

А. А. Баранов, Р. Г. Аксенфельд, А. А. Колинко, Л. А. Савельева
**ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОСОМАТИКИ
В ПОСЛЕВУЗОВСКОЙ
И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКЕ ВРАЧЕЙ ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ**

ФГБОУ ВО ЯГМУ Минздрава России,

каф. поликлинической терапии, клинической лабораторной диагностики и медицинской биохимии

Резюме. Рассмотрены методические вопросы подготовки семейных врачей по вопросам психосоматической медицины, а также необходимость и порядок личной терапии будущего доктора в целях профилактики синдрома эмоционального выгорания (СЭВ).

Ключевые слова: подготовка врачей общей практики; образовательный процесс; личная терапия; профилактика синдрома эмоционального выгорания; психосоматический подход.

Актуальность. Профессиональная деятельность предполагает высокий процент факторов, вызывающих стресс. Результатом этого является синдром эмоционального выгорания (СЭВ). Психологическое душевное переутомление, неудовлетворённость профессией, низкий уровень финансового и социального благополучия, накопленные негативные эмоции требуют профилактики эмоционального выгорания и невротических расстройств у врачей [1, 2, 7]. Кроме того, без получения профессиональных коммуникативных, медиативных, психосоматических и психотерапевтических компетенций наш выпускник не станет профессионалом и приобретет СЭВ [3, 4].

Материал и методы исследования. В работе использовали просник выгорания Маслач, 1993, 1996 г.г., психологическое интервью ординаторов и выпускников всего 86 человек.

Полученные результаты и их обсуждение. СЭВ в настоящее время добавлен в рубрику МКБ-10 Z73 "Проблемы, связанные с трудностями управления своей жизнью". Рабочий план ординатуры на факультете подготовки кадров высшей квалификации ЯГМУ по специальности «31.08.54 Общая врачебная практика (семейная медицина)» модифицирован. Цикл «Актуальные вопросы психосоматической медицины и коммуникации в работе ВОП (семейного врача)», 72 часа (2 ЗЕ) включен как самостоятельный раздел в обязательные дисциплины вариативной части учебного плана ФГОС N 1097 от 25.08.2014 по специальности ОВП (семейная медицина). Лекционный материал составил 4 часа, практические занятия – 44 часа, самостоятельная работа – 24 часа. Вопросам психосоматической медицины в подготовке врача общей практики мы выделили особенное место ввиду нескольких причин: мы лечим не болезнь, а больного, и его внутриличностный конфликт становится точкой приложения терапевтического участия. Психогенные факторы в генезе заболевания, «вторичная выгода» симптома и психологические игры, в которые бессознательно играет пациент, - вот небольшая часть прикладных вопросов клинической психологии в подготовке ВОП (семейного врача). Достижение ремиссии или выздоровление возможно только после полноценной психотерапии на фоне терапевтического лечения. Лекции и клинические разборы психосоматических историй болезни обогащают будущих врачей

как теоретическими знаниями, так и навыками эффективных коммуникаций врач – пациент [9]. Прошедший такую подготовку специалист способен заключить с пациентом рабочий договор с разделением ответственности сторон. У нас есть два варианта: отправлять пациента на консультацию к психотерапевту или обучить терапевта психотерапевтическим и медиативным компетенциям. Безусловно, во много раз эффективнее второй путь. Такой подход и обосновал разработку программы цикла. Но какой врач может мотивировать пациента, повысить комплаенс, сделать пациента равным участником лечебного процесса [5, 6, 8]? Правильно, это врач, прошедший личную терапию, регулярно участвующий в работе Балинтовских групп, обученный правильно разбираться в своих негативных чувствах, таких как гнев, обида, вина, контролирующей свои собственные контрпереносы и переносы. Балинтовские группы и коммуникативные тренинги рассматриваются нами как обязательная часть учебного процесса, входят в личную терапию специалиста. Лекции и клинические разборы психосоматических историй болезни обогащают будущих врачей как теоретическими знаниями, так и навыками эффективных коммуникаций врач - пациент. Прошедший такую подготовку специалист способен заключить с пациентом рабочий договор с разделением ответственности сторон. Какие компетенции приобретает наш выпускник? Что он умеет? Он умеет оценить соматический статус; он умеет оценить психологический статус; он умеет повысить мотивацию к сотрудничеству и лечению; он умеет сформулировать с пациентом психотерапевтический запрос и обозначить точки приложения психотерапии; он умеет далее работать по медиативному контракту. Увеличение стажа профессиональной деятельности коррелирует с эмоциональным истощением, эмоциональным дефицитом и эмоциональной отстранённостью. Единственным компенсаторным механизмом является редукция профессионализма. Деперсонализация личности врача относится к маркерам пограничного расстройства личности и требует не профилактических, а лечебных мер.

Выводы. Своевременное выявление начальных признаков СЭВ помогает сохранить личностный и профессиональный потенциал медиков. Профилактика СЭВ предполагает закрепление профессиональных навыков и отреагирование эмоционального стресса. Нами предложено проведение Балинтовских групп в качестве методики профилактики СЭВ. Рекомендуем включение Балинтовских групп в программу обучения в ординатуре.

Литература.

1. Аксенфельд Р. Г. Профилактика эмоционального выгорания врачей: авторский стиль ведения личной терапии и Балинтовских групп /Антология Российской Психотерапии и Психологии, выпуск 6, Материалы Международного Конгресса, М., 2018 г., с. 76.
2. Башкин М.В. Конфликтная компетентность личности: дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2009. 242 с.
3. Гришина Н.В. Изменения в научном дискурсе конфликта: к понятию конструктивной конфликтности (глава в коллективной монографии) // Психология конструктивной конфликтности личности. Монография /Под ред. проф. А.В. Карпова, проф. М.М. Кашапова. Ярославль: ИПК «Индиго», 2013, с. 11 - 26.
4. Кашапов А.С. Социально-психологическая адаптированность студентов: проблемы и решения: монография. Ярославль: ИПК «Индиго», 2015. 288 с.

5. Пусташнева М.Н. Оценка психологического статуса больных и синдрома эмоционального выгорания у врачей первичного звена в амбулаторных условиях / Пусташнева М.Н. // Смоленский медицинский альманах. 2017. № 1. С. 298-302.

6. Князев В. Н., Ремизова К. А. Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке. //Вестник Университета, 2017, N 5, с.181 – 189.

7. Матюшкина Е.Я. Проблема профессионального выгорания педагогов и пути ее решения //Психология и психотерапия. Методология, исследования, практика. М.: Неолит, 2018, с. 24—33.

8. Матюшкина Е. Я., Кантемирова А. А. Профессиональное выгорание и рефлексия специалистов помогающих профессий. //Консультативная психология и психотерапия, вып. 2019, том. 27, № 2, с. 50 – 68.

9. Филатова Ю.С., Рескайя Ю.К. Конфликтная компетентность как фактор формирования коммуникативной компетентности врача на этапе обучения в интернатуре // Гуманитарные основания социального прогресса: Россия и современность: сб. ст. Междунар. науч.-практич. конф. В. 8, ч. 3 / Под ред. В.С. Белгородского, О.В. Кашеева, В.В. Зотова, И.В. Антоненко. М.: ФГБОУ ВО «МГУДТ», 2016, с. 114 - 117.

Abstract.

A.A. Baranov, R.G. Aksenfeld, A.A. Kolinko, L.A. Savelyeva

THE QUESTIONS OF PSYCHOLOGY AND PSYCHOSOMATICS IN THE TRAINING OF GENERAL PRACTITIONERS (FAMILY DOCTORS) IN POSTGRADUATE AND ADDITIONAL PROFESSIONAL EDUCATION

*Yaroslavl State Medical University, Department of Polyclinic Therapeutics, Clinical Laboratory
Diagnostics and Medical Biochemistry*

The methodological issues of training of general practitioners (family doctors) are considered in the article in the order to prevent emotional burnout syndrome. Professional activity involves a high percentage of factors causing stress. The result is burnout syndrome. Psychological mental overwork, dissatisfaction with the profession, low level of financial and social well-being, accumulated negative emotions require the prevention of burnout and neurotic and psychosomatic disorders in doctors. In addition, without obtaining professional communicative, mediative, psychosomatic and psychotherapeutic competencies, our graduate will not become a professional and will acquire burnout. Timely identification of the initial signs of burnout syndrome helps to maintain the personal and professional potential of physicians. Burnout syndrome prevention involves reinforcing professional skills and right responding to emotional stress. We have proposed conducting the Balint groups as a method for the burnout syndrome prevention. We recommend to include Balint groups in the residency program.

Keywords: general practitioners training; education; personal therapy; burnout syndrome prevention; psychosomatic disorders.

References.

1. Aksenfeld R. G. Prevention of emotional burnout of doctors: the author's style of conducting personal therapy and Balint groups / anthology of Russian Psychotherapy and Psychology, issue 6, Materials of the International Congress, Moscow, 2018, p. 76.

2. Bashkin M. V. Conflict competence of the individual: dis. ... Cand. the course of studies. Sciences. Yaroslavl, 2009. 242 p.

3. Grishina N. V. Changes in the scientific discourse of conflict: to the concept of constructive conflict (Chapter in the collective monograph) // Psychology of constructive conflict of the individual. Monograph /Under the editorship of Professor A. V. Karpov, Professor M. M. Kashapov. Yaroslavl: ИПК "Indigo", 2013, p. 11-26.

4. Kashapov A. S. Socio-psychological adaptation of students: problems and solutions: monograph. Yaroslavl: ИПК "Indigo", 2015. 288 p.

5. Pustashneva M. N. Assessment of the psychological status of patients and the syndrome of emotional burnout in primary care doctors in outpatient settings / pustashneva M. N. // Smolensk medical almanac. 2017. no. 1. Pp. 298-302.

6. Knyazev V. N., Remizova K. A. Current state of the problem of emotional burnout in psychological science. // Vestnik Universiteta, 2017, N 5, p. 181-189.

7. matyushkina E. Ya. the Problem of professional burnout of teachers and ways to solve it //Psychology and psychotherapy. Methodology, research, practice. Moscow: Neolit, 2018, pp. 24-33.

8. matyushkina E. Ya., Kantemirova A. A. Professional burnout and reflection of specialists of helping professions. //Consultative psychology and psychotherapy, issue 2019, vol. 27, No. 2, pp. 50 – 68.

9. Filatov Y. S., Y. K. Rescia Conflict competence as a factor of forming communicative competence of the doctor on the stage of training in internship // the Humanitarian foundations of social progress: Russia and modernity: collection of articles Intern. scientific.-practical. Conf. V. 8, part 3, ed. by V. S. Belgorod, O. V. Kashcheev, V. V. Zotova, I. V. Antonenko. M.: FGBOU VO "MSUDT", 2016, pp. 114 - 117.

Сведения об авторах: Баранов Андрей Анатольевич – д.м.н., профессор, заведующий кафедрой поликлинической терапии, клинической лабораторной диагностики и медицинской биохимии, проректор по научной работе ЯГМУ; axenfeld@mail.ru, Аксенфельд Раиса Гарриевна – к.м.н., доцент кафедры поликлинической терапии, клинической лабораторной диагностики и медицинской биохимии ЯГМУ; axenfeld@mail.ru, Колинко Александр Андреевич – к.м.н., заведующий Базовой кафедрой подготовки врачей общей практики г. Вологды; Савельева Людмила Александровна – магистрант каф. педагогики и педагогической психологии ЯрГУ.

Цитировать: Вопросы психологии и психосоматики в послевузовской и дополнительной профессиональной подготовке врачей общей практики / А. А. Баранов, Р. Г. Аксенфельд, А. А. Колинко, Л. А. Савельева // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья. – 2020 – № 81 – С. 56 - 59.

