составило $2,14 \pm 0,38$, что характеризуется как средний уровень тревожности.

У студентов 2 группы среднее значение уровня эмоционального истощения составило $17,14 \pm 7,43$ – средний уровень эмоционального истощения. Среднее значение уровня деперсонализации составило $6,05 \pm 4,61$ – средний уровень деперсонализации. Среднее значение уровня редукции профессиональных достижений составило $33,05 \pm 6,71$ – средний уровень редукции профессиональных достижений. Тяжесть выгорания составила $56,09 \pm 7,43$.

Среднее значение уровня личностной тревожности составило $2,1 \pm 0,5$, что характеризуется как средний уровень тревожности. Среднее значение уровня ситуационной тревожности составило $1,84 \pm 0,5$ – низкий уровень тревожности. При этом уровень ситуационной тревожности у 18% испытуемых показал значение очень низкой тревожности, что может говорить о проявлении

защитного механизма к действию стрессовых факторов. Значение личностной тревожности у данных студентов не показал очень низких значений уровня тревожности.

Анализ полученных данных по шкале МВІ не показал изменений критериев эмоционального истощения, редукции профессиональных достижений и общего уровня тревожности. Отмечено снижение уровня деперсонализации. Изменений параметров ситуационной и личностной тревожности по методике Спилберга-Ханина не выявлено (табл. 1).

Выводы

1. За шесть лет наблюдения общий уровень тревожности у студентов-стоматологов достоверно не изменился и составил $57,95 \pm 9,24$ баллов ($p > 0,01$). Не выявлено изменений значения уровня эмоционального истощения, редукции профессиональных достижений ($p > 0,05$).

2. Уровень деперсонализации студентов 2019-2020 года обучения снизился в сравнении с группой студентов 2013-2014 года обучения ($p < 0,05$).

3. Не отмечено снижение уровня ситуационной и личностной тревожности при сравнении результатов анкетирования 1 и 2 группы студентов – результаты полученных данных достоверно отличаются ($p > 0,01$). ■

Трубчанинова Анастасия Сергеевна – студент стоматологического факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г.Екатеринбург; **Брусницына Елена Викторовна** – к.м.н., доцент кафедры стоматологии детского возраста и ортодонтии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г.Екатеринбург; **Иощенко Евгений Сергеевич** – к.м.н., доцент кафедры стоматологии детского возраста и ортодонтии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г.Екатеринбург; **Закиров Тарас Валерьевич** – к.м.н., доцент кафедры стоматологии детского возраста и ортодонтии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г.Екатеринбург. Автор, ответственный за переписку: Трубчанинова Анастасия Сергеевна, 8-904-541-44-44

Таблица 1. Сравнение показателей анкетирования показателей СЭВ

Группы	Шкала МВІ				Опросник Спилберга-Ханина	
	Эмоциональное истощение (М±m)	Редукция проф. достижений (М±m)	Деперсонализация (М±m)	Общий уровень тревожности (М±m)	Ситуационная тревожн. (М±m)	Личностная тревожн. (М±m)
1 гр.	17,18±5,9	31,82±5,47	8,95±0,59	57,95±9,24	2,02±0,28	2,14±0,38
2 гр.	17,14±7,43	33,05±6,71	6,05±0,61	56,09±7,43	1,84±0,51	2,1±0,46
p	p<0,01	p<0,01	p<0,01	p<0,01	p<0,01	p>0,05

Литература:

- Акиндинова И. А. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности педагога: проявления и профилактика / И. А. Акиндинова, А. А. Баканова // Педагогические вести. 2003. № 25. С. 25-28.
- Барабанова М. В. Изучение психологического содержания синдрома «эмоционального сгорания»: учебн. пособие / М. В. Барабанова. М.: Вестник МГУ, 2005. -54 с.
- Баранов А. А. Синдром профессионального «выгорания» как показатель зависимости специалиста от его профессиональной деятельности/ А. А. Баранов, Д. Р. Сагитова // Зависимость, ответственность, доверие: Материалы науч.-практ. конф. Ижевск: Изд-во УдГУ, 2004. С. 54-57.
- Бердяева И. А. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей / И. А. Бердяева, Л. Н. Войт // Дальневосточный медицинский журнал. - 2012. - № 2. - С. 117-120.
- Джейранова М. О. Синдром эмоционального выгорания преподавателей медицинских вузов / М. О. Джейранова, Д. Р. Жданова, А. А. Рубизова, Т. М. Богданова // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 5.
- Кениг В. А. Угроза синдрома эмоционального выгорания как профессионально-психологическая особенность работы врачей-стоматологов / В. А. Кениг, А. Д. Гончаренко // Стоматология для всех. - 2015. - № 3. - С. 36-40. - Библиогр. в конце ст.
- Клепач Ю. В. Особенности эмоционального выгорания педагогов и медработников / Ю. В. Клепач, Л. Э. Филатова // Известия Воронежского государственного педагогического университета. 2015. № 1 (266). С. 258-262.
- Ларин Н. А. К вопросу современного исследования эмоционального выгорания // Наука молодых – Eruditio Juvenium. – 2015. – № 4. – с. 116-120.
- Огнерубов Н. А. Синдром эмоционального выгорания

у врачей и студентов медицинских вузов / Н. А. Огнерубов, Е. Б. Карпова // Вестник Тамбовского университета. Серия Естественные и технические науки. Тамбов, 2017.

10. *Токмакова С. И. Изучение проявлений синдрома эмоционального выгорания у врачей-стоматологов / С. И. Токмакова, Ю. В. Луницына // Проблемы стоматологии, 2014 (1).*