

Information about the authors

T.S. Babayeva * – Student

A.A. Ivanova – Student

S.I. Bogdanov - Doctor of Medical Sciences, Associate Professor

***Автор, ответственный за переписку (Correspondingauthor):**

babaevatanya16@bk.ru

УДК: 617-089.5

ВЗАИМОСВЯЗЬ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ, ОРДИНАТОРОВ УГМУ И ВРАЧЕЙ АНЕСТЕЗИОЛОГОВ-РЕАНИМАТОЛОГОВ

Бабкина Варвара Александровна¹, Едигарьяева Лейла Исмикхановна¹, Кузнецова Кристина Игоревна¹, Постникова Екатерина Александровна¹.

¹Кафедра психиатрии, психотерапии и наркологии

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

Аннотация

Введение. Эмоциональное выгорание рассматривается как профессиональный синдром, который развивается вследствие хронического стресса, связанного с особенностями трудовой деятельности. У студентов медицинского университета, ординаторов и врачей профиля анестезиология-реанимация этот синдром особенно выражен из-за повышенной эмоциональной нагрузки, необходимости постоянного саморазвития и несоответствия ожиданий с возможностями. Формирование профессиональной идентичности является ключевым фактором в предотвращении СЭВ в медицинской сфере. **Цель исследования** – дать сравнительную характеристику СЭВ и профессиональной идентичности среди студентов старших курсов, ординаторов 1 и 2 года Уральского государственного медицинского университета (УГМУ), врачей анестезиологов и реаниматологов.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 224 специалистов на базе СОКБ №1, ЦГКБ № 23 г. Екатеринбург, УГМУ. Были проведены опрос респондентов и его анализ по методике «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко и «Оценка профессиональной идентичности», выполнен литературный обзор.

Результаты. Наиболее высокие показатели, свидетельствующие о формировании СЭВ, приходятся на студентов УГМУ, среди которых завершенный синдром эмоционального выгорания значительно возрастает от третьего к пятому курсу. Показатели формирования СЭВ у врачей анестезиологов – реаниматологов отмечается низким уровнем, что связано с высоким уровнем профессиональной идентичности. У ординаторов первого и второго года обучения средние значения показателя формирования СЭВ. **Выводы.** Высокий уровень профессиональной идентичности служит защитным фактором против СЭВ. Опытные врачи демонстрируют более низкий уровень СЭВ благодаря высокому уровню принятых ими профессиональных ролей и ответственности. В то же время, студенты, которые находятся на начальных этапах своей профессиональной деятельности, подвержены большему риску эмоционального выгорания. Эффективные программы поддержки и профориентации для студентов и ординаторов могут способствовать созданию более стрессоустойчивому сообществу медицинских работников.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, профессиональная идентичность, врач анестезиолог-реаниматолог.

THE RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT SYNDROME AND PROFESSIONAL IDENTITY IN SENIOR STUDENTS, RESIDENTS OF USMU AND ANESTHESIOLOGISTS-RESUSCITATORS

Babkina Varvara Aleksandrovna¹, Edigaryeva Leila Ismikhanovna¹, Kuznetsova Kristina Igorevna¹, Postnikova Ekaterina Aleksandrovna¹.

¹Department of Psychiatry, Psychotherapy and Narcology

Ural State Medical University

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. Emotional burnout is considered as a professional syndrome that develops as a result of chronic stress associated with the specifics of work activity. In medical university students, residents and doctors specializing in anesthesiology and resuscitation, this syndrome is especially pronounced due to increased emotional stress, the need for constant self-development and the discrepancy between expectations and capabilities. Formation of professional identity

is a key factor in preventing CMEA in the medical field. **The aim of the study** was to provide a comparative description of CMEA and professional identity among senior students, 1st and 2nd year residents of the Ural State Medical University (USMU), anesthesiologists and resuscitators. **Material and methods.** The study involved 224 specialists based on the Regional Clinical Hospital No. 1, Central City Clinical Hospital No. 23 in Yekaterinburg, and the USMU. A survey of respondents was conducted and its analysis was carried out using the methods of "Diagnostics of the Level of Emotional Burnout" by V.V. Boyko and "Assessment of Professional Identity", a literature review was performed. **Results.** The highest indicators of burnout syndrome formation are found among USMU students, among whom the complete burnout syndrome significantly increases from the third to the fifth year. The indicators of burnout syndrome formation among anesthesiologists and resuscitators are low, which is associated with a high level of professional identity. Residents of the first and second years of study have average values of the indicator of burnout formation. **Conclusions.** A high level of professional identity serves as a protective factor against burnout. Experienced doctors demonstrate a lower level of burnout due to the high level of professional roles and responsibilities they have accepted. At the same time, students who are at the initial stages of their professional activity are at greater risk of burnout. Effective support and career guidance programs for students and residents can contribute to the creation of a more stress-resistant community of health workers. **Keywords:** burnout syndrome, professional identity, anesthesiologist-resuscitator.

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональный синдром эмоционального выгорания – состояние, при котором человек страдает от постоянного накопленного эмоционального истощения из-за стресса и давления, связанных с работой, которые выходят из-под контроля и не могут быть преодолены им самостоятельно.

Предпосылки к формированию синдрома эмоционального выгорания закладываются еще во время учебы в медицинском университете, процесс продолжается в течение всего периода ординатуры, и, наконец, проявляется в повседневной жизни практикующих врачей [1].

Эмоциональное выгорание, связанное с профессиональной деятельностью, классифицируется ВОЗ как синдром, что подчеркивает его вторичный характер по отношению к особенностям профессиональной деятельности.

В связи с тем, что профессиональная деятельность врачей анестезиологов и реаниматологов предполагает эмоциональную насыщенность, совокупность причин, вызывающих стресс, необходимость постоянной внеурочной работы над предметом и над собой, основной причиной развития СЭВ можно считать несоответствие между личностью и работой, между повышенными требованиями руководителя к работнику и реальными возможностями последнего. Анестезиологи сами по себе как специалисты и как личности должны обладать высокой удовлетворенностью в рамках выбранной профессии, устойчивостью по отношению к окружающей их рабочей обстановке, интересом к самому процессу труда в данной сфере и получению новых знаний [2].

Термин «выгорание» используется только в профессиональном контексте, а не для «описания опыта в других сферах жизни», хотя, безусловно, оказывает на них значимое влияние.

Профессиональный синдром эмоционального выгорания характеризуется тремя взаимосвязанными симптомами:

1. Психоэмоциональное истощение (ПЭИ) и опустошение души; эмоциональное истощение;
2. Негативное восприятие и отрицательные эмоции по отношению к пациентам, циничное отношение к труду, деперсонализация (ДП); резистенция, дистанцированное поведение;
3. Кризис профессиональной компетентности, редукция профессиональных достижений (РПД); эмоциональное напряжение, ощущение некомпетентности.

Профессиональный синдром эмоционального выгорания, сформированный в совокупности всех трех параметров (фаз) приводит к полной дезинтеграции различных сфер психической деятельности: эмоциональной, когнитивной, коммуникативной.

Отсутствие реализации человеком в профессии в течение длительного времени ценностей профессиональной и личностной самооценки, приводит к развитию СЭВ. Следовательно, истинная исполненность в работе – лучшая защита от эмоционального выгорания.

На заре исследований СЭВ были сделаны выводы о существовании профессиональной деформации и необходимости особого профессионального отбора.

Профессиональная идентичность (ПИ) - сложный интегративный психологический феномен, ведущая характеристика профессионального развития человека, которая свидетельствует о степени принятия избранной профессиональной деятельности в качестве средства самореализации и развития, осознание своей тождественности с группой и оценка значимости членства в ней.

Можно выделить три типа идентификационной направленности профессионала:

1. Положительная – принятие профессии как смысла бытия означает реализацию себя в ней не только как профессионала, но и как личности; иными словами, достижение реальных материальных и социальных благ, личная и социальная реализация себя в профессии выступают единым процессом;

2. Нейтральная – бесконфликтное принятие своей профессии как средства заработка и достижения некоторого социального статуса; однако может не удовлетворять потребности личности в самореализации;

3. Отрицательная – приводит к ощущению личной и профессиональной неудовлетворенности, восприятию профессии как противоречащей личным целям, вплоть до профессионального маргинализма.

Формирование профессиональной идентичности как адекватной системы ценностей и смыслов, а также форм личностной саморегуляции, позволяют преодолеть психологическое сопротивление изменениям в форме различного типа «уходов» от проблем и деструктивных реакций. Сформированность ПИ является существенным основанием преодоления негативных социальных и личностных последствий профессионального синдрома эмоционального выгорания у врачей независимо от возраста и стажа работы. Важную роль в формировании профессиональной идентичности играет корпоративное развитие, создание перспектив карьерного роста профессионалов.

Цель исследования – дать сравнительную характеристику синдрома выгорания и профессиональной идентичности у врачей анестезиологов и реаниматологов, ординаторов 1 и 2 года, и студентов старших курсов.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

В исследовании приняли участие 224 специалистов (194 студента третьего и пятого курсов лечебных факультетов, 20 – ординаторы первого года и второго года обучения, 10 – врачей анестезиологов-реаниматологов). Исследование проведено на базе СОКБ №1, ЦГКБ № 23 Екатеринбурга, ФГБОУ ВО УГМУ Минздрава России. Опрос респондентов осуществлялся при помощи анонимного тестирования на бумажных и электронных носителях. В качестве инструмента исследования были выбраны методики В.В. Бойко «Диагностика уровня эмоционального выгорания» и «Оценка профессиональной идентичности». Выполнен литературный обзор, в ходе которого был проанализирован существующий опыт программ профилактики эмоционального выгорания в медицинских учреждениях.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Согласно полученным данным, наиболее высокие показатели, свидетельствующие о формировании СЭВ, приходятся на студентов ФГБОУ ВО УГМУ Минздрава России. Данные, полученные в ходе исследования, свидетельствуют о том, что число студентов, имеющих завершенный 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 – у 35,0% (30 чел.); фаза резистенции – у 66,0% (57 чел.); фаза истощения – 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.). (рис.1). Связано это с тем, что их деятельность направлена в разные сферы: недостаточно четкая организация учебного процесса и производственной практики, значительный объем заданий по различным учебным дисциплинам. В связи с этим их профессиональная идентичность не сформирована.

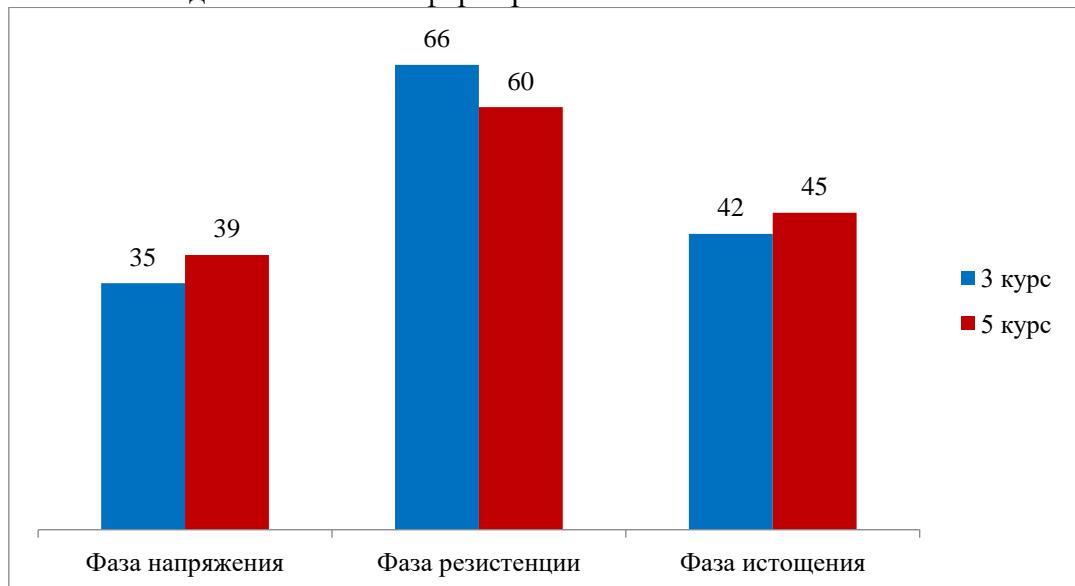


Рис.1 Сравнение фаз СЭВ, выявленные у ординаторов первого и второго года обучения, %

У ординаторов первого и второго года обучения (рис.2) фаза напряжения не сформировалась – 61,1% (11 чел.), в стадии формирования – 38,9% (7 чел.), сформировавшаяся фаза – 0%. Фаза резистенции не сформировалась – 16,7% (3 чел.), в стадии формирования – 50% (9 чел.), сформировавшаяся фаза – 33,3% (6 чел.). Фаза истощения не сформировалась – 44,4% (8 чел.), в стадии формирования – 27,8% (5 чел.), сформировавшаяся фаза – 27,8% (5 чел.). У ординаторов средние значения показателя формирования СЭВ, связано это с переходом из сферы образования в сферу профессиональной деятельности.

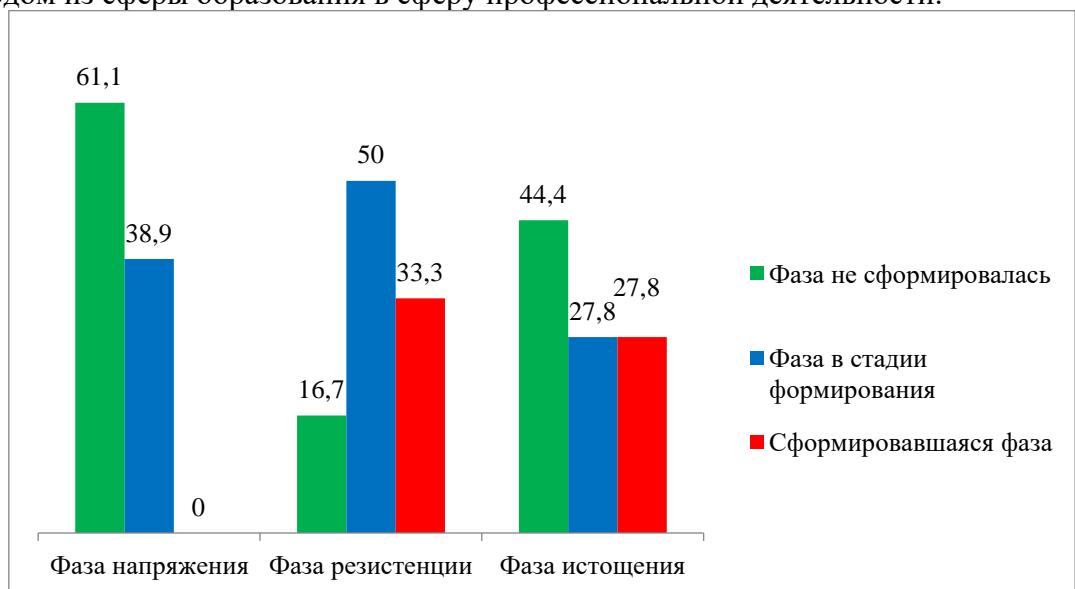


Рис.2 Сравнение фаз СЭВ, выявленные у ординаторов первого и второго года обучения, %

У врачей анестезиологов-реаниматологов (рис.3) фаза напряжения не сформировалась – 40% (4 чел.), в стадии формирования – 60% (6 чел.), сформировавшаяся фаза – 0%. Фаза резистенции не сформировалась – 10% (1 чел.), в стадии формирования – 70% (7 чел.), сформировавшаяся фаза – 20% (2 чел.). Фаза истощения не сформировалась – 70% (7 чел.), в стадии формирования – 30% (3 чел.), сформировавшаяся фаза – 0%. В свою очередь показатели формирования СЭВ у врачей анестезиологов - реаниматологов отмечается низким уровнем связано это с высоким уровнем профессиональной идентичностью и большим опытом работы, которые позволяют преодолевать трудности в профессиональной деятельности.

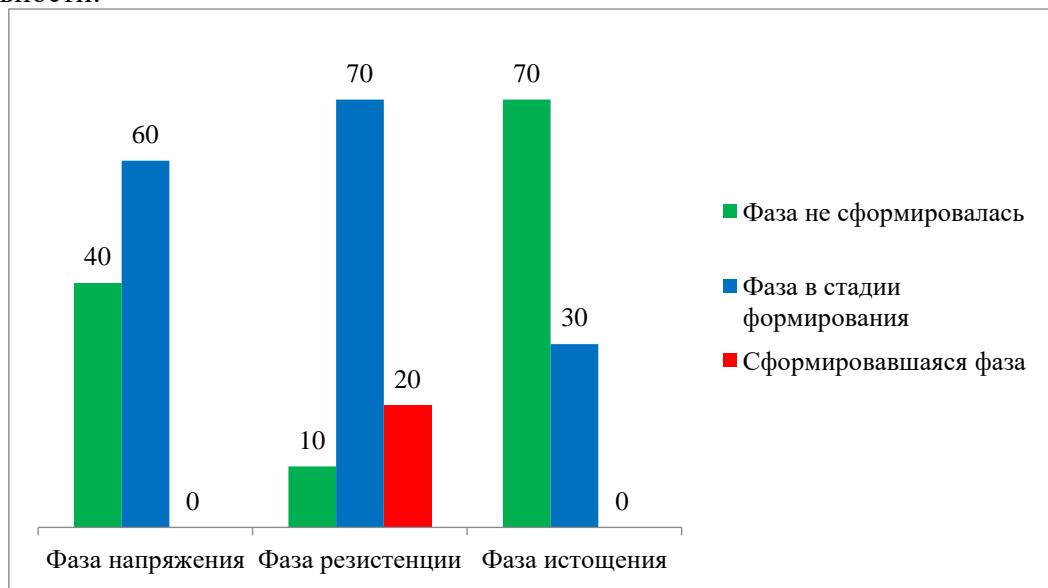


Рис.3 Сравнение фаз СЭВ, выявленные у врачей анестезиологов-реаниматологов, %

ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты проведенного исследования предоставляют важные выводы о взаимосвязи между синдромом эмоционального выгорания (СЭВ) и профессиональной идентичностью (ПИ) у врачей анестезиологов и реаниматологов, ординаторов и студентов. Данные показывают, что наибольший уровень СЭВ наблюдается у студентов старших курсов. Это может быть объяснено недостаточной сформированностью профессиональной идентичности – студенты находятся на этапе, когда их роль как будущих медицинских работников еще только начинает формироваться, что в свою очередь может повысить уровень стресса и эмоционального истощения. Предполагается, что неопределенность в отношении будущей карьеры и уровень давления, с которым они сталкиваются, могут значительно повлиять на их психоэмоциональное состояние.

Напротив, врачи анестезиологи и реаниматологи показали более низкие показатели СЭВ, что может быть связано с высоким уровнем профессиональной идентичности и накопленным опытом, что позволяет им более эффективноправляться с эмоциональными и профессиональными нагрузками. Высокая степень профессиональной идентичности, как показывает исследование, способствует не только личностной и профессиональной удовлетворенности, но и помогает в преодолении трудностей в рабочей сфере.

Что касается ординаторов, их результаты показывают промежуточное состояние между студентами и опытными врачами. Наблюдаемые средние значения СЭВ, как у ординаторов первого, так и второго года, указывают на процесс адаптации, с которым они сталкиваются при переходе от обучения к профессиональной деятельности. Здесь важна поддержка со

стороны более опытных коллег и организаций, что может способствовать более успешной интеграции в медицинское сообщество и минимизации эмоционального выгорания.

Таким образом, результаты исследования подчеркивают значимость формирования профессиональной идентичности как ключевого фактора в предотвращении синдрома эмоционального выгорания в медицинской сфере. Эффективные программы поддержки и профориентации для студентов и ординаторов могут способствовать созданию более устойчивого к стрессам сообществе медицинских работников.

ВЫВОДЫ

Профессиональный синдром эмоционального выгорания является значимой проблемой, особенно среди специалистов в области медицины, таких как анестезиологи и реаниматологи. Наша работа показала, что высокий уровень профессиональной идентичности служит защитным фактором против СЭВ. Это исследование подтверждает, что студенты, которые находятся на начальных этапах своей профессиональной деятельности, подвержены большему риску эмоционального выгорания. В то же время, опытные врачи демонстрируют более низкий уровень СЭВ благодаря высокому уровню принятых ими профессиональных ролей и ответственности.

Важно отметить, что инвестирование в программы профессиональной подготовки и личностного развития, акцент на улучшение корпоративной культуры и создание возможностей для карьерного роста, могут существенно снизить уровень стресса и повысить удовлетворенность работой как среди студентов, так и среди практикующих врачей.

Данное исследование подчеркивает необходимость регулярного мониторинга психологического состояния медицинских работников и разработки комплексных программ профилактики эмоционального выгорания, что является ключевым для поддержания здоровья профессионалов и гарантия качества медицинских услуг. С учетом важности профессиональной идентичности необходимо продолжение исследований в этой области с целью более глубокого понимания ее роли в формировании устойчивости к стрессу и эмоциальному выгоранию.

В будущем следует рассмотреть внедрение программ менторства и поддержки, которые помогут молодым специалистам адаптироваться к требованиям профессии, укрепляя тем самым их профессиональную идентичность и снижая риск выгорания. Ключевыми аспектами таких программ должны стать создание безопасной среды, в которой молодые врачи смогут открыто обсуждать свои переживания и получать поддержку, а также активное вовлечение их в профессиональное сообщество, что позволит им чувствовать себя частью единой команды и повысит мотивацию к профессиональному росту.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Кропинова, О. Ю. Определение распространенности эмоционального выгорания среди студентов медицинского университета, ординаторов и врачей / О. Ю. Кропинова, Т. С. Петухова, Л. Т. Баранская // Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения: сборник статей V Международной (75 Всероссийской) научно-практической конференции. – 2020. – №3. – С. 28-32.
2. Левит, А. Л. Человеческий фактор в анестезиологии и проблема профессионального выгорания / А. Л. Левит, Л. Т. Баранская, А. И. Колесник. – Текст: электронный // Вестник Уральского государственного медицинского университета. – Екатеринбург: УГМУ, 2021. - Вып. 1. - с. 49-53.
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. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей / Бердяева И.А., Войт Л.Н // Дальневосточный медицинский журнал. – 2012. – № 2. – С. 117-120.

Сведения об авторах

В.А. Бабкина* – студент
Л.И. Едигарьева – студент
К.И. Кузнецова – студент
Е.А. Постникова – студент

Information about the authors

V.A. Babkina* – Student

L.I. Edigaryeva – Student
K.I. Kuznetsova – Student
E.A. Postnikova – Student

***Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):**
babkina.varya.17@yandex.ru

УДК: 616.89;796

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПОВЫШЕНИИ УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОЙ САМООРГАНИЗАЦИИ У СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Бакличева Ксения Игоревна, Белобородова Милена Антоновна, Гурбанов Ризван Эльманович, Парамонов Леонид Алексеевич, Савельев Вадим Арменович

Кафедра психиатрии, психотерапии и наркологии

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

Аннотация

Введение. В статье исследуется роль физической активности в повышении уровня личностной самоорганизации у студентов старших курсов медицинского университета. **Цель исследования** - выявить роль физической активности в повышении уровня личностной самоорганизации у студентов старших курсов медицинского университета. **Материал и методы.** Проведено исследование в Google-форме, составленное на основе: «Диагностика особенностей самоорганизации»; «Тест жизнестойкости Мадди» С. Мадди, в адаптации Д. А. Леонтьева и Е. И. Рассказовой; Шкала психологического стресса (Psychological Stress Measure, PSM-25); RESTQ-Sport – Recovery-stress questionnaire for athletes (опросник «Восстановление-Стресс в спорте»). 105 студентов 5-6 курсов, разделенных на три группы: не занимающиеся спортом, занимающиеся на любительском уровне и профессиональные спортсмены. Использовались опросники, оценивающие самоорганизацию, стрессоустойчивость и уровень стресса. **Результаты.** Установлено, что профессиональные спортсмены демонстрируют более высокий уровень самоорганизации и стрессоустойчивости, но имеют более низкую успеваемость по сравнению с любителями и теми, кто не занимается спортом. **Выводы.** Студенты старших курсов медицинского вуза, не занимающиеся спортом, чаще имеют низкий уровень личностной самоорганизации и испытывают трудности совладение со стрессом.

Ключевые слова: личностная самоорганизация, физическая активность, стрессоустойчивость, студенты, профессиональный спорт, любительский спорт.

THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY IN INCREASING THE LEVEL OF PERSONAL SELF-ORGANIZATION IN SENIOR STUDENTS OF A MEDICAL UNIVERSITY

Baklicheva Ksenya Igorevna. Beloborodova Milena Antonovna, Gurbanov Rizvan Elmanovich, Paramonov Leonid Alekseevich, Savelyev Vadim Armenovich

Department of Psychiatry, Psychotherapy and Narcology

Ural State Medical University

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. The article examines the role of physical activity in increasing the level of personal self-organization among senior students of a medical university. **The aim of the study** is to identify the role of physical activity in increasing the level of personal self-organization in senior students of a Medical University. **Material and methods.** A study was carried out in the Google form, compiled based on: "Diagnostics of the features of self-organization"; "Maddi's Resilience Test" by S. Maddi, adapted by D. A. Leontiev and E. I. Rasskazova; Psychological Stress Measure (PSM-25); RESTQ-Sport – Recovery-stress questionnaire for athletes. One hundred and five students of 5-6 courses, divided into three groups: non-sports, amateur and professional athletes. Questionnaires used to assess self-organization, stress resistance and stress levels **Results.** It established that professional athletes demonstrate a higher level of self-organization and stress resistance, but have lower academic performance compared to amateurs and those who do not go in for sports.

Conclusions. Senior students of a medical university who are not involved in sports are more likely to have a low level of personal self-organization and experience difficulties in coping with stress.

Keywords: personal self-organization, physical activity, stress resistance, academic performance, students, professional sports, amateur sports.