

Л. М. Юр'єва, С. Г. Носов, А. Є. Ніколенко

Державний заклад “Дніпропетровська медична академія МОЗ України”, м. Дніпро

ПІСЛЯДИПЛОМНА ПІДГОТОВКА З ФАХУ “ПСИХІАТРІЯ” У ПРОФІЛАКТИЦІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ СЕРЕД ЛІКАРІВ-ПСИХІАТРІВ

L. M. Yuryeva, S. G. Nosov, A. E. Nikolenko

Dnipropetrovsk Medical Academy of Health Ministry of Ukraine, Dnipro

POSTGRADUATE TRAINING IN PSYCHIATRY IN THE PREVENTION OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME AMONG PSYCHIATRISTS

Мета роботи – обґрунтування доцільності використання освітньої програми з метою профілактики емоційного вигорання у медичних працівників.

Основна частина. Важливим фактором оптимізації профілактичних заходів щодо синдрому емоційного вигорання серед лікарів практичної охорони здоров'я є післядипломна освіта. На кафедрі психіатрії факультету післядипломної освіти ДЗ “ДМА” розроблена і впроваджена в педагогічний процес освітня програма, метою якої є первинна профілактика емоційного вигорання у медичних працівників. Під час підвищення кваліфікації лікарі-психіатри отримують інформацію про професійні кризи особистості лікаря, ознайомлюються з факторами професійного успіху, стратегіями поведінки в професійному середовищі і в кризовій ситуації, а також з програмами профілактики і корекції вигорання.

Висновки. У роботі проведено дослідження зв'язку розвитку вигорання зі стажем роботи, статтю, тривожністю, копінг-стратегіями і особистісними рисами медичного персоналу, а також дослідження профілактики вигорання у разі зростання професійного рівня лікаря і зміни професії. Освітня програма з профілактики емоційного вигорання у лікарів-психіатрів є важливим джерелом підвищення ефективності профілактичних заходів у медичних працівників.

Ключові слова: емоційне вигорання; програма профілактики; післядипломна освіта з психіатрії.

The aim of the work – to substantiate the feasibility of using educational program to prevent emotional burnout in medical staff.

The main body. An important factor in optimizing preventive measures for the emotional burnout syndrome among practitioners of health is postgraduate education. At the Department of Psychiatry, the postgraduate education faculty of the DMA, the educational program was developed and implemented in the pedagogical process, the purpose of which is the primary prevention of emotional burnout in medical staff. During training, psychiatric doctors receive information about the professional crisis of a doctor's personality, factors of professional success, behavioral strategies in the professional environment and in a crisis situation, as well as programs for the prevention and correction of burnout.

Conclusions. In the work the study of connection of burnout development with work experience, article, anxiety, coping strategies and personality traits of medical personnel, as well as research on the prevention of burnout in the event of an increase in the professional level of the doctor and changes in the profession. The educational program for the prevention of emotional burnout from psychiatrists is an important source of increasing the effectiveness of preventive measures in healthcare workers.

Key words: emotional burnout; prevention program; postgraduate education in psychiatry.

Вступ. Важливим фактором оптимізації профілактичних заходів щодо синдрому емоційного вигорання на робочому місці у лікарів практичної охорони здоров'я є післядипломна освіта [1]. На кафедрі психіатрії факультету післядипломної освіти ДЗ “ДМА” розроблена і впроваджена в педагогічний процес освітня програма, метою якої є первинна профілактика емоційного вигорання у медичних працівників [2].

Програма здійснюється в два етапи: етап додипломної та етап післядипломної освіти. У цій

статті розглянуті особливості освітніх технологій на етапі післядипломної освіти.

Етап післядипломної освіти здійснюється як під час інтернатури, так і в період проходження лікарями курсів підвищення кваліфікації.

Під час проходження післядипломного навчання на циклах тематичного удосконалення і передатестаційних циклах з психіатрії освіта лікарів-психіатрів відбувається за двома напрямками: інформаційним та освітнім.

Інформаційний напрямок здійснюється за допомогою лекцій, під час яких висвітлюються особ-

ливості терапевтичної взаємодії та професійних зв'язків у ланцюгу лікар – пацієнт – родичі, особливості розвитку синдрому вигорання і його ознаки, а також причини його формування з оцінкою факторів, що посилюють або обмежують його розвиток.

Освітній напрямок реалізується під час практичних занять та складається з ознайомлення із техніками релаксації, їх освоєння, техніками, спрямованими на підвищення толерантності до професійного стресу, методикою Time management, принципами проведення дебрифінгу, техніками, що спрямовані на зміцнення особистісного щастя людини та на корекцію життєвої перспективи.

Під час підвищення кваліфікації лікарі-психіатри отримують інформацію про професійні кризи особистості лікаря, ознайомлюються з факторами професійного успіху, стратегіями поведінки в професійному середовищі і в кризовій ситуації, а також з програмами профілактики і корекції вигорання. Згідно з даними літератури [3–5], виявлено зв'язок виникнення синдрому вигорання зі стажем роботи, статтю, тривожністю, копінг-стратегіями і особистісними рисами медичного персоналу. З метою дослідження зв'язку розвитку вигорання під впливом цих факторів було проведено тестування 108 лікарів-психіатрів (50 чоловіків та 58 жінок) із використанням розробленого нами опитувальника “Психічне здоров'я населення, психіатрична і психологічна допомога в сучасних соціальних умовах” (свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 72087) і, зокрема, його 4-го розділу “Деякі характеристики ментальності та емоційного стану фахівців, які працюють у сфері охорони психічного здоров'я” [6].

Мета роботи – обґрунтування доцільності використання освітньої програми з метою профілактики емоційного вигорання у медичних працівників.

Основна частина. Особам, що брали участь у дослідженні, були надані запитання про вплив су-

часного соціуму, професійного рівня лікаря, зміни професії на ступінь вираженості професійного вигорання. На запитання “Як зміниться рівень емоційного вигорання лікарів психіатрів і психологів в сучасних умовах?” лікарям було запропоновано вибрати одну із трьох відповідей: “не зміниться”, “збільшиться” або “зменшиться”. Незалежно від індивідуальних параметрів опитаних (стать, стаж роботи) найбільша кількість респондентів обрала відповідь “збільшиться”. Така відповідь чітко переважала серед психіатрів зі стажем 5–10 років і спостерігалась помітно рідше серед лікарів зі стажем 26–30 років, що, на нашу думку, пов'язане з різним професійним та життєвим досвідом фахівців, включаючи досвід самолікування синдрому вигорання у лікарів із великим стажем роботи. Результати тестування з цього питання сприяють індивідуалізації навчальної профілактичної програми в напрямку активізації навчання перш за все серед лікарів з невеликим стажем роботи. Крім того, у чоловіків показники виявилися більшими порівняно з жінками, що, на нашу думку, пов'язано з більшою схильністю до песимізму в лікарів-чоловіків, які брали участь у тестуванні. Наша гіпотеза про позитивний вплив підвищення професійного рівня і кваліфікації й особистісного зростання на превенції вигорання знайшла своє підтвердження при оцінці відповідей на питання “Чи вважаєте Ви, що зростання професійного рівня є профілактикою емоційного вигорання в сучасних умовах?” (табл. 1).

При проведенні фокус-груп окремими лікарями-психіатрами були висловлені думки про необхідність зміни професії. Тим часом аналіз відповідей респондентів на запитання про необхідність зміни професії для профілактики розвитку емоційного вигорання показав, що це для більшості лікарів не є способом профілактики емоційного вигорання (табл. 2).

Таблиця 1. Гендерний розподіл позитивних відповідей лікарів з різним стажем роботи

Стаж, роки	5–10	11–15	16–20	21–25	26–30	Більше 30	Більше 40
Лікарі-психіатри							
Чоловіки, %	83,0	66,6	75,0	83,0	66,6	50,0	50,0
Жінки, %	77,8	71,4	66,7	66,7	50,0	80,0	50,0

Таблиця 2. Гендерний розподіл відповідей на запитання “Чи вважаєте Ви, що зміна професії є шляхом профілактики емоційного вигорання?”

Відповідь	Лікарі-психіатри, %	
	чоловіки	жінки
Так	33,33	25,00
Ні	66,67	75,00

Висновки. Таким чином, освітня програма, яка спрямована на профілактику емоційного вигорання у лікарів-психіатрів, є важливим джерелом підвищення ефективності профілактичних заходів у медичних працівників. Це обумовлює доречність

використання освітніх модулів, присвячених профілактиці і методам корекції професійного вигорання, у державних освітніх програмах з інтернатури та в циклах підвищення кваліфікації лікарів.

Список літератури

1. Психическое здоровье на рабочем месте : информационный листок [Электронный ресурс] / ВОЗ, октябрь 2017 г. – Режим доступа : http://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/ru/.
2. Юрьева Л. М. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция / Л. М. Юрьева. – К. : Сфера, 2004. – 272 с.
3. Лазарева Е. Ю. Психологические особенности эмоционального выгорания у среднего медицинского персонала психиатрического учреждения / Е. Ю. Лазарева, Е. Л. Николаев // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2013. – № 9. – С. 69–78.

4. Скугаревская М. М. Синдром эмоционального выгорания / М. М. Скугаревская // Мед. новости. – 2002. – № 7. – С. 3–9.
5. Ронгинская Т. И. Синдром выгорания в социальных профессиях / Т. И. Ронгинская // Психол. журн. – 2002. – Т. 23, № 3. – С. 85–95.
6. Юрьева Л. Н. Использование опросника “Психическое здоровье населения, психиатрическая и психологическая помощь в современных социальных условиях” в практике последипломного образования / Л. Н. Юрьева, С. Г. Носов, А. Е. Николенко // Материалы VIII Междунар. учеб.-метод. конф., Чебоксары, 31 октября 2016 г. – Чебоксары, 2016. – С. 370–372.

References

1. Psikhicheskoe zdorovyie na rabochem meste [Mental health in the workplace]. WHO. – Retrieved from: http://www.who.int/mental_health/in_the_workplace/ru/ [in Russian].
2. Yuryeva, L.M. (2004). *Professionalnoe vygoranie u meditsinskikh rabotnikov: formirovanie, profilaktika, korrektsiya* [Professional burnout of medical workers: formation, prevention, correction]. Kyiv: Sfera [in Russian].
3. Lazareva, E.Yu., & Nikolayev, E.L. (2013). Psikhologicheskie osobennosti emotsionalnogo vygoraniya u srednego meditsinskogo personala psikhiatricheskogo uchrezhdeniya [Psychological features of emotional burnout in nursing staff of a psychiatric institution]. *Vestnik psikhiiatrii i psikhologii Chuvashii – Herald of Psychiatry and Psychology of Chuvashia*, 9, 69-78 [in Russian].

4. Skugarevskaya, M.M. (2002). Sindrom emotsionalnogo vygoraniya [Syndrome of emotional burnout]. *Med. novosti – Medical News*, 7, 3-9 [in Russian].
5. Ronginskaya, T.I. (2002). Sindrom vygoraniya v sotsialnykh professiyakh [Burnout syndrome in social occupations]. *Psikholog. zhurn. – Psychological Journal*, 23 (3), 85-95 [in Russian].
6. Yuryeva, L.N., Nosov, S.G., & Nikolenko, A.E. (2016). Ispolzovanie oprosnika “Psikhicheskoe zdorovyie naseleeniya, psikhiatricheskaya i psikhologicheskaya pomoshch v sovremennykh sotsialnykh usloviyakh” v praktike posleddiplomnogo obrazovaniya [Use of the questionnaire “Mental Health of the Population, Psychiatric and Psychological Aid in Modern Social Conditions” in the Practice of Postgraduate Education]. *Materialy VIII Mezhdunar. ucheb.-metod. konf. – Materials of VIII International Educational and Methodical Conference*. Cheboksary, October, 31 [in Russian].

Отримано 11.04.18

Електронна адреса для листування: allanikosha@gmail.com