

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра консультативной психологии

**«СВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ И ВЫРАЖЕННОСТИ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У МЕДИЦИНСКИХ  
РАБОТНИКОВ»**

**АВТОРЕФЕРАТ**

Студентки 5 курса 510 группы  
Направления 37.03.01 «Психология»  
Факультета психологии

Бабаевой Натальи Александровны  
(ФИО студента)

---

Научный руководитель  
д. псих. н., профессор

\_\_\_\_\_  
должность, уч. степень, уч. звание

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

Белых Т.В.

\_\_\_\_\_  
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д. псих. н., профессор

\_\_\_\_\_  
должность, уч. степень, уч. звание

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

Белых Т.В.

\_\_\_\_\_  
инициалы, фамилия

Саратов-2017 г.

В ситуации социально – экономического дисбаланса современного социума, постоянно растущих профессиональных требований к работнику. И наряду с высоким психологическим напряжением, постоянными стрессами, далеко не каждый человек может адаптироваться и выполнять в полной мере свой профессиональный долг и социальную роль. Вследствие этого увеличивается возможность формирования негативных психических состояний. Приоритетной задачей психологии считается изучение специфических социально – психологических явлений, к которым относят и «эмоциональное выгорание» среди специалистов различных сфер деятельности, разработка способов их профилактики и коррекции.

Чаще всего признак профессиональной деформации личности проявляются у представителей деятельности связанной с взаимодействием типа «человек – человек». Ярким представителем такой деятельности является профессия медицинского работника. Специфика профессиональной деятельности, которого заключается не только в выполнении определенного алгоритма лечебных мероприятий, но и во взаимодействии медицинского работника с пациентом, родственниками пациента и медиков между собой. От медицинского работника требуется высокая профессиональная подготовленность и психологическая стойкость к эмоциональным нагрузкам, которые связаны с осуществлением медицинской помощи, быстрой переключаемостью с одного вида деятельности на другой. В связи с тем, что медицинский работник вынужден постоянно находиться в присутствии пациентов, подверженных напряжению, тревоге и страху, это становится для него стрессогенным фактором.

Необходимость осуществления постоянного самоконтроля при работе, которая требует согласованности действий и такта профессионального общения. Внутренними эмоциогенными факторами развития СЭВ являются индивидуально-личностные характеристика нервной деятельности, темперамента, уровня тревожности, адаптивности, которые, чаще всего,

определяют уровень реакции на стресс и фрустрацию. Так же, к особенностям медработников относят наличие отрицания ими вопросов, связанных со своим нездоровьем. Термин «синдром выгорания», психологическое понятие, был введен американским ученым Х. Дж. Фрейденбергом в 1974 г. Он характеризует психологическое состояние людей, находящихся в интенсивном и тесном общении в эмоционально нагруженной атмосфере. В современном обществе «синдром выгорания» признан проблемой, требующей специализированной помощи. За последние годы заметно увеличился интерес исследователей к проблеме профессионального выгорания и его последствий. Представители здравоохранения имеют некие особенности, связанные с наличием особой специфики своей профессиональной деятельности, существенно влияющей на качество производительности труда и профессиональную сферу медицинских работников.

Учитывая то, что эмоциональное выгорание может лежать в основе агрессивного, аутоагрессивного, аддиктивного поведения, а также расстройств здоровья, как психического, так и психосоматического, наше исследование представляется актуальным на сегодняшний день. Проблема проявления эмоционального выгорания и его влияние на профессиональную деятельность представляет не только научный интерес, но и имеет большую практическую значимость при использовании полученных данных в системе психогигиенических, психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья медицинских работников. Все это предопределило выбор темы исследования, цель и задачи дипломной работы.

**Объект исследования:** связь личностных особенностей и степени выраженности эмоционального выгорания у медицинских работников.

**Предметом исследования** являются синдром эмоционального выгорания и степень его выраженности в связи с личностными особенностями медицинских работников.

**Цель работы:** найти связь между степенью выраженности эмоционального выгорания и личностными особенностями медицинских работников.

**Гипотеза исследования** состоит в том, что, существует взаимосвязь между степенью выраженности эмоционального истощения, деперсонализации, редукции профессиональных достижений личностными особенностями и индивидуальными характеристиками врачей и медсестер.

**Новизна:** Подобраны методические средства, позволяющие отслеживать связь эмоционального выгорания и степень его выраженности в связи с личностными особенностями медицинских работников.

**Методы исследования:**

Использовался опросник на определение уровня психического выгорания (МВІ), методика «Оценка нервно-психического напряжения» (Т.А.Немчин), опросник на определение степени социально психологической адаптации – Р. Даймонда и К. Роджерса, тест самооценки стрессоустойчивости (С.Коухена и Г.Виллиансона), тест на определение структуры темперамента В.М. Русалова, методика В. В. Бойко «Диагностика уровня эмпатии». Проведен корреляционный анализ по Пирсону.

## **Теоретические аспекты изучения синдрома эмоционального выгорания и личностных особенностей у медицинских работников.**

В современном обществе вопрос о «эмоциональном выгорании» не может быть не актуальным, в связи с постоянно растущими требованиями, предъявляемыми работнику и в частности в сфере медицины.

Медработник, подверженный «эмоциональному выгоранию», уже не в состоянии справиться с натиском ежедневно напирających на него губительных факторов, что приводит к личностной и профессиональной деформации. Эмоционально истощенный, не способный сострадать работник, не имеет возможности, в полной мере, исполнять свой профессиональный долг.

Синдром эмоционального выгорания влечет за собой возникновение нарушений в психическом, соматическом и социальном круге существования, по мере постепенного развития проходит 3 ступени: напряжения, резистентности, истощения.

Необходимость в диагностировании СЭВ подтверждается научными трудами, в которых выявлена взаимосвязь между эмоциональным выгоранием и склонностью к суициду. Повышенная рабочая нагрузка является фактором риска в развитии эмоционального истощения, повышая цинизм среди медработников и снижая их профессиональную эффективность.

Результаты многочисленных исследований факторов, способствующих выгоранию, не привели к общему знаменателю в решении вопроса: что является основной причиной «выгорания» – личностные черты или характеристики деятельности. Необходимость разрешения этих проблем имеет особую важность, прежде всего, для разработки мер по профилактике СЭВ. Не оспорим факт того, что именно

личностные особенности способны привести к развитию эмоционального выгорания. Существует множество различных, порой, противоречивых суждений, на тему влияния личностных особенностей на формирование СЭВ. Но все исследователи, в данной области, сходятся в едином мнении, что личностные качества такие как: низкая социальная активность и адаптивность, низкая самооценка; высокий уровень эмпатии; наличие консервативности; низкий уровень стрессоустойчивости; повышенный самоконтроль; высокий уровень тревожности; социальная напряженность; зависимость от мнения других; интровертированность; невротизм - имеют большое значение для формирования «синдрома эмоционального выгорания».

В своей работе по исследованию связи личностных особенностей и степени выраженности эмоционального выгорания у медицинских работников мы будем опираться на результаты следующих методик: "Оценка нервно-психического напряжения" (Т.А. Немчин), «уровень эмпатических способностей» (В.В. Бойко), опросник структуры темперамента (В.М. Русалов), методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс И Р. Даймонд) и определим их корреляцию по отношению к результатам степени выраженности СЭВ.

## **Выводы по эмпирическому исследованию связи личностных особенностей и степени выраженности эмоционального выгорания у медицинских работников.**

В результате проведенного исследования взаимосвязи СЭВ с личностными особенностями медицинских работников, сделаны следующие выводы:

1. У медицинских работников имеется взаимосвязь с «эмоциональным выгоранием» и личностными особенностями, что подтверждено при помощи корреляционного анализа по Пирсону. Определен ряд корреляционных взаимосвязей (взаимосвязь между эмоциональным истощением и степенью нервно-психического напряжения, эмоциональной комфортностью, уровнем стрессоустойчивости, пластичностью, социальным темпом, социальной эмоциональностью; деперсонализацией и социальной эргичностью, интернальностью и социальным темпом; редукцией персональных достижений и адаптацией, интернальностью, стремлением к доминированию, предметной эргичностью, пластичностью и социальным темпом). Причем имеется прямая и обратная взаимосвязь, что подтверждает зависимость одного показателя от другого, то есть выдвинутая гипотеза подтвердилась.

2. Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у медработников в соответствии с их личностными особенностями, указывают на необходимость проведения психопрофилактических мероприятий, направленных как на оптимизацию их эмоционального состояния, так и на поддержание общего соматического благополучия. Важным является проведение мер по улучшению эффективности профессиональной деятельности.

3. Необходимо ввести профилактические, психокоррекционные мероприятия в деятельность медицинских работников: занятия с психологом, различные меры релаксации, занятие спортом, здоровое питание, санаторно -

курортные путевки. Все эти профилактические мероприятия обеспечат не только психологическую устойчивость к стрессам, но и сохранение, и укрепление здоровья.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итоги нашего исследования, можно сказать, что актуальность проблемы эмоционального выгорания у медицинских работников, обусловлена тем, что в последнее время увеличивается количество стрессов, связанных со спецификой трудовой деятельности.

Профессиональные стрессы негативно сказываются не только на качестве выполнения труда, но так же затрудняют взаимодействие и общение в коллективе, губительно влияют на психическое и соматическое состояние самого человека в частности.

Теоретический анализ по проблеме исследования показал, что СЭВ является приобретённым стереотипом эмоционального, чаще всего профессионального поведения. Это выработанный личностью защитный механизм психологической защиты в виде полного или частичного исключения эмоций в ответ на постоянное психотравмирующее воздействие негативных факторов деятельности медработников.

Исходя из специфики своей профессиональной деятельности (повышенная ответственность за жизнь пациента, большое количество контактов с больными и их родственниками, постоянно растущие требования, предъявляемые работнику) медицинские работники несут двойную социально-психологическую нагрузку, что и предопределяет эмоциональную насыщенность их деятельности. Оттого врачи и медсестры относятся к группе риска по развитию СЭВ.

В данной дипломной работе в ходе эмпирического исследования, нами было установлено, что эмоциональное выгорание есть интегральная характеристика трех величин: синдрома эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личностных достижений. За основу исследования был взят подход К. Маслач и М. Лейтер. Мы выяснили, что эмоциональное истощение связано со степенью нервно-психического напряжения, эмоциональной комфортностью, уровнем стрессоустойчивости,

пластичностью, социальным темпом, социальной эмоциональностью; деперсонализация связана социальной эргичностью, интернальностью и социальным темпом; редукция персональных достижений связана с адаптацией, интернальностью, стремлением к доминированию, предметной эргичностью, пластичностью и социальным темпом.

Тем самым мы подтвердили наше предположение о наличии связи между степенью выраженности эмоционального выгорания и личностных особенностей у медицинских работников.

Следовательно, можно утверждать, что поставленные перед нами задачи были решены, а выдвинутая гипотеза подтвердилась.