Комплексный подход к раннему выявлению и профилактике синдрома профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников

Ульянова Ольга Юрьевна

Главный врач ЧУЗ «Клиническая больница «РЖД-Медицина» г.Тверь»

Жданов Геннадий Николаевич

Заместитель главного врача по медицинской части ЧУЗ «Клиническая больница «РЖД-Медицина» г.Тверь»

СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

- это физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе, усталостью, бессонницей и повышенной подверженностью соматическим заболеваниям (профессии системы «человек-человек»)

Всемирная организация здравоохранения 2005 г

МКБ-10-го пересмотра

Синдром профессионального эмоционального выгорания

Класс Z00-Z99

Диагностические таксоны:

Z73 Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни;

Z56 Проблемы, связанные с работой и безработицей.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ СИНДРОМА

профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников:

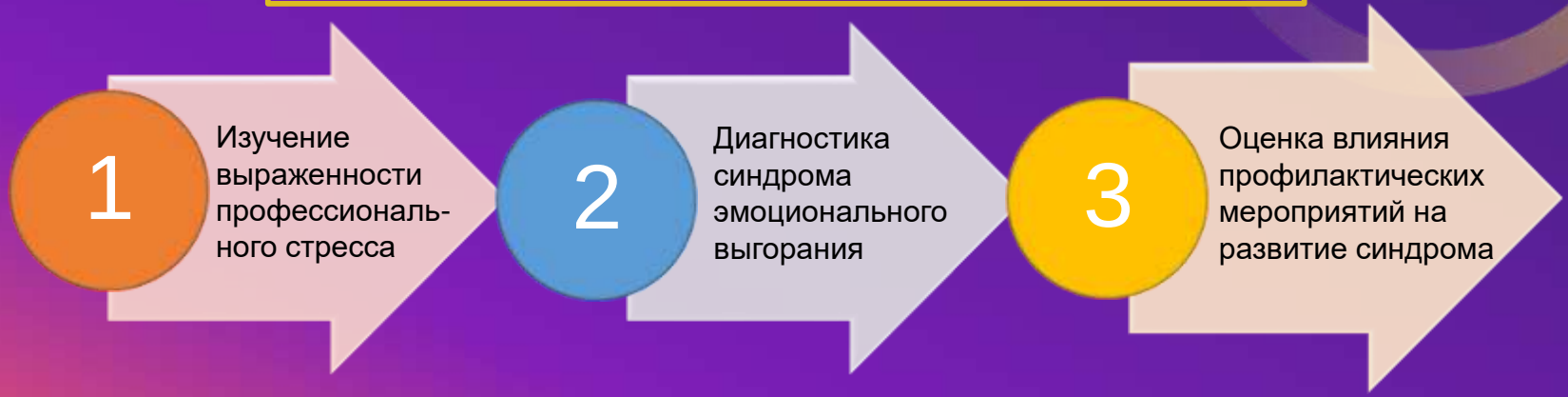
Министр здравоохранения Российской Федерации Мурашко М.А.

Саммит, посвященный необходимым мерам по преодолению негативного воздействия пандемии COVID-19 на психическое здоровье населения и на системы предоставления услуг в Европейском регионе ВОЗ (Афины, Греция, 22–23 июля 2021 г.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

• оценить распространенность синдрома профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников ЧУЗ
• изучить влияние профилактических мероприятий на предупреждение развития профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников

ЭТАПЫ ИССЛЕДОВАНИЯ



ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ

ВРАЧИ

50 ЧЕЛОВЕК

(10 мужчин и 40 женщин)

ВОЗРАСТ

ОТ 25 ДО 70 ЛЕТ

(средний показатель – 41)

РАБОЧАЯ НАГРУЗКА

ОТ 16,2 ДО 38,5 ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ

(средний показатель – 36)

СТАЖ РАБОТЫ

ОТ 5 ДО 44 ЛЕТ

(средний показатель – 25)

ОСНОВНАЯ ГРУППА 25 ВРАЧЕЙ	КОНТРОЛЬНАЯ ГРУППА 25 ВРАЧЕЙ

Группы были сопоставимы по возрасту, полу и длительности стажа работы в медицине

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Опросник «Профессиональное выгорание» Маслач-Джексон (1981 г.)

Опросник «Индивидуальная типологическая принадлежность и степень адаптации к стрессовым ситуациям» Л.Н. Собчика

«Шкала профессионального стресса» Д. Фонтана (D. Fontana; 1995 г.)

Методика «Эмоциональное выгорание» В.В. Бойко

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

НАЛИЧИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА

ПРИЗНАКИ СТРЕССА ОТСУТСТВУЮТ

Средний возраст – **37,85 лет**

Средний стаж работы – **13,4 лет**

46,4%

УМЕРЕННЫЙ УРОВЕНЬ СТРЕССА

Средний возраст – **39,65 лет**

Средний стаж работы – **19,14 лет**

51,8%

ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ СТРЕССА

Средний возраст – **51 год**

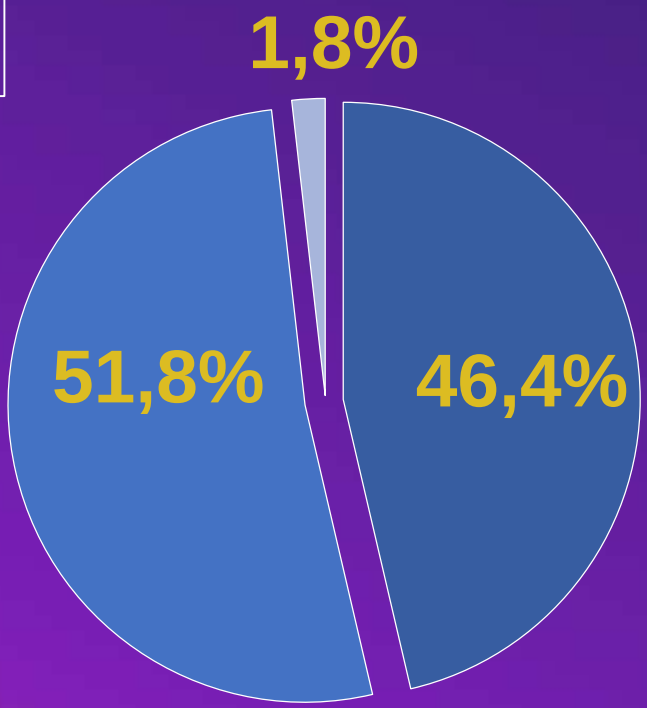
Средний стаж работы – **29,43 лет**

1,8%

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ СТРЕССА

- занижение самооценки;
- нет уверенности в перспективе карьерного роста;
- работа сверх графика;
- отсутствие свободного времени;
- негативные изменения в личной жизни
- недопонимание с коллегами



УМЕРЕННЫЙ УРОВЕНЬ СТРЕССА

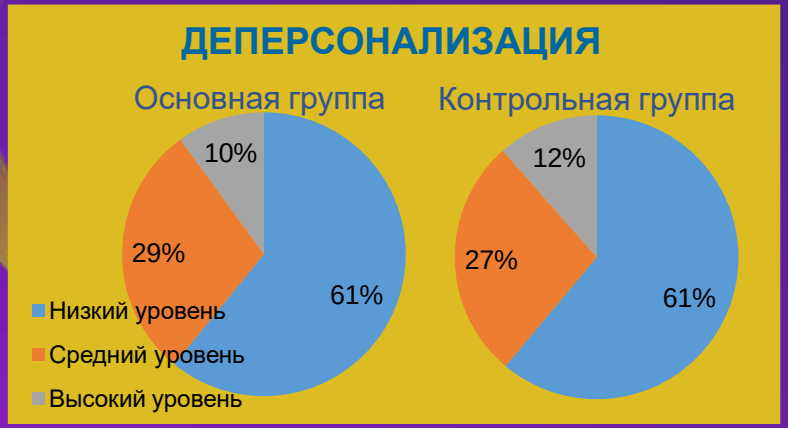
- уверенность в себе и своем будущем;
- уверенность в перспективе карьерного роста;
- работа по графику;
- наличие свободного времени;
- стабильные, гармоничные отношения в личной жизни

Выявлено, что рабочее место не влияет на уровень стресса

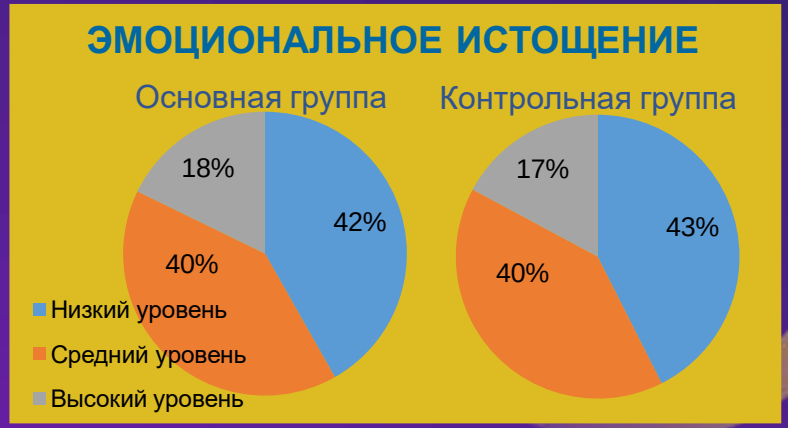
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ДИАГНОСТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПО ОПРОСНИКУ МАСЛАЧ-ДЖЕКСОН

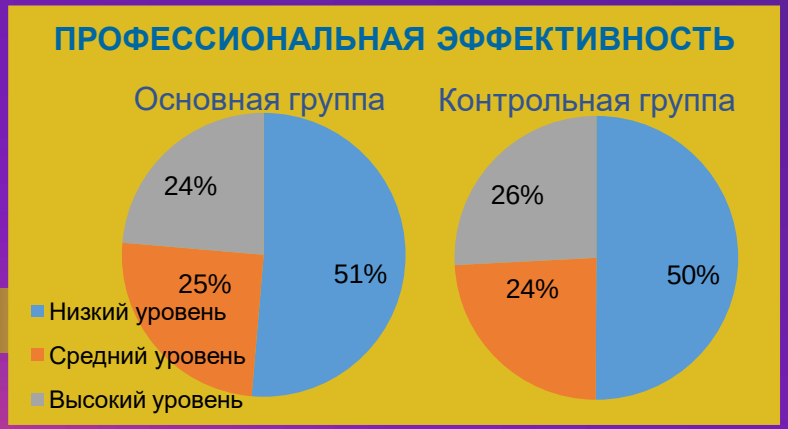
ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ



ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСТОЩЕНИЕ



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ



РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ПО МЕТОДИКЕ В.В. БОЙКО СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ДИАГНОСТИРОВАН В 37,5% СЛУЧАЕВ

ДОМИНИРУЮЩИЕ СИМПТОМЫ

СИМПТОМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

ФИЗИЧЕСКИЕ

- быстрая утомляемость,
- частые головные боли,
- периодические нарушения нормальной работы желудочно-кишечного тракта,
- потеря веса,
- бессонница

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ

- излишняя категоричность,
- неспособность своевременно принимать необходимые решения,
- раздражительность,
- общее снижение активности,
- отстранение от общения с коллегами

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ

- разочарование в профессии,
- ощущение своей невостребованности,
- неоправданное беспокойство,
- общая негативная установка на жизненные перспективы,
- депрессия

МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Психологические тренинги

- Тренинг «Развитие личности в межличностном пространстве» (Курт Левин)
- Тренинг «Рационального самопознания и саморазвития» (Эрик Берн)»
- Тренинг «Профилактика эмоционального выгорания» (Чердымова Е.И., Чернышова Е.Л.)
- Тренинг «Психология общения с пациентом»

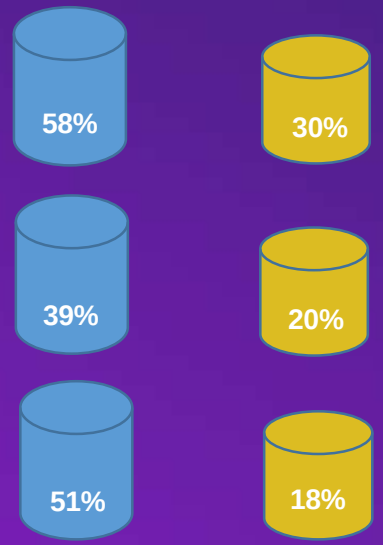
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПО ОПРОСНИКУ МАСЛАЧ-ДЖЕКСОН

Эмоциональное истощение (высокое, среднее)

Деперсонализация (высокая, средняя)

Снижение профессиональной эффективности



Комплексная групповая и индивидуальная психотерапия в основной группе (10 еженедельных встреч по 120 минут)

Благоприятный микроклимат в коллективе и системе врач-пациент

Мониторинг профессионального эмоционального выгорания у сотрудников ЧУЗ

Управление профессиональным эмоциональным выгоранием

Работа с эмоциональным интеллектом сотрудников

ОХРАНА ТРУДА

Всероссийский конкурс на лучшее решение в области обеспечения безопасных условий труда ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ 2019

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!