

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

Кафедра общей и консультативной психологии

**«Роль копинг-стратегий и уровня личностной ответственности в  
формировании эмоционального выгорания у врачей, работающих с  
COVID-19 – инфицированными пациентами».**

**АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

Студентки 3 курса 384 группы  
направления 37.04.01 «Психология»

факультет психологии  
Федоровой Анастасии Витальевны

Научный руководитель  
доцент, к.м.н.

\_\_\_\_\_

подпись, дата

И.Ю.Аранович

Зав. кафедрой  
д.псих.н., доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

С. В. Фролова

Саратов, 2022

## **Введение**

Пандемия коронавирусной инфекции COVID-19, начавшаяся в 2020 году и продолжающаяся по сей день, несомненно, оказала существенное влияние на все сферы общественной жизни. Такие стресс-обуславливающие факторы, как изоляция, финансовая нестабильность, резкое изменение привычного уклада жизни, в той или иной мере отразились на психологическом состоянии людей во всех уголках Земли.

### ***Актуальность проблемы.***

С момента начала пандемии зарубежные и отечественные исследователи активно занимались изучением влияния условий работы с инфицированными COVID-19 вирусом пациентами на психологическое состояние медицинского персонала. Текущая пандемия и сопровождающие ее дистресс-факторы создали почву для развития и усугубления уже имеющихся проблем как начинающих специалистов, так и врачей с большим опытом. Экстремальная рабочая обстановка врачей и среднего медперсонала в условиях пандемии коронавирусной инфекции COVID-19 стала предиктором более быстрого процесса формирования синдрома профессионального выгорания.

Согласно результатам опроса, проведенного Medscape среди 7500 врачей из 8 стран, пандемия COVID-19 оказала глубокое влияние на их личную и профессиональную жизнь. Наивысшая доля врачей с признаками профессионального выгорания выявлена в Великобритании (55 %), где участвующие в опросе отметили высокий уровень стресса и связанных с работой волнений. Далее следуют США и Испания (43 %), Франция (42 %), Бразилия и Мексика (34 %), Португалия (32 %) и Германия (25 %).

Ряд отечественных публикаций, посвящённых психологическому состоянию медперсонала в условиях работы с инфицированными COVID-19 пациентами, также отражает связь эмоционального выгорания врачей и работы в инфекционных госпиталях. По их данным, у медицинских работников, занимающихся лечением пациентов с COVID-19, выражены три

стадии эмоционального выгорания; выявлены взаимосвязи личностных особенностей и симптомов синдрома эмоционального выгорания.

### ***Степень разработанности проблемы.***

Среди учёных из России и стран СНГ изучением феномена эмоционального выгорания занимались В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Б.Г. Ананьев, Е.С. Старченкова, Ф.Е. Василюк, В.В. Лукьянов, Л.Н. Юрьева, Д.Н. Орлов, В.Е. Орёл, Е.И. Лозинская, Н.В. Козина, и др. Были разработаны теоретические основы понятия, проведены сравнительные эмпирические исследования проявлений выгорания у представителей разных профессий, выделено и активно развивается направление профилактики и коррекции выгорания.

За время пандемии коронавирусной инфекции COVID-19 в России и мире было проведено множество исследований профессионального выгорания медиков (Холмогорова А.Б., Рахманина А.А., Суроегина А.Ю., Микита О.Ю., Петриков С.С., Рой А.П.; Царанов К.Н., Жильцов В.А., Климова Е.М., Хасина А.В., Хачатурова М.Р., Василёнок А.В., Буянова Н.М.; Kane L.; Kannampallil T.G., Goss C.W., Evanoff V.A., et al). Были отмечены как нарастание проявлений синдрома выгорания у медиков, задействованных в «красной» зоне, в сравнении с работающими в «чистой», так и связи выраженности симптомов выгорания с личностными качествами (связь между симптомом «эмоциональное истощение» и такими личностными качествами как невротичность, застенчивость, депрессивность; симптом «деперсонализация» напрямую связан с реактивной агрессивностью, депрессивностью, невротичностью, застенчивостью; прослеживается связь между симптомом «редукция личных достижений» и уравновешенностью, депрессивностью, реактивной агрессивностью).

***Целью*** нашего исследования является выявление теоретически обоснованной и эмпирически подтверждённой взаимосвязи наличия и выраженности профессионального выгорания с преобладающей стратегией

совладания со стрессом (копинг-стратегией) локусом контроля; на основании полученных результатов подготовка программы эффективной профилактики явлений профессионального выгорания.

***Задачи исследования:***

1. Провести анализ научной литературы на темы феномена эмоционального выгорания, стимулирующих и препятствующих эмоциональному выгоранию факторов;
2. Составить программу эмпирического исследования.
3. Исследовать выраженность СЭВ, его компонентов, выявить личностные особенности медицинского персонала;
4. Провести корреляционный анализ между проявлениями синдрома эмоционального выгорания, преобладающим локусом контроля и приоритетными копинг-стратегиями врачей, работающих в условиях инфекционных госпиталей с больными коронавирусной инфекцией covid-19;
5. Подвести итоги проведённого исследования, сформулировать выводы, сопоставить гипотезу и полученные результаты; 6. Наметить программу профилактики профессионального выгорания врачей, работающих в covid-госпиталях.

***Объектом*** исследования являются врачи – анестезиологи, кардиологи, неврологи и рентгенологи, оказывающие помощь больным коронавирусной инфекции в условиях covid-госпиталя.

***Предмет исследования*** - синдром эмоционального выгорания, формирующийся у медицинских работников, работающих с пациентами с COVID-19.

***Теоретико-методологической базой*** проведённого исследования стали теоретические и практические исследования феномена эмоционального выгорания (В.В. Бойко, К.Маслач, Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, Т.В. Форманюк и др.), а так же выводы Г. В. Залевского, С.В. Умняшкиной, В.Е. Орла, о сущности синдрома эмоционального выгорания и происходящих в

ходе него процессов; работы Р.Лазаруса, А.Н.Поддьякова, И.М. Никольской и Р.М. Грановской, в центре внимания которых находится такого явления в психологии как стратегии совладания со стрессом; взгляды Дж.Роттера, Д.Рисмана, К. И. Ананьевной, О. В. Айметдиновой, А. А. Реан и соавт. на психологический феномен локуса контроля.

Согласно *гипотезе* исследования, профилактике профессионального выгорания врачей способствуют интернальный локус контроля, а также копинг-стратегии положительной переоценки и планирования решения; длительность работы в условиях COVID-19 – госпиталя и выраженность профессионального выгорания имеют прямую связь.

Для решения обозначенных задач данного исследования был использован следующий *методический инструментарий*:

1. Изучение и конспектирование с выделением главной мысли тематической научной литературы: книг, монографий, научных статей из журналов и сборников, магистерских, кандидатских диссертаций, интернет-сайтов согласно направлениям: эмоциональное и профессиональное выгорания, стратегии совладающего поведения, локус контроля, изучение психоэмоционального состояния медицинского персонала в период пандемии коронавирусной инфекции; формулировка гипотез на основании литературных данных для дальнейшего подтверждения их в ходе собственного эмпирического исследования;

2. Методика исследования локуса контроля (по методу Роттера);

3. Тест «Способы совладающего поведения» (Р.Лазарус и С.Фолкмен);

4. Опросник выгорания Маслач (Maslach Burnout Inventory, **МВ**; адаптированный для медработников);

Анкетирование участников исследования: указание возраста, пола, стажа работы в медицине, специальности, стажа работы в ковид-госпитале,

интенсивность работы за последний год (1,0/1,25/1,5/более 1,5 ставки в месяц).

**Оценка результатов:** результаты пройденных тестов, опросников, были расшифрованы в соответствии с ключами данных методик; полученные данные вместе с ответами из анкет были внесены в общую таблицу в программе Microsoft Excel.

Для установления взаимосвязей между результатами различных методик использовался корреляционный анализ с помощью определения рангового коэффициента корреляции Спирмена. Оценка тесноты связи проводилась по шкале Чеддока. Статистическая значимость определялась по таблице критических значений.

**Практическая значимость работы:** полученные результаты могут позволить разработать программы мероприятий по профилактике синдрома профессионального выгорания и выработать наиболее благоприятные стратегии преодоления стрессовых ситуаций, неизбежно возникающих в ходе профессиональной деятельности.

**Структура выпускной квалификационной работы (магистерской диссертации).** Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложений.

### **Основное содержание работы**

В первой главе освещены темы: Синдром эмоционального выгорания у врачей: модели выгорания, стадии; клинические проявления, особенности СЭВ у врачей различных специальностей. Влияние работы в условиях пандемии COVID-19 на протекание СЭВ; стратегии совладания со стрессовыми ситуациями: понятие о копинг-стратегиях, виды копинга, особенности применения копинг-стратегий у врачей; ответственность и локус контроля: экстернальный и интернальный локусы контроля.

Во второй главе приведено эмпирическое исследования связи преобладающей копинг-стратегии и локуса контроля с выраженностью

профессионального выгорания у врачей, а также влияния длительности работы в инфекционном госпитале со степенью выгорания.

По данным анкетирования, обращает на себя внимание факт того, интенсивность труда за последний год среди врачей имела следующие особенности: на 1,0 ставки не работал ни один из участников исследования; 1,25 ставки имели 25% респондентов, 1,5 ставки – 43 %, более 1,5 ставок ежемесячно выработывают 32% врачей.

В ходе проведённого исследования по опроснику выгорания Маслач (Maslach Burnout Inventory, **МВ**; адаптированный для медработников; в адаптации Н. Е. Водопьяновой) получены данные о том, что среди респондентов синдром эмоционального выгорания отсутствует полностью у 8 человек (28%), имеются признаки выгорания по двум аспектам у 10 человек (36%), по всем трём аспектам – также у 10 человек (36%). Результатов с признаками выгорания по одному из аспектов синдрома не получено.

Индекс выгорания варьируется от 0,19 до 0,75 (среднее значение – 0,4418).

Наиболее часто (у 19 человек) встречается высокий уровень по шкале оценки «деперсонализация», данные показатели соответствуют 95% имеющих выгорание и 68% общего числа исследуемых; у 16 человек, т.е. у 80% имеющих признаки выгорания или 57 % от общей выборки отмечается повышение показателя «эмоциональное истощение»; аналогичные показатели (16 человек, 80% и 57% от числа имеющих выгорание и общего числа соответственно) выявлены по показателю «редукция профессиональных достижений».

Согласно корреляционному исследованию между длительностью работы в инфекционном отделении и степенью профессионального выгорания, достоверной корреляционной связи выявлено не было.

По данным методики исследования локуса контроля (по методу Роттера), интернальным локусом контроля обладали 10 человек (36%), а

экстернальным – 18 человек (64%). Прямая статистически значимая корреляционная связь была выявлена между экстернальным локусом и такими проявлениями профессионального выгорания, как эмоциональное истощение ( $p = 0,446903, p < 0,05$ ), деперсонализация ( $p = 0,507283, p < 0,01$ ), Индекс профессионального выгорания ( $p = 0,629794, p < 0,01$ ); обратная связь – между экстернальным локусом и редукцией профессиональных достижений ( $p = -0,58499, p < 0,01$ ).

Обратная статистически значимая корреляционная связь обнаружена между интернальным локусом и следующими компонентами эмоционального выгорания врачей: эмоциональное истощение ( $p = -0,46978, p < 0,05$ ), деперсонализация ( $p = -0,54219, p < 0,01$ ), Индекс профессионального выгорания ( $p = -0,65116, p < 0,01$ ); прямая связь – с показателем редукции профессиональных достижений ( $p = 0,609444, p < 0,01$ ).

Анализируя данные, полученные в ходе выявления преобладающих копинг-стратегий ((тест «Способы совладающего поведения» (Р.Лазарус и С.Фолкмен), мы получили следующие результаты:

- Наиболее распространённой стратегией совладания со стрессом является «бегство/избегание». Её придерживаются 13 из 28 исследуемых (46%); далее по убыванию распространённости идут «самоконтроль» и «планирование решения» (по 4 человека, по 14%); стратегии «конфронтация» и «положительная переоценка» преимущественно используют 2 человека или 7% на каждую; «дистанцирование», «поиск социальной поддержки» и «принятие ответственности» получили по 1 приверженцу, что соответствует 4 % от общей выборки.

Среди общего числа корреляций степени выгорания и преобладающей стратегии совладания со стрессом, к статистически значимым относятся:

- прямая связь между копинг-стратегией «бегство/избегание» и компонентами эмоционального выгорания «эмоциональное истощение» ( $p = 0,507415, p < 0,01$ ) и «деперсонализация» ( $p = 0,656471, p < 0,01$ ), а также

индексом профессионального выгорания ( $p=0,631143$ ,  $p<0,01$ ); обратная связь с компонентом «редукция профессиональных достижений» ( $p= - 0,46633$ ,  $p<0,05$ );

- прямая связь между копинг-стратегией «конфронтация» и индексом профессионального выгорания ( $p=0,383293$ ,  $p<0,05$ ); обратная связь с компонентом «редукция профессиональных достижений» ( $p= - 0,41131$ ,  $p<0,05$ );

- обратная связь между копинг-стратегией «планирование решений» и компонентами эмоционального выгорания «эмоциональное истощение» ( $p=0,507415$ ,  $p<0,01$ ) и «деперсонализация» ( $p=0,656471$ ,  $p<0,01$ ), а также индексом профессионального выгорания ( $p=0,631143$ ,  $p<0,01$ ); обратная связь с компонентом «редукция профессиональных достижений» ( $p= - 0,46633$ ,  $p<0,05$ ).

### **Выводы**

В результате проведенного исследования был подтвержден ряд выдвинутых гипотез и сформулированы следующие выводы.

1. **Существует** прямая связь между наличием интернального локуса контроля и более низкими показателями по всем трём аспектам выгорания; таким образом, можно сделать вывод, что интернальный локус контроля способствует профилактики профессионального выгорания.

2. **Выявлена** связь между данной стратегией совладания со стрессом и формированием профессионального выгорания по всем составляющим; преобладающая стратегия «планирование решений» также дала статистически значимую связь с меньшим проявлением симптомов эмоционального выгорания; таким образом, копинг-стратегия «планирование решений» может рассматриваться как благоприятная и продуктивная для рабочего процесса.

3. Статистически значимых взаимосвязей между длительностью работы в отделении для больных коронавирусной инфекцией COVID-19 и

степенью профессионального выгорания не получено, что не подтверждает частной гипотезы 3; таким образом, можно предположить главенствующую роль внутренних факторов над внешними в формировании синдрома эмоционального выгорания.

На основании результатов проведенного эмпирического исследования сформированы рекомендации для медиков по профилактике и коррекции проявлений синдрома эмоционального выгорания, представленные в пятом параграфе второй главы диссертации.

В заключении отражены выводы, полученные во время эмпирического исследования.