

*В.Л. Малыгин, А.Б. Искандирова, Е.Е. Пахтусова,  
Д.В. Шевченко, Ю.А. Шуляк*

**СОЦИАЛЬНЫЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА  
ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ВРАЧЕЙ  
ПСИХИАТРОВ И НАРКОЛОГОВ**

*Каф. психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии ГОУ ВПО  
«Московский государственный медико-стоматологический университет Росздрава»,*

**Резюме.** Исследование посвящено анализу внешних факторов способствующих развитию синдрома эмоционального выгорания (СЭВ) у врачей психиатров. Выявлено, что у большинства обследованных врачей ведущими факторами напряженности являются профессиональные факторы (характер выполняемой врачебной деятельности), в то время как микро и макросоциальные факторы (условия труда и общий социальный фон) стоят на втором и третьем местах. Проведена корреляция между синдромом эмоционального выгорания факторами напряженности. Отмечено, что вероятность формирования синдрома эмоционального выгорания среди врачей психиатров и наркологов, наиболее вероятно в первые 10 лет профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** профессиональная патология, синдром эмоционального выгорания

**Актуальность.** Известно, что работа с определенными группами больных является для врачей дополнительным психотравмирующим фактором. К этим пациентам относятся люди старческого возраста, хронически или смертельно больные, пациенты, требующие интенсивного ухода, новорожденные. Особого внимания заслуживают психически больные, и лица, употребляющие психоактивные вещества, часто это пациенты с агрессивным и угрожающим поведением, что ложится тяжелым бременем на плечи врачей-специалистов [1, 3]

В 1974 году американский психиатр Freudenberger NJ (1) описал феномен, который наблюдал у себя и своих коллег (истощение, потеря мотиваций и ответственности) и назвал его «выгорание».

Maslach C. and all 2001 (2) определяет это понятие как синдром физического и эмоционального истощения, включая развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе, утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам или пациентам.

Синдром эмоционального выгорания (burn-out) представляет собой состояние эмоционального, психического, физического истощения, развивающегося как результат хронического стресса на рабочем месте.

Синдром эмоционального выгорания - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия, что в свою очередь отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

Настоящее описание универсально для людей, которые в силу своей профессиональной принадлежности испытывают хроническое эмоциональное напряжение в системе отношений «человек-человек», и имеет прямое отношение к выбранной целевой группе, то есть врачам психиатрам и наркологам.

В.В.Бойко [3] рассматривает профессиональное выгорание с позиций общего адаптационного синдрома Г.Селье [4]. Выделяют 3 стадии развития выгорания, каждая из которых проявляется в виде 4 симптомов:

#### 1. Фаза напряжения.

Наличие напряжения служит предвестником развития и запускающим механизмом формирования СПВ. Тревожное напряжение включает следующие симптомы: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворённость собой, «загнанность в клетку» (возникает не всегда, характеризуется чувством безысходности), тревога и депрессия.

#### 2. Фаза резистентности.

Выделение этой фазы в самостоятельную, весьма условно. При осознании наличия тревожного напряжения, человек стремится избегать действия эмоциональных факторов с помощью ограничения эмоционального реагирования: неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, эмоционально-нравственная дезориентация, расширение сферы экономии эмоций, редукция профессиональных обязанностей.

#### 3. Фаза истощения.

Характеризуется падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы: эмоциональный дефицит, эмоциональная отстранённость, личностная отстранённость (деперсонализация), психосоматические и вегетативные проявления.

Факторы, влияющие на формирование синдрома эмоционального выгорания (МКБ-10 Z73) [5] условно можно разделить на две группы: индивидуальные (внутренние) и организационные (внешние) которым мы в этой работе уделим особое внимание.

К индивидуальным факторам относят возраст, пол, уровень образования, личностные особенности, выносливость, тип поведения, тревожность.

Организационные (внешние) факторы, влияющие на формирования синдрома эмоционального выгорания (СЭВ), включают в себя: рабочие перегрузки, дефицит времени, большое число пациентов, неадекватное руководство, отсутствие профессиональной и личной поддержки, недостаточная профессиональная подготовка.

Так В.В. Бойко [3] предлагает следующие группы внешних факторов влияющих на развитие СЭВ: Хроническая напряжённая эмоциональная деятельность, дестабилизирующая организация деятельности, повышенная ответственность за

исполняемые функции, неблагоприятная психологическая атмосфера профессиональной деятельности, психологически трудный контингент с которым имеет дело профессионал в сфере общения.

Помимо названных факторов следует отметить возраст и стаж работы. Так еще в 1978 Maslach отмечает, что чем дольше персонал работает в психиатрических учреждениях, тем меньше им нравится работать с больными, тем в меньшей мере они ощущают себя успешно работающими и тем менее гуманна их позиция по отношению к душевнобольным.

Многообразием внешних факторов, не позволяет удовлетворительно ответить на вопрос - собственно ли профессиональные затруднения являются определяющими в возникновении СЭВ у врачей психиатров и наркологов. Особенно если профессиональная деятельность врача специалиста осуществляется в не простых социально экономических условиях, девальвирующих его статус. Не вызывает сомнения и тот факт что условия труда, личное окружение врача, атмосфера отделения, институт профессиональной поддержки и наставничества, стиль руководства, будут оказывать влияние на его эмоциональном состоянии.

Существующая неопределенность становится серьезным затруднением для проведения целевой профилактики синдрома выгорания, так как предполагает слишком широкий диапазон для прилагаемых усилий, начиная с административной реформы системы специализированной медицинской помощи и заканчивая обязательной личной терапией врачей специалистов.

Решением этой задачи на наш взгляд является объединение внешних факторов, формирующих синдром эмоционального выгорания в три группы, каждая из которых будет касаться ключевых аспектов деятельности врачей психиатров и наркологов. Профессиональные факторы - является непосредственным содержанием врачебной деятельности (контакты с больными и их родственниками). Микро социальные факторы являются характеристиками условий труда (степень занятости взаимодействие с коллегами, администрацией). Макросоциальные факторы, отражают социальный и политический фон (социально - экономический кризис и т.п.). Выделение наиболее напряженной группы факторов, закономерно будет определять направление мероприятий для профилактики СЭВ у врачей специалистов.

Цель – исследование влияния внешних факторов на формирование синдрома эмоционального выгорания у врачей психиатров и наркологов.

**Материал и методы исследования.** При проведении исследования нами был использован опросник «Факторов напряженности» В.Л. Малыгина, И. В. Агличевой, позволяющий анализировать особенности субъективного реагирования на стресс, где с помощью факторного анализа выделяются 3 группы факторов вызывающих стресс. Микросоциальные факторы - отражают проблемы межличностных и

внутриличностных конфликтов. Профессиональные факторы – отражают проблемы связанные с профессиональной деятельностью. Макросоциальные факторы – отражают проблемы социального порядка.

В период февраля-мая 2007 года на базе наркологической больницы №17 г. Москвы. нами было проведено исследование 90 врачей психиатров и наркологов обоего пола средний возраст испытуемых  $33,8 \pm 1,8$  лет.

**Полученные результаты и их обсуждение.** В результате проведенного обследования у врачей психиатров-наркологов группа распределилась на три подгруппы: первая – ведущими являлись микросоциальные факторы напряженности, вторая – ведущими являлись профессиональные факторы напряженности, третья – ведущими являлись макросоциальные факторы напряженности.

Количественное распределение представлено в таблице.

**Таблица**

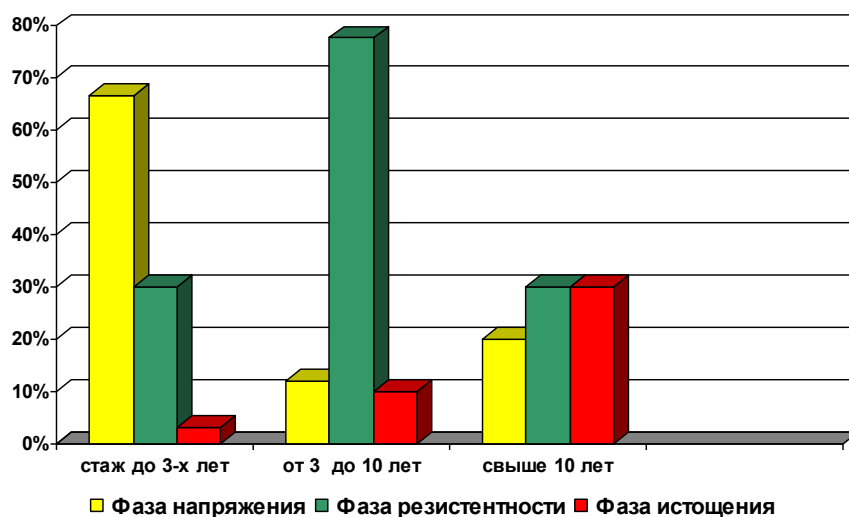
***Факторы напряженности у врачей психиатров-наркологов***

Ведущие факторы напряженности	Количество врачей (абс.)	Количество врачей (%)
Микросоциальные	9	10
Профессиональные	54	60
Макросоциальные	27	30

Как видно из таблицы, у большинства обследованных врачей ведущими факторами напряженности являются профессиональные факторы. При этом наиболее значимая положительная корреляция ( $r= 0,56$ ) отмечается между синдромом эмоционального выгорания и профессиональными факторами напряженности, менее значимые зависимости с микросоциальными ( $r= 0,35$ ) и макросоциальными ( $r= 0,25$ ) факторами.

Важным внешним фактором, влияющим на формирование синдрома эмоционального выгорания, является длительность профессионального стажа. В настоящий момент нет единого мнения у исследователей, по поводу влияния стажа на выраженность синдрома эмоционального выгорания. С целью выявления зависимости, выраженности синдрома эмоционального выгорания от длительности профессионального стажа, мы распределили группу врачей психиатров и наркологов имеющих, сформированные фазы синдрома эмоционального выгорания, на три подгруппы (3). Первая – «профессиональной адаптации» стаж до 3 лет (6 чел). Вторая – «профессионализации», стаж от 3 до 10 лет (18чел). Третья «профессионального мастерства», стаж от 10 лет и выше (10чел).

На рисунке представлена выраженность фаз синдрома эмоционального выгорания у врачей психиатров и наркологов, в каждой подгруппе.



**Рис. Выраженность фаз синдрома эмоционального выгорания у врачей психиатров и наркологов в зависимости от длительности профессионального стажа.**

Как видно из рисунка, в первой подгруппе синдром эмоционального выгорания преимущественно сформирован по фазе «Напряжение», отмечается у 66,6% врачей с синдромом эмоционального выгорания, во второй подгруппе по фазе «Резистентность», отмечается у 77,7%, в третьей подгруппе доминирующей фазы не выделено. Таким образом, следует предположить, что вероятность формирования синдрома эмоционального выгорания среди врачей психиатров и наркологов наиболее вероятна в первые 10 лет профессиональной деятельности, что, возможно является фактором, способствующим уходу из профессии.

**Выводы.** Результаты проведенного исследования свидетельствуют, что явления синдрома эмоционального выгорания отмечается среди 37,7% врачей психиатров и наркологов. Наиболее часто представлена фаза «Резистентности», что проявляется равнодушным отношением к профессиональным обязанностям, экономией эмоций, чувством усталости от контактов, а также (в фазе «Истощения») полным исключением эмоций из профессиональной деятельности. Наиболее часто синдром эмоционального выгорания возникает в первые 10 лет профессиональной деятельности.

#### **Литература.**

1. Freudenberger HJ. The issues of staff burnout in therapeutic communities. J Psychoactive Drugs 1986;18:247-251.
- 2 Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P. Job Burnout // Annual Review of Psychology.- 2001.- Vol.52.- P.397-422
3. Бойко В.В. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания. // Практическая психодиагностика. / Ред. Райгородского Д.Я. – Самара, 1999.
4. Селье Г. Стресс без дистресса. – М., 1979.
5. Чуркин АА, Матюшов А.Н, Краткое руководство по использованию МКБ-10 в психиатрии и наркологии – М: Триада X, 1999 – 232 с.