

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2022.61.12.027

Взаимосвязь уровня личностной тревожности и предрасположенности к профессиональному выгоранию у младшего медицинского персонала

Кутейников Алексей Николаевич

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры социальных технологий,
Северо-западный институт управления,
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ,
199178, Российская Федерация, Санкт-Петербург, Средний проспект В.О., 57;
e-mail: alex_kutejnikov@mail.ru

Броничева Алла Львовна

Заведующая отделением,
СПб ГБУЗ Городская поликлиника № 39,
191123, Российская Федерация, Санкт-Петербург, ул. Фурштатская, 36;
e-mail: allalvovna@gmail.ru

Аннотация

Определяя профессиональное выгорание медицинских работников как важную проблему здравоохранения, можно констатировать, что не смотря на длительный срок, прошедший с момента первого анализа понятия, среди специалистов пока еще не сложилось полного единства взглядов относительно содержательной стороны данного синдрома. Однако все исследователи сходятся во мнении, что к содержательным компонентам профессионального выгорания следует отнести эмоциональное истощение, тенденцию к деперсонализации и снижения стремления к личностному росту. В статье рассматриваются психологические аспекты профессиональной деятельности медицинской сестры. Рассматривается вопрос о негативном влиянии профессионального выгорания на работу младшего медицинского персонала. Анализируются взаимосвязи показателей стажа, личной тревожности и ощущения своего тонуса с показателями профессионального выгорания у медицинских работников. Обосновывается закономерность полученных выводов. Мы можем видеть, что степень профессионального выгорания напрямую связана со стажем работы, что согласуется с работами предыдущих исследователей проблемы. Также показатели выгорания положительно коррелируют с показателями личной тревожности. Но здесь за рамками остается вопрос о направленности данной связи: то ли повышенная тревожность обуславливает более быстрое наступление профессионального выгорания, то ли профвыгорание повышает тревожность личности. Выводится уравнение множественной регрессии, позволяющее спрогнозировать стадию профессионального выгорания, зная другие описанные в статье параметры.

Для цитирования в научных исследованиях

Кутейников А.Н., Броничева А.Л. Взаимосвязь уровня личностной тревожности и предрасположенности к профессиональному выгоранию у младшего медицинского персонала // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2022. Т. 11. № 4А. С. 299-304. DOI: 10.34670/AR.2022.61.12.027

Ключевые слова

Профессиональное выгорание, профессия медсестры, шкала личной тревожности, тонус, продуктивность деятельности, регрессионное уравнение.

Введение

Определяя профессиональное выгорание медицинских работников как важную проблему здравоохранения, можно констатировать, что не смотря на длительный срок, прошедший с момента первого анализа понятия, среди специалистов пока еще не сложилось полного единства взглядов относительно содержательной стороны данного синдрома. Однако все исследователи сходятся во мнении, что к содержательным компонентам профессионального выгорания следует отнести эмоциональное истощение, тенденцию к деперсонализации и снижения стремления к личностному росту.

В соответствии с данным положением была разработана трехфакторная модель профвыгорания (описываемого как синдром, состоящий из трех симптомов), послужившая методологической базой для К. Маслач и С. Джексона при создании ими в настоящее время уже ставшего классическим теста. Указанный тест был переведен на русский язык и адаптирован к русскоязычной выборке Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой [Водопьянова, Старченкова, 2002]. В.В. Бойко, Н.Е. Водопьянова, Е.В. Орел [Орел, 2001] и другие, изучали применимость теста в первую очередь среди представителей социономических профессий, так как считается, что именно представители указанной категории наиболее подвержены риску выгорания. В настоящее время указанный тест является классическим при диагностике и исследовании профессионального выгорания.

Рассматривая исторический аспект проблемы, следует отметить, что американским психологом Г. Фрейденбергером в 1974 году термин «burnout», который на русский язык переводят как «эмоциональное выгорание» или «профессиональное выгорание». Изучая сотрудников помогающих профессий, Г. Фрейденбергер описал симптомы профессионального выгорания, которые включают истощение, вызванное чрезмерной нагрузкой на работу, а также другие симптомы, такие как головные боли и бессонница, раздражительность и ригидность мышления.

Также Фрейденбергер выделил стадии развития профессионального выгорания [Freudenberger, 1974]. Изначально он описал только две, но позднее увеличил их количество до двенадцати. На начальных стадиях работник испытывает навязчивое стремление активно проявлять себя в деятельности. Далее человек начинает манкировать своими потребностями, трансформировать свои ценностные ориентации и не замечать либо отрицать проблемы. На последних стадиях профессионального выгорания человек впадает в апатию, ощущает внутреннюю пустоту, теряет связь с внешним миром и самим собой. В конце концов, работник может прийти до полного эмоционального и физического истощения.

Итак, согласно общепринятой модели, профессиональное выгорание представляет собой

синдром, включающий в себя три симптома. К этим симптомам следует отнести следующие:

- эмоциональное истощение, которое характеризуется чувством опустошения, равнодушия, снижения эмоционального фона,
- деперсонализация – защитная реакция, циничное отношение к клиентам и коллегам, негативизм и отстранение от коллектива,
- редукция профессиональных достижений, проявляющаяся в снижении продуктивности на работе, демотивации, разочаровании в себе как в профессионале.

Также следует выделить стадии развития профессионального выгорания. На первой стадии работник старается выполнять свою работу, стремясь к идеалу и предъявляя чрезмерно высокие требования к себе. На следующей стадии происходит эмоциональное и психическое истощение, снижается его жизненный тонус. Далее следует стадия, на которой человек начинает отдаляться от коллектива, цинично относиться к работе и людям, возникают конфликты с коллегами и клиентами. И наконец, на последней стадии, человек разочаровывается в работе, в себе, начинает испытывать отвращение ко всему, что в дальнейшем приводит к снижению результативности труда и ухудшению состояния здоровья вплоть до болезней. Формирование данной фазы может завершиться появлением психосоматических и психовегетативных нарушений, проявляющиеся на уровне психического и физического здоровья человека, что свидетельствует о том, что организм не уже справляется со стрессом.

Основная часть

Выдвинутая нами гипотеза заключалась в том, что существует взаимосвязь между стажем работы медицинских сестер, уровнем их тревожности и статусом их профессионального выгорания. В принципе, подобные предположения выдвигались и ранее, но возможная актуальность нашего исследования заключается в выведении регрессионной модели, позволяющей выполнять предсказательную функцию и математически описывать зависимость профвыгорания от стажа и уровня личностной тревожности медицинского работника.

Объектом нашего исследования были представители младшего медицинского персонала, работающего в условиях пандемии SARS-CoV-2.

Надо отметить, что «профессионально обусловленной особенностью» данной категории испытуемых является то, что по мере выгорания для них характерно частое игнорирование собственного состояния, в том числе эмоционального, что приводит лишь к усугублению проблемы: с выгоранием возрастает тенденция к пассивно – агрессивному отношению к пациентам, что, естественно, снижает продуктивность работы до минимума и плохо сказывается на самочувствии как самих работников, так и их пациентов. Для работы медсестры также характерен крайне высокий уровень ответственности, что в условиях пандемии является «отягощающим» и без того непростые профессиональные условия фактором. Другими отягощающими деятельностью медсестры факторами следует назвать необходимость постоянного самоконтроля, монотонию, наблюдение страданий других людей и, конечно, недостаточно адекватную материальную оценку труда.

В качестве диагностического инструментария нами были использованы тест Н.Е. Водопьяновой «Профессиональное выгорание» [Ясько, 2005], методика самооценки уровня тревожности Спилбергера-Ханина (взята только шкала личной тревожности), методика САН. Также нами был использован показатель длительности пребывания в профессии (стаж).

Исследование было проведено на базе Тихвинской межрайонной больницы в период

пандемии. В качестве испытуемых в исследовании принимали участие представители младшего медицинского персонала в количестве 37 человек со стажем работы от 1 до 28 лет. Возрастной диапазон испытуемых составил от 20 до 55 лет.

Для обработки результатов была использована программа Statistica для Windows.

Показатели оптантов были сведены в таблицу данных и подвергнуты процедуре корреляционного анализа. По результатам исследования была составлена матрица (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты исследования

	стаж	ПВ	САН	ЛТ
стаж	1			
ПВ	0,336	1		
САН	0,037	0,275	1	
ЛТ	0,255	0,326	-0,026	1

Условные обозначения:

ПВ – профессиональное выгорание

САН – результаты теста Самочувствие Активность Настроение

ЛТ – уровень личной тревожности

Жирным шрифтом здесь выделены статистически значимые коэффициенты. Как мы можем видеть из представленной матрицы, показатели профессионального выгорания коррелируют с значениями стажа и личной тревожности. С показателями САН значимой корреляции не обнаружено.

Заключение

Как можно проинтерпретировать обнаруженные закономерности?

Тут мы можем видеть, что степень профессионального выгорания напрямую связана со стажем работы, что согласуется с работами предыдущих исследователей проблемы. Также показатели выгорания положительно коррелируют с показателями личной тревожности. Но здесь за рамками остается вопрос о направленности данной связи: то ли повышенная тревожность обуславливает более быстрое наступление профессионального выгорания, то ли профвыгорание повышает тревожность личности. Отдельного внимания заслуживает отсутствие значимой корреляции между показателями выгорания и теста САН. Результаты теста САН фактически должны демонстрировать восприятие оптантом своего жизненного тонуса. И отсутствие связи как раз говорит о том, что выгорающие сотрудники не осознают или игнорируют информацию о собственном самочувствии, что свидетельствует в самых крайних случаях даже о тенденции к алекситимии. Здесь мы можем констатировать справедливость расхожей истины, что отсутствие значимого результата (статистически значимой связи) является тоже результатом с точки зрения науки.

Результаты тестирования были подвергнуты нами также процедуре множественного регрессионного анализа. В результате была получена следующая формула:

$$\text{ПВ} = 32,12 + 0,7 * \text{стаж} + 3,089 * \text{САН} + 0,6 * \text{ЛТ}$$

Применение указанной формулы может выполнять прогностическую функцию, так как позволяет спрогнозировать степень профессионального выгорания оптанта (допустим, у медицинского работника, который перевелся недавно с другого места работы), зная показатели его стажа, результатов по тесту САН и значений его личной тревожности.

Библиография

1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е. Психическое «выгорание» и качество жизни. Психологические проблемы самореализации личности. СПб., 2002. 336 с.
2. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования и перспективы // Психологический журнал. 2001. Том 22. 1. С. 33-19.
3. Ясько Б.А. Психология личности и труда врача. Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. 301 с.
4. Вьюгина, Е. А. Особенности подготовки будущего учителя по формированию коммуникативных компетенций / Е. А. Вьюгина, С. П. Анзорова // Мир науки, культуры, образования. – 2021. – № 6(91). – С. 344-346.
5. Вьюгина, Е. А. Психолого-педагогическая диагностика коммуникативных универсальных учебных действий первоклассников - риск дезадаптации / Е. А. Вьюгина // Педагогический журнал. – 2021. – Т. 11. – № 4-1. – С. 275-281.
6. Вьюгина, Е. А. Современный подход в формировании коммуникативной компетентности у будущего учителя / Е. А. Вьюгина // Педагогический журнал. – 2022. – Т. 12. – № 2-1. – С. 496-502.
7. Новикова Н.Г., Пронина Н.В., Клишкова Н.В. Обзор интерактивных методов обучения физике в медицинском вузе // Вестник Российской военно-медицинской академии. - 2018 - № 3(63), с. 219-224.
8. Егоров А. М., Никитина Н.П., Егоров И.А. «..Поведения и нравственных качеств хороших»: правовое регулирование выдачи свидетельств о благонадежности в Российской империи (конец XIX - начало XX века) // Евразийский юридический журнал. 2020. № 3(142). С. 102-105.
9. Freudenberger H.J. Staff Burn-Out // Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30. P. 159-165.

The relationship between the level of personal anxiety and predisposition to professional burnout among junior medical personnel

Aleksei N. Kuteinikov

PhD in Psychology,
Associate Professor of the Department of Social Technologies,
Northwestern Institute of Management,
Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration,
199178, 57, Srednii ave., Vasilievsky Island, Saint Petersburg, Russian Federation;
e-mail: alex_kutejnikov@mail.ru

Alla L. Bronicheva

Department Head,
City Polyclinic No. 39,
191123, 36, Furshtatskaya str., Saint Petersburg, Russian Federation;
e-mail: allalvovna@gmail.ru

Abstract

Defining the professional burnout of medical workers as an important health problem, it can be stated that despite the long period that has passed since the first analysis of the concept, there has not yet been a complete unity of views among specialists regarding the content of this syndrome. However, all researchers agree that the content components of professional burnout include emotional exhaustion, a tendency to depersonalization and a decrease in the desire for personal growth. The article deals with the psychological aspects of the professional activity of a nurse. The issue of the negative impact of professional burnout on the work of junior medical personnel is

considered. Interrelations between indicators of length of service, personal anxiety and feeling of one's own tone with indicators of professional burnout among medical workers are analyzed. The regularity of the obtained conclusions is substantiated. We can see that the degree of professional burnout is directly related to work experience, which is consistent with the work of previous researchers of the problem. Also, burnout scores are positively correlated with personal anxiety scores. But here the question of the direction of this connection remains beyond the scope: either increased anxiety causes a faster onset of professional burnout, or professional burnout increases the anxiety of the individual. A multiple regression equation is derived that makes it possible to predict the stage of professional burnout, knowing the other parameters described in the article.

For citation

Kuteinikov A.N., Bronicheva A.L. (2022) Vzaimosvyaz' urovnya lichnostnoi trevozhnosti i predraspolozhennosti k professional'nomu vygoraniyu u mladshogo meditsinskogo personala [The relationship between the level of personal anxiety and predisposition to professional burnout among junior medical personnel]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 11 (4A), pp. 299-304. DOI: 10.34670/AR.2022.61.12.027

Keywords

Professional burnout, nursing profession, personal anxiety scale, tone, work productivity, regression equation.

References

1. Freudenberger H.J. (1974) Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*, 30, pp. 159-165.
2. Orel V.E. (2001) Fenomen «vygoraniya» v zarubezhnoi psikhologii: empiricheskie issledovaniya i perspektivy [The phenomenon of burnout in foreign psychology: empirical research and perspectives]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 22, 1, pp. 33-19.
3. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E. (2002) *Psikhicheskoe «vygoranie» i kachestvo zhizni. Psikhologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti* [Mental burnout and quality of life. Psychological problems of personality self-realization]. St. Petersburg.
4. Yas'ko B.A. (2005) *Psikhologiya lichnosti i truda vracha* [Psychology of personality and work of a doctor]. Rostov-on-Don: Feniks Publ.
5. Vyugina, E. A. Features of the future teacher's training in the formation of communicative competencies / E. A. Vyugina, S. P. Anzorova // *The world of science, culture, education*. – 2021. – № 6(91). – Pp. 344-346.
6. Vyugina, E. A. Psychological and pedagogical diagnostics of communicative universal educational actions of first-graders - the risk of maladaptation / E. A. Vyugina // *Pedagogical Journal*. – 2021. – Vol. 11. – № 4-1. – pp. 275-281.
7. Vyugina, E. A. Modern approach in the formation of communicative competence of a future teacher / E. A. Vyugina // *Pedagogical Journal*. – 2022. – Vol. 12. – No. 2-1. – pp. 496-502.
8. Novikova N.G., Pronina N.V., Klishkova N.V. Review of interactive methods of teaching physics at a medical university // *Bulletin of the Russian Military Medical Academy*. - 2018 - No. 3(63), pp. 219-224.
9. Egorov A.M., Nikitina N.P., Egorov I.A. "...Good behavior and moral qualities": legal regulation of the issuance of certificates of trustworthiness in the Russian Empire (late XIX - early XX century) // *Eurasian Legal Journal*. 2020. No. 3(142). pp. 102-105.