

Ниже опубликованы тезисы, поступившие на Всероссийскую научно-практическую конференцию «Симуляционное обучение – вклад в безопасность пациентов», проходившую в гибридном формате 13 мая 2021 года – на базе Аккредитационно-симуляционного центра Тамбовского государственного университета имени Г.Р. Державина и онлайн.

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СЕСТРИНСКОГО ПЕРСОНАЛА: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ

Н. Ю. Крючкова, Л.С. Ноздрякова, Е. В. Плехова

Центр повышения квалификации работников здравоохранения, г. Омск, Российская Федерация

DOI: 10.46594/2687-0037_2021_2_1300

Аннотация: В данной работе приводятся статистические исследования о наличии признаков и уровне сформированности синдрома эмоционального выгорания среди медицинских работников, а также предложены мероприятия, направленные на снижение риска развития эмоционального выгорания.

BURNOUT SYNDROME IN NURSING STAFF: PROBLEMS AND SOLUTIONS

N. Yu. Kryuchkova, L.S. Nozdryakova, E. V. Plekhova

Center for Advanced Training of Healthcare Workers, Omsk, Russian Federation

Annotation: This paper presents statistical studies of the presence of signs and the level of formation of burnout syndrome among medical workers, and also proposes measures aimed at reducing the risk of developing emotional burnout.

Актуальность

Статистические исследования отечественных и зарубежных авторов свидетельствуют о том, что синдром эмоционального выгорания (СЭВ) среди медицинских работников является частым явлением. Финансовая неудовлетворенность, постоянное эмоциональное и физическое перенапряжение, тесное соприкосновение с проблемами пациента, иногда и полная идентификация себя с его проблемами, слабая социальная защищенность, могут стать причиной развития СЭВ. Сегодня СЭВ — проблема с глубокими социальными и медицинскими последствиями.

Цель

Выявить наличие признаков и уровень сформированности СЭВ у медицинских сестер разного профиля профессиональной деятельности, установить факторы, способствующие его развитию. Интегрировать в образовательный процесс учебные мероприятия, направленные на формирование навыков, способствующих снижению риска развития эмоционального выгорания.

Материалы и методы

Для исследования применен метод скрининг-тестирования, позволяющий по сумме баллов выявить наличие и уровень сформированности СЭВ. В тестировании приняли участие репрезентативные груп-

пы специалистов сестринского дела, обучающиеся в Центре повышения квалификации работников здравоохранения Омской области. В исследовании приняли участие 270 слушателей.

Результаты

1. Социально-демографический статус участников: преобладают возрастные группы 20–25 лет (23%) и 41–45 лет (18%), со стажем работы 15–20 лет — 26%, 20–30 лет — 42%, более 30 лет — 32%, из них замужем 65%, имеют 1 и более детей — 75% респондентов, уровень дохода (по самооощущению) низкий составляет 81%.
2. Распределение по признаку сформированности СЭВ (признаки СЭВ не выявлены / СЭВ в стадии формирования / СЭВ сформировался): 1. Медицинская сестра участковая: 21 (70%), 4 (13,3%), 5 (16,7%).
2. Медицинская сестра палатная отделения стационара: 8 (26,7%), 12 (40 %), 10 (33,3%).
3. Медицинская сестра процедурной: 17 (56,7%), 8 (26,7%), 5 (16,6%).
4. Медицинская сестра ОПИТ: 12 (40%), 9 (30%), 9 (30%).
5. Медицинская сестра участковая детской поликлиники: 18 (60%), 7 (23,3%), 5 (16,7%).
6. Медицинская сестра палатная детского стационара: 17 (56,7%), 8 (26,7%), 5 (16,6%).

7. Медицинская сестра палатная онкологического отделения стационара: 6 (20%), 2 (6,7%), 22 (73,3%).
8. Медсестра ФАП: 22 (73,3%), 4 (13,3%), 4 (13,4%).
9. Операционная медицинская сестра: 12 (40%), 4 (13,3%), 14 (46,7%).

Таким образом, с учетом профиля деятельности, высокий уровень сформированности СЭВ выявлен: медицинская сестра палатная онкологического отделения стационара 22 (73,3%), медицинская сестра ОРИТ 9 (30%), операционная медицинская сестра 14 (46,7%). Среди факторов негативного влияния по мнению данной группы участников тестирования: высокая физическая и эмоциональная нагрузка (97%), сложный график работы (89%), высокий уровень ответственности (99%), тревожность (22%). При этом участники отметили и другие причины, являющиеся фоновыми для развития эмоционального истощения: неудовлетворенность профессиональными отношениями в коллективе (67%), частые конфликтные ситуации в производственной среде (52%), слабая коммуникативная компетентность (73%). Конфликты в коллективе и неумение справиться со стрессовой ситуацией становятся причиной негативных реакций.

Обучение в системе последиplomного образования может и должно учитывать данную проблему. В структуру дополнительных профессиональных программ интегрирован сквозной модуль «Этика и психология профессионального общения». Программы повышения квалификации для специалистов с высоким уровнем дезадаптации включают дополнительные виды тренингов коммуникативных навыков, направленные на развитие стрессоустойчивости. Симуляции позволяют в безопасных условиях «обыграть» различные конфликтные сценарии, требующие навыков совпадающего поведения: «медицинская сестра — врач», «медицинская сестра — пациент», «медицинская сестра — родственники пациента», «медицинская сестра — руководитель».

В процессе тренингов слушатели осваивают навыки психической саморегуляции и активизации личностных ресурсов, учатся управлять своим психоэмоциональным состоянием через воздействие на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием. Осваивают естественные и специально сконструированные приемы и способы. Положительный эффект (устранение эмоциональной напряженности, восстановление, повышение психофизиологической реактивности) отмечают почти все участники, принявшие участие в исследовании.

Обсуждение

В современных условиях, при высоком темпе жизни, возрастает разнообразие стрессов, в том числе связанных с профессиональной деятельностью. Развитие эмоционального и физического истощения развивается незаметно и может привести к неблагоприятным

медицинским последствиям (развитию психосоматических заболеваний, депрессии, приему психоактивных средств), а также влиять на качество работы, уходу из профессии.

Выводы

1. Риск развития СЭВ у сестринского персонала зависит от профиля деятельности медицинской сестры. «Тяжелый» пациент, физическая и эмоциональная перегруженность являются факторами риска профессионального истощения. Наиболее подвержены медицинские сестры, оказывающие сестринский уход тяжелобольным пациентам, с неблагоприятными исходами заболеваний (медицинская сестра палатная онкологического отделения стационара), а также у сестринского персонала с тяжелой физической нагрузкой и графиком работы (операционная медицинская сестра, медицинская сестра ОРИТ).

2. Психологический климат в коллективе оказывает определенное влияние на формирование СЭВ и является фоном для его развития.

3. Проведение тренингов самоуправления и стрессоустойчивости в рамках дополнительного профессионального образования оказывает положительный эффект на психоэмоциональный статус работника.