



Психологическое выгорание врачей



ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ

Цель – изучение эмоционального выгорания и разработка программы профилактики эмоционального выгорания врачей.

Задачи:

- изучить проблему эмоционального выгорания в теоретических источниках;
- определить наличие синдрома эмоционального выгорания у врачей;
- провести анализ теоретических исследований по проблеме деформации личности и эмоционального выгорания;
- выявить внешние и внутренние факторы, определяющие предрасположенность врачей к эмоциональному выгоранию, а также особенности его развития и протекания;
- определить профилактические меры и основные направления оказания психологической помощи врачам, у которых выражен синдром эмоционального выгорания.



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВРАЧА

- возрастом, семейным положением, образованием, должностью, стажем работы, удовлетворенностью условиями труда:
- специалистом в зрелом возрасте определяется ряд конкретных целей, преодолевается профессиональное становление и адаптация к профессии, формируются профессиональные интересы, вырабатывается механизм профессионального самосохранения;
- семья выполняет психотерапевтическую функцию, связанная с психологической поддержкой членов семьи – то есть выступает фактором, снижающим различные профессиональные стрессы.
- с эмоциональным «выгоранием» сталкиваются в основном специалисты со средним образованием.
- удовлетворенность условиями труда - неблагоприятными условиями труда повышается риск развития выгорания, а благоприятные - это фактор, ослабляющий влияние профессиональных стрессов.



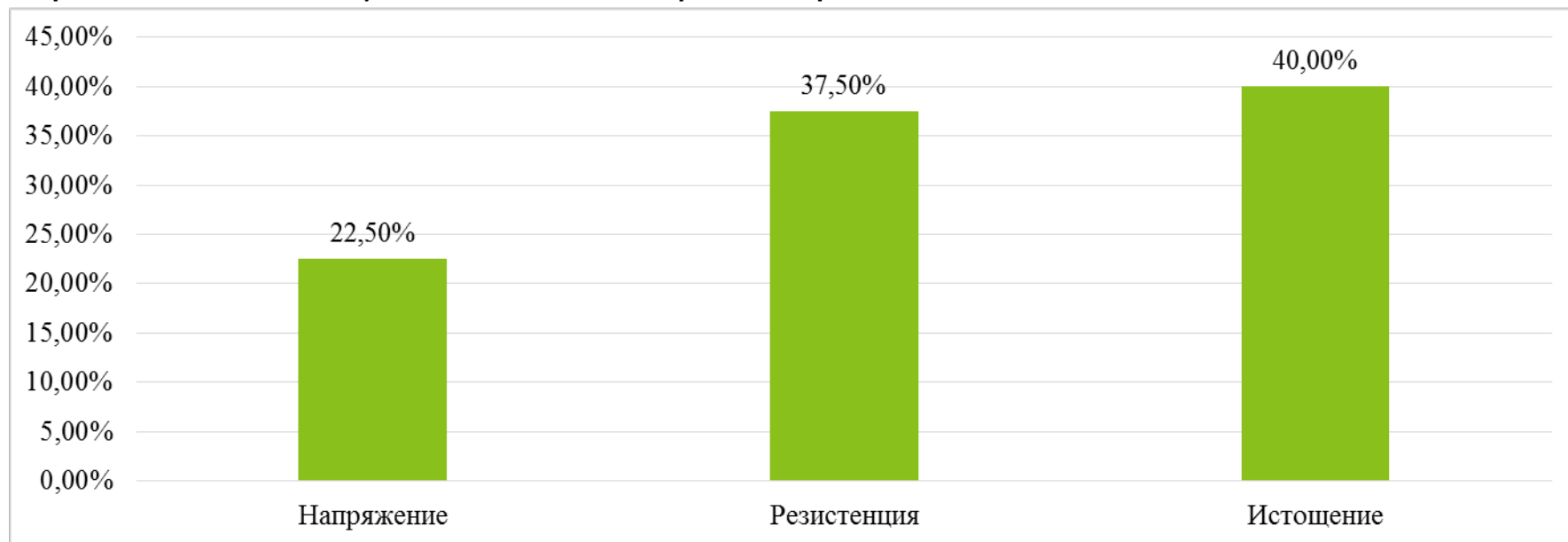
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Проблема психического выгорания в социальных профессиях особенно актуализовалась в последнее время. На это указывалось и указывается как исследователями начала и середины XX века, так и современными авторами, занимающимися данной проблемой. В научной литературе до сих пор отсутствует однозначное определение тому состоянию человека, связанному с пресыщением им своими профессиональными занятиями. Одними авторами называется это «эмоциональным выгоранием», другими – выгоранием психическим.

Профессию врача относят к профессиям, наиболее сильно подверженным эмоциональному выгоранию.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ВРАЧЕЙ

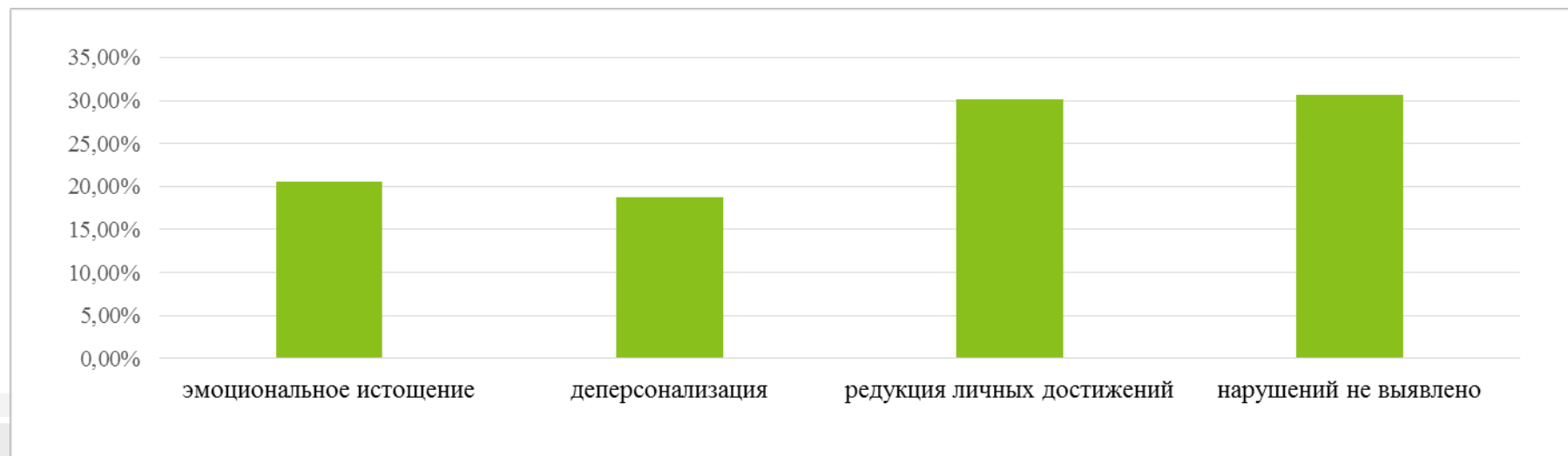
Выраженность эмоционального выгорания врачей



Результаты методики «Диагностика профессионального выгорания» К. Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой (средний балл группы)

Шкалы	Группа 1
эмоциональное истощение	20,6
деперсонализация	18,7
редукция личных достижений	30,1
нарушений не выявлено	30,6

Результаты методики «Диагностика профессионального выгорания» К. Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е.Водопьяновой (средний балл группы)





Организация психологической работы по преодолению синдрома эмоционального выгорания

Цель и задачи программы:

Ознакомление присутствующих со следующей информацией: понятие профессионального выгорания, его симптоматика, этапы формирования, причины возникновения, способы его преодоления.

Данная программа направлена на то, чтобы решить следующие основные задачи:

- обозначить и иллюстрировать проблемы эмоционального выгорания;
- укрепить личностную и профессиональную самооценку участников;
- осознать свои личностные особенности и ресурсные возможности;
- скорректировать и развить установки участников, сформировать



Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика Бойко) в контрольной группе

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	p ≤ ...
переживание психотравмирующих обстоятельств	54	0,285
неудовлетворенность собой	58	0,194
«загнанность в клетку»	56	0,033
тревога и депрессия	57	0,574
Фаза «Напряжение»	61	0,122
эмоционально-нравственная дезориентация	57	0,787
расширение сферы экономии эмоций	62	0,074
редукция профессиональных обязанностей	70	0,050
Фаза «Резистенция»	54	0,017
эмоциональный дефицит	67	0,031
эмоциональная отстраненность	51	0,0005
личностная отстраненность	54	0,163
психосоматические и психовегетативные нарушения	67	0,105



Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика Бойко) в экспериментальной группе

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	p ≤ ...
переживание психотравмирующих обстоятельств	12	0,273
неудовлетворенность собой	21	0,873
«загнанность в клетку»	20	0,154
тревога и депрессия	16	0,284
Фаза «Напряжение»	27	0,540
неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	29	0,372
эмоционально-нравственная дезориентация	32	0,153
расширение сферы экономии эмоций	35	0,642
редукция профессиональных обязанностей	29	0,274
Фаза «Резистенция»	33	0,731
эмоциональный дефицит	35	0,756
эмоциональная отстраненность	31	0,163
личностная отстраненность	25	0,159
психосоматические и психовегетативные	21	0,164



Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика К. Маслач) в контрольной группе

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	$p \leq \dots$
эмоциональное истощение	78	0,274
деперсонализация	62	0,287
редукция личных достижений	76	0,473

Оценка достоверности различий между показателями симптомов синдрома эмоционального выгорания (методика К. Маслач) в экспериментальной группе

Симптомы	t-критерий Вилкоксона	$p \leq \dots$
эмоциональное истощение	32	0,847
деперсонализация	21	0,748
редукция личных достижений	26	0,473



ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Профессия врач связана со значительным риском развития синдрома эмоционального выгорания.

На развитие синдрома «эмоционального выгорания» влияет группа организационных факторов, которые повышают риск развития «выгорания»: неблагоприятные условия труда, организация работы, которая не удовлетворяет специалиста.

Развитие и проявления синдрома эмоционального «выгорания» связаны с особенностями личности специалиста.

У врача в зрелом возрасте уже пройден этап профессионального становления и адаптации к профессии, определены конкретные цели, сформированы профессиональные интересы, выработаны механизмы профессионального самосохранения, следовательно, он более устойчив к эмоциональному выгоранию.

Профилактика психического выгорания – это ведущее направление работы психолога с врачом



ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Психологическая коррекция.

После участия в программе тренинга все показатели эмоционального выгорания врачей существенно снижены, что говорит об эффективности разработанного нами тренинга.

Проведение профилактических мер и коррекционных видов работы по предупреждению и преодолению психического выгорания у врачей требует двусторонней активности: врач должен быть заинтересован в том, чтобы избежать эмоционального выгорания, а если все-таки это случилось, как можно быстрее избавиться от нежелательных проявлений и негативных последствий.



Выводы

- эмоциональное выгорание стадии напряжения было зафиксировано у 22,5%, а это 9 человек от всей группы испытуемых;
- эмоциональное выгорание стадии резистенции наблюдается у 37,5%, а это 15 человек от всей группы испытуемых;
- эмоциональное выгорание стадии истощения наблюдается у 40%, а это 16 человек от всей группы испытуемых.

Программа тренинга «Преодоление синдрома эмоционального выгорания» призвана оказать помощь его участникам в анализе проявления признаков выгорания, выделении источников неудовлетворения профессиональной деятельностью, а также анализа собственных источников негативных переживаний на работе, видения ресурсов профессиональной деятельности, направлений личностного и профессионального роста, снятия напряжения, за счет высказывания накопившихся негативных эмоций и получения психологической поддержки.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!