

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра психология личности
наименование кафедры

**СВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ,
ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ И ИНДЕКСА РЕСУРСНОСТИ У
МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА «КРАСНЫХ ЗОН»**

наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРА

студентки 5 курса 510 группы

направления
(специальности) 37.03.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии
наименование факультета, института, колледжа

Кулебякиной Виктории Александровны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

Доктор психол. наук
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Е.В.Рягузова
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Доктор Психол.наук
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Е.В.Рягузова
инициалы, фамилия

Саратов 2022

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

В связи с продолжающейся пандемией COVID-19 особенно актуален вопрос о состоянии психологических ресурсов у врачей, продолжительно работающих в условиях «красных зон».

Второй год биосоциальная среда человечества подвержена массивной агрессии коронавируса, на передовой борьбы с которым находятся медицинские работники.

Коронавирусная инфекция — это группа острых инфекционных заболеваний, вызываемых различными серотипами коронавирусов. Характеризуется синдромом общей инфекционной интоксикации и синдромом поражения респираторного тракта, в основном верхних и средних его отделов — носа, глотки, гортани, трахеи и бронхов.

Актуальность этой работы заключается в том, что актуальна и требует научного анализа проблема цены личностных потерь и приобретений, получаемых врачами из тяжелого опыта борьбы за жизнь пациентов, страдающих от COVID-19.

Надо отметить, что первые шаги в изучении влияния пандемии COVID-19 на различные популяционные сегменты уже сделаны. Переживание людьми опасности распространения COVID-19 в первые месяцы пандемии рассматривали специалисты в области психиатрии и психотерапии как явление психологического кризиса. Была отмечена необходимость оперативно организованных ответных мер общественного здравоохранения по психологической поддержке населения как часть мероприятий по борьбе с COVID-19.

Объектом исследования является медицинский персонал «красных зон».

Предметом исследования является связь показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон».

Цель работы - определить связь показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон».

Для достижения поставленной цели предполагается решение следующих **задач**:

- провести анализ литературы по проблеме исследования.
- изучить проблемы медицинского персонала «красных зон» (эмоциональное выгорание и подверженное стрессу).
- изучить характеристику профессионального стресса и его последствий;
- проанализировать особенности проактивного совладающего поведения личности в период пандемии COVID-19;
- эмпирически изучить связи показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон».
- описать психологическое сопровождение медицинского персонала «красных зон». Сформулировать рекомендации.

Структура выпускной квалифицированной работы включает в себя введение, две главы, каждая из которых разделена на параграфы, заключение и приложение.

Методологические основы Смысловые составляющие понятия жизнестойкости были предложены Т. В. Наливайко: сильный характер, целеустремленность и оптимизм. По ее мнению, жизнестойкость опирается на индивидуально-личностные свойства личности (экстраверсию, интроверсию, тревожность и спонтанность) и самоотношение, а также связана со смысложизненными ориентациями и стилевой саморегуляцией личности. Сам С. Мадди и другие исследователи предлагают конструкт «жизнестойкость» как один из ресурсов, оказывающих влияние на применяемые копинг-стратегии. В исследованиях М. В. Логиновой, С. В. Гуцунаевой, С. В. Ларионовой было подтверждено, что существует взаимосвязь между компонентами жизнестойкости и личностными ресурсами: темпераментом, локусом контроля и копинг-поведением.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В ТЕОРЕТИЧЕСКУЮ ЧАСТЬ работы входит первая глава: «Профессиональный стресс и проактивное совладающее поведение в период пандемии COVID-19».

В данной главе в разделе **«Характеристика профессионального стресса и его последствий»** рассматривается теоретический вопрос изучения профессионального стресса и его последствий.

Стресс – это состояние психофизиологического напряжения, возникающее под влиянием любых сильных воздействий и сопровождающееся мобилизацией защитных систем организма и психики.

В соответствии с системным подходом, в наше время, стресс изучается с позиций физиологического, психологического, и поведенческого уровней. Одна из первых таких попыток была предпринята Р. Лазарусом. Стресс физиологической природы представляет собой, по мнению автора, непосредственную реакцию организма, сопровождающуюся выраженными физиологическими сдвигами на воздействие различных внешних и внутренних стимулов физико-химической природы. При этом величина физиологического стресса зависит от интенсивности воздействующего агента. Отличительные особенности психологического стресса заключаются в том, что он вызывается психическими стимулами, которые оцениваются как угрожающие. Именно Р. Лазарус, развивая учение о стрессе, выдвинул концепцию, согласно которой разграничивается физиологический стресс и психический (эмоциональный) стресс.

Во втором разделе **«Особенности проактивного совладающего поведения личности в период пандемии COVID-19»** рассматриваются основные подходы к изучению данной темы.

Обзор имеющейся литературы в отношении психического здоровья медицинских работников и направлений его укрепления в период пандемии продемонстрировал довольно ограниченное количество работ, посвященных этому вопросу.

Опыт психотерапии пострадавших от катастроф различного генеза позволяет утверждать, что травмирующие факторы, описанные в научной литературе ранее, никогда еще не проявлялись так масштабно и в таком сочетании, как при пандемии COVID-19.

Проактивное совладание представляет собой особый стиль жизни, основанный на том, что происходящее в жизни каждого человека зависит от него самого, а не от удачи или стечения внешних обстоятельств. Жизнь таких людей в большей мере направляется внутренними, а не внешними факторами, и эти люди несут ответственность за те события, которые с ними происходят.

Проактивное совладание зависит от внешних причин, которые могут быть не связаны с конкретным человеком (например, пандемия коронавируса), но его восприятие этой ситуации порождает или не порождает проактивное совладание. В связи с этим целью данного исследования является анализ взаимосвязей уровня стресса, реакции на стрессоры и выбора стратегий проактивного совладающего поведения.

В ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ одна глава, она называется «Эмпирическое изучение связи показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон». Здесь в разделе **«Цель, задачи и описание методов исследования»** была сформирована эмпирическая выборка, включавшая врачей и медицинских сестер Государственного учреждения здравоохранения Саратовской области "Красноармейская районная больница".

Исследование охватывало временной диапазон с мая 2020 по июнь 2021 г., отмеченный пандемией COVID-19. Структура совокупной выборки представлена двумя группами респондентов: основная группа (группа 1) — врачи, вовлеченные в указанный период в «красную зону» ковид-госпиталей или отделений ($n = 94$), и группа сравнения (группа 2) — врачи, не участвовавшие в клиническом процессе с ковидными пациентами ($n = 77$). В психодиагностике применяли методики опросного типа, основанные на теоретических конструктах жизнестойкости и психологии ресурсов человека:

- «Тест жизнестойкости» (Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева).

Тест жизнестойкости представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey, разработанного американским психологом Сальваторе Мадди. Личностная переменная жизнестойкость характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности.

- Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (авторы Н. Водопьянова, М. Штейн). Опросник позволяет оценить динамическое взаимодействие жизненно значимых ресурсов с точки зрения субъекта за определенный период времени (в нашем исследовании за период «май 2020 – июнь 2021 г.»). Опросник включает два идентичных списка (две части) из 30 видов ресурсов (персональных, социальных, материальных).

- методика опросник «Жизнеспособность личности» автора А.А.Нестерова.

Опросник «Жизнеспособность личности» проводился в индивидуальной форме вместе с другими методиками, необходимыми для оценки валидности. Процедура разработки и стандартизации опросника включала оценку следующих психометрических параметров: валидности (содержательной, критериальной, конструктивной); ретестовой и консистентной надежности, надежности методом расщепления; дискриминативности отдельных пунктов методики.

Во втором разделе **«Результаты исследования»** второй главы приводятся результаты исследования по всем методикам.

В третьем разделе **«Рекомендации по психологическому сопровождению медицинского персонала, работающего в «красных зонах»** после полученных результатов проведенного исследования позволяет говорить о направлениях работы по психологической поддержке врачей в условиях пандемии COVID-19. В программах консультативной поддержки должны занимать особое место приемы, направленные на активизацию ресурса принятия риска как компонента жизнестойкости личности, осознание смысла труда и значимости приобретенного профессионального опыта; на восстановление расходуемых витальных ресурсов — физического самочувствия после отработанных смен; на овладение

элементарными навыками психофизиологической саморегуляции, снятия стресса; на формирование проактивных стратегий совладающего поведения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Во время неблагоприятной эпидемиологической обстановки медицинские работники испытывают высокий уровень стресса и уязвимы для развития серьезных психических расстройств, что приводит к падению эффективности профессиональной деятельности и затрудняет борьбу с распространением опасных инфекций. Не выявленные вовремя и оставленные без психологической и медицинской помощи стресс-ассоциированные расстройства имеют тенденцию переходить в хроническую форму. Лечение сформировавшихся хронических посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР) является сложной задачей и приводит к устойчивой ремиссии лишь в 20–25% случаев.

Каждый пятый пациент остается резистентным ко всем видам лечения. Недостаточная эффективность лечения ПТСР приводит к значительным негативным последствиям в виде алкоголизма, агрессивного, саморазрушающего и суицидального поведения, прекращению профессиональной деятельности.

Важное значение имеет своевременное выявление формирующихся или развивающихся психических расстройств с помощью регулярных краткосрочных (5 мин) скрининговых обследований, и неотложное решение проблем психического здоровья у медработников, предпочтительно с помощью психотерапевтических средств, основанных на моделях адаптации к стрессу.

Целью работы являлось определение связи показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон».

Для достижения поставленной цели в работе были решены следующие задачи:

- проведен анализ литературы по проблеме исследования.
- изучены проблемы медицинского персонала «красных зон» (эмоциональное выгорание и подверженное стрессу).
- изучена характеристика профессионального стресса и его последствий;

- проанализированы особенности проактивного совладающего поведения личности в период пандемии COVID-19;

- эмпирически изучены связи показателей жизнестойкости, жизнеспособности и индекса ресурсности у медицинского персонала «красных зон».

- описаны психологическое сопровождение медицинского персонала «красных зон».

Проведенный анализ дает основание говорить о психологически негативном следствии продолжительной работы врачей в «красной зоне». Сравнение с группой врачей, реализующих профессиональную деятельность в рамках актуальных специализаций, показывает достоверно выраженное ухудшение у врачей «красной зоны» всех исследованных показателей.

При ежедневных высоких рабочих, эмоциональных перегрузках у врачей значительно утрачивается способность выдерживать профессиональный стресс, сохраняя внутреннюю сбалансированность (общая жизнестойкость). Наиболее выражено это в сниженной вовлеченности в жизненные процессы, появлении чувства отвергнутости, ощущения себя «вне» жизни; в формировании специфического элемента малопродуктивного пандемического сознания — растущей убежденности в невозможности осуществлять контроль жизни, влиять на результаты происходящего, чувстве беспомощности в переживаемых жизненных и профессиональных обстоятельствах.

Анализ результатов проведенного исследования позволяет говорить о направлениях работы по психологической поддержке врачей в условиях пандемии COVID-19. В программах консультативной поддержки должны занимать особое место приемы, направленные на активизацию ресурса принятия риска как компонента жизнестойкости личности, осознание смысла труда и значимости приобретенного профессионального опыта; на восстановление расходуемых витальных ресурсов — физического самочувствия после отработанных смен; на овладение элементарными навыками

психофизиологической саморегуляции, снятия стресса; на формирование проактивных стратегий совладающего поведения.

Основные источники информации:

1 Алешина, Е.А. Проблемы профессионального выгорания и трудовой мотивации среднего медицинского персонала / Е. А. Алешина // *Фундаментальные и прикладные исследования кооперативного сектора экономики.*—2016.—№ 4.— С. 20–24.

2 Арестова, О.Н., Калинина, Н.В. Особенности функционирования защитных механизмов // *Вестник Моск. Ун-та. Сер.14. /О.Н. Арестова, Психология – №1 – 2017, с.20-29.*

3 Бадамшина, Г.Г. Актуальные вопросы оценки условий труда медицинских работников по уровню биологического фактора / Г.Г. Бадамшина, В.Б. Зиятдинов, Л.М. Фатхутдинова // *Медицина труда и промышленная экология.*—2019.—Т. 59, № 9.—С. 551–552.

4 Белоцерковская, Ю. Г. COVID-19: Респираторная инфекция, вызванная новым коронавирусом: новые данные об эпидемиологии, клиническом течении, ведении пациентов / Ю. Г. Белоцерковская, А. Г. Романовских, И. П. Смирнов // *Consilium Medicum.* – 2020. – № 3. – С. 12-20.

5 Беляков, Н.А. Коронавирусная инфекция COVID-19. Природа вируса, патогенез, клинические проявления. Сообщение 1 / Н.А. Беляков, В.В. Рассохин, Е.Б. Ястребова // *ВИЧ-инфекция и иммуносупрессии.*— 2020.— Т. 12, № 1.—С. 7–21.

6 Бояркина, С.И. Условия труда российских врачей: риски для здоровья и инфекционной безопасности / С.И. Бояркина // *Вестник СПбГУ. Социология.*— 2018.—Т. 11, вып. 3.—С. 346–359.

7 Бухтияров, И. В. Профессиональное выгорание и критерии оценки. Аналитический обзор / И.В. Бухтияров, М.Ю. Рубцов // *Вестник Национального медико-хирургического Центра им. Н.И. Пирогова.*— 2014.— Т. 9, № 2.—С. 106–111.

8 Власова, Е.М. Влияние психоэмоциональных факторов на здоровье медицинских работников / Е.М. Власова, В.Б. Алексеев // Медицина труда и промышленная экология.—2019.—Т. 59, № 9.—С. 588–589.

9 Влияние коронавируса COVID-19 на ситуацию в Российском здравоохранении / В. И. Стародубов, Ф. Н. Кадыров, О. В. Обухова [и др.] // Менеджер здравоохранения. – 2020. – № 4. – С. 58-71.

10 Гарипова, Р.В. Оценка вероятности формирования у медицинских работников синдрома профессионального выгорания / Р.В. Гарипова, З.М. Берхеева, С.В. Кузьмина // Вестник современной клинической медицины.—2015.—Т. 8, вып. 2.—С. 10–15.

11 Гладких, А.В. «Влияние эмоционального стресса на состояние здоровья медицинских работников». А.В. Гладких //М.,2019. – С.56.

12 Голубкова, А.А. Безопасность медицинских работников в период пандемии COVID-19: субъективные ощущения, универсальные и дополнительные меры предосторожности / А.А. Голубкова, Т.А. Платонова, С.С. Смирнова //Контроль и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП-2020): сб. тезисов VIII конгр. с международ. участием (25–27 ноября 2020 г., Москва) / под ред. В.Г. Акимкина.— Москва: ФБУН ЦНИИ Эпидемиологии Роспотребнадзора.—2020.—С. 27–28.—URL: <https://expodata.info/wp-content/uploads/2020/11/Tezisy-ISMP-dlya-razmeshheniya-na-sayte.pdf> (дата обращения: 25.02.2022).

13 Костюченко, Е. В., Романчук Л. Н. Связь жизнестойкости и оптимизма медицинских работников. Актуальные проблемы психологии развития личности. Сборник научных статей. Гродно: ГрГУ им. Янки Купалы [интернет]. 2017; 205–16.

14 Коростылева, Л.А. «Психология самореализации личности. Затруднения в профессиональной сфере». / Л.А. Коростылева // – Спб.: Речь, 2019 – С.222.

15 Корехова, М.В. Психологические факторы профессионального выгорания врачей анестезиологов-реаниматологов / М.В. Корехова, А. Г. Соловьев, М.Ю.

Киров, И.А. Новикова // Клиническая и специальная психология.—2019.—Т. 8, № 2.—С. 16–37.

16 Красовский, В. О. Профессиональные риски здоровья персонала службы скорой медицинской помощи / В. О. Красовский, Л. М. Карамова, Г. Р. Башарова // Norwegian Journal of Development of the International Science.—2019.—№ 26.—Р. 52–57.

17 Куфтяк, Е.В., Бехтер, А.А. Стресс и проактивное совладающее поведение в период пандемии COVID-19: данные онлайн опроса // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2020. – Т. 12, № 6(65) с. 1-25.

18 Мосолов С.Н. Актуальные задачи психиатрической службы в связи с пандемией COVID-19. Современная терапия психических расстройств.2020;2. <https://doi.org/10.21265/PSYPH.2020.53.59536>.

19 Натарова, А.А. Социально-гигиенические детерминанты развития профессионального выгорания у медицинских работников среднего звена /А.А. Натарова, В.И. Попов, Л.М. Сааркоппель // Охрана труда и техника безопасности в учреждениях здравоохранения персонала.—2016.—№ 8.—С. 12–21.

20 Нетесин, Е. С. Синдром профессионального выгорания анестезиологов-реаниматологов в России / Е.С. Нетесин, В.И. Горбачев // Анестезиология и реаниматология.—2018.—№ 3.—С. 7–13.

21 Новая коронавирусная инфекция COVID-19: профессиональные аспекты сохранения здоровья и безопасности медицинских работников: методические рекомендации / под редакцией И.В. Бухтиярова, Ю.Ю. Горблянского. – М.: АМТ, ФГБНУ «НИИ МТ», 2021. – 132 с.

22 Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие: – М.: Академия, 2013. – 320 с.

23 Профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи, у работников сферы здравоохранения в условиях COVID-19 / Е.А. Боговская, О.Ю. Александрова, А.Н. Насырова, А. Бородай // Контроль и профилактика инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи (ИСМП-2020): сб. тезисов VIII конгр. с международ. участием (25–27 ноября 2020 г., Москва) / под ред. В.Г.

Акимкина.—Москва: ФБУН ЦНИИ Эпидемиологии Роспотребнадзора.—2020.—С. 18.—URL: <https://expodata.info/wp-content/uploads/2020/11/TezisyISMP-dlya-razmeshheniya-na-sayte.pdf> (дата обращения: 25.02.2022).

24 Психология экстремальных ситуаций: учеб. пособие. / Ю.С. Шойгу, М.В. Павлова, Т.Ю. Кузнецова и др.; Под ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Академия, 2013. – 320 с.

25 Психосоциальные факторы риска в профессиональной деятельности среднего медицинского персонала / Н.А. Акимова, Е.А. Андриянова, Р.Ю. Девличарова, Е.Н. Медведева // Вестник СПбГУ. Социология. — 2018.—Т. 11, вып.4.—С. 420–438.

26 Разумов, А.Н. Медицинская реабилитация пациентов с пневмониями, ассоциированными с новой коронавирусной инфекцией COVID-19 / А.Н. Разумов, Г.Н. Пономаренко, В.А. Бадтиева // Вопросы курортологии, физиотерапиии ЛФК.—2020.—Т. 97, № 3.—С. 5–13.

27 Соболева, А. Е. Взаимосвязь жизнестойкости и отношения к работе у медицинских работников. Устойчивое развитие науки и образования. 2018; 8: 46–50.

28 Сорокин, М. Ю., Касьянов Е. Д., Рукавишников Г. В., Макаревич О. В., Незнанов Н. Г., Лутова Н. Б., и др. Структура тревожных переживаний, ассоциированных с распространением COVID-19: данные онлайн-опроса. Вестник Российского Государственного Медицинского Университета [интернет]. 2020; 3: 77–84.

29 Старченкова, Е.С. Феномен проактивного совладающего поведения в психологии профессионального здоровья (на англ. яз) [Электронный ресурс] // Организационная психология, 2020. Т. 10. № 4. С. 156–183. URL: <https://orgpsyjournal.hse.ru/2020-10-4/431247932.html> (дата обращения: 04.02.2022).

30 Твердохлебова, Т. И., Ковалёв Е. В., Карпущенко Г. В., Кулак М. А., Думбадзе О. С., Литовко А. Р. и др. Социально-экономические аспекты COVID-19 на примере Ростовской области. Инфекционные болезни. 2020; 18 (4): 27–32.

31 Шматова, Ю.Е. Динамика статистических и социологических показателей состояния психического здоровья населения России / Ю.Е. Шматова //Проблемы развития территории.—2019.—Т. 101, № 3.—С. 76–96.

32 Юревич, А. В., Ушаков Д. В., Юревич М. А. COVID-19: результаты третьего экспертного опроса. Психологический журнал. 2021; с. 28–136.

33 Юсупов, В.В. Медико-психологические проблемы медицинского персонала и населения в условиях неблагоприятной эпидемиологической обстановки / В.В. Юсупов, Ю.В. Кравченко, А.Д. Демкин // URL: https://www.vmeda.org/wp-content/uploads/2020/06/mpp_covid19.pdf.