

УДК 614.253.1-616.89
ББК 88.481

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ В УСЛОВИЯХ МУНИЦИПАЛЬНОГО СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Чернавский А. Ф.^{1,2}, Петров И. А.¹, Гаврилова А. С.², Чернавский М. А.²

¹ Муниципальное автономное учреждение «Стоматологическая поликлиника №12», г. Екатеринбург, Российская Федерация

² ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б. Н. Ельцина», г. Екатеринбург, Российская Федерация

Резюме

Стресс – постоянный спутник жизни современного человека. Стрессовые ситуации сопровождают нас и на работе, и в повседневной жизни, избежать их невозможно. Негативные эмоции – неотъемлемая часть нашей жизни, каждый из нас может испытывать злость, обиду, разочарование и прочие не самые приятные эмоции. Умение позитивно преодолевать это и есть стрессоустойчивость! Стрессоустойчивость работника составляет совокупность личностных качеств, таких как: тип нервной системы (индивидуальные свойства личности и темперамент), жизненный опыт личности, уровень профессиональной подготовки и навыки, которые позволяют медицинскому работнику выдерживать напряженную интеллектуальную, волевою и эмоциональную нагрузку, которая обусловлена особенностями профессиональной деятельности, исключать или минимизировать вредные последствия для медицинской деятельности, окружающих и собственного здоровья. Стрессоустойчивость медицинского работника характеризуется умением человека преодолевать трудности, не проявлять негативные эмоции, с пониманием относиться к настроениям пациента, проявлять выдержку и такт при межличностном общении.

Ключевые слова: стрессоустойчивость, психологические особенности личности, личностные качества медицинского работника, профессиональная деформация, профессиональная деятельность.

Адрес для переписки:

Чернавский Александр Фридрихович
МАУ «СП №12», 620050, Екатеринбург,
ул. Техническая, д. 28
Тел. 8 (922) 1062698
E-mail: docent.alex@mail.ru

Correspondence address:

Chernavsky Aleksandr Fridrikhovich
Municipal autonomous institution Dental clinic №12,
620050, Yekaterinburg,
Technicheskaya str., 28
Phone: +7 (343) 366-22-23
E-mail: stomat12@mail.ru

Образец цитирования:

Чернавский А. Ф., Петров И. А., Гаврилова А. С.,
Чернавский М. А.
«Эмпирическое исследование стрессоустойчивости у
медицинских работников в условиях муниципального
стоматологического учреждения».
Проблемы стоматологии,
2016, Т. 12, № 3. С. 107-112.
doi: 10.18481/2077-7566-2016-12-3-107-112
© Чернавский А. Ф. и соавт., 2016

For citation:

Chernavsky A. F., Petrol I. A., Gavrilova A. S.,
Chernavskiy M. A.
«Empirical study of stress resistance among public
healthcare workers».
The actual problems in dentistry,
2016, Vol. 12, № 3, pp. 107-112
DOI: 10.18481/2077-7566-2016-12-3-107-112

EMPIRICAL STUDY OF STRESS RESISTANCE AMONG PUBLIC HEALTHCARE WORKERS

Chernavskij A. F.^{1,2}, Petrov I. A.¹, Gavrilova A. S.², Chernavskij M. A.²

¹ Municipal autonomous institution «Dental polyclinic № 12», Yekaterinburg, Russian Federation

² Federal State Autonomous Educational Institution of Higher Education «Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin», Yekaterinburg, Russian Federation

The summary

Doctors stress resistance – is a human skill to groove the hard situations, without negative emotions, keep the patient mood, keep restraint and tact in community. The stress resistance is: the model of nervous system, life experience, qualification and other skills, helping to withstand intellect, emotional and volition load, because of the work feature. Its helping to minimize professional harm in a hospital.

Keywords: stress resistance, humans psychological unique, the individual doctors quality, professional deformation, professional activities.

Введение

Профессиональная медицинская деятельность предполагает высокую эмоциональную насыщенность и высокий процент факторов, вызывающих стресс, что ведет за собой как психическое, так и физическое напряжение у работников. Стрессовые ситуации, которые появляются во время работы, – это обычное и часто возникающее явление. Поэтому наблюдаются и высокий уровень заболеваемости, и достаточно частые случаи психологической деформации, игнорирование вышеуказанных факторов ведет к возникновению быстрого профессионального выгорания на работе. Одним из важных качеств человека, работающего в медицинском учреждении, является проявление стрессоустойчивости. Под настроением психологи понимают длительное эмоциональное состояние человека, которое создается внешними, положительными или отрицательными, воздействиями на личность. Лабильность эмоциональной сферы и частая смена настроения у медицинских работников связана как с конфликтными ситуациями на рабочем месте, так и с комплексным влиянием внешних факторов и внутренних, таких как раздумья или переживания. И если медицинский работник не умеет преодолевать трудности или подавлять свои эмоции на работе, то любое проявление неустойчивого настроения может быть заметно пациентам и мешать нормальной деятельности специалиста, также

он может принять неправильное решение и совершить ошибочные действия.

Материалы и методы

Проблема влияния психологических качеств личности человека на его профессионализм – одна из сложных и ответственных комплексных проблем современной науки. Данная проблема имеет колоссальное значение для многих отраслей, в первую очередь для медицины, а также для таких отраслей, как психология, образование, юриспруденция. Учитывая тот факт, что все приведенные выше виды деятельности относятся к типу профессионального взаимодействия «человек-человек», остро встает вопрос именно о психологической составляющей, которой обладают медицинские работники, работающие в данных отраслях.

На базе МАУ «СП № 12» проведено эмпирическое исследование уровня стрессоустойчивости у медицинских работников в условиях муниципального стоматологического учреждения совместно с кафедрой клинической психологии и психофизиологии ИСПН УрФУ. Студентами кафедры клинической психологии и психофизиологии УрФУ в отделениях нашей поликлиники проведен опрос и анкетирование с использованием ряда психологических методик, таких как:

Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации (Холмс и Раге).
Стрессоустойчивость – это индивидуальная

способность человека выдерживать значимые психофизические нагрузки и переживать стрессовые ситуации без ущерба как для организма человека, так и для психики. Стрессоустойчивость достаточно не просто подвергать корректировке. Стрессор (как источник стресса) и поведение в постстрессовой ситуации может быть повергнуто коррекции.

Социальная адаптация – является непрерывным процессом активной приспособляемости индивида к сформировавшимся условиям социума. Ведущим в социальной адаптации становится психолого-социальная адаптация, предполагающая взаимодействие личности человека и социальной среды, приводящее к построению оптимального соотношения целей и ценностей личности и социальных групп. Подобный вид приспособления обуславливает не только формирование поисковой активности личности, но и осознание своего места в социальной иерархии и социально-ролевых видов поведения, становление идентичности личности и определения своего места в группе при выполнении совместной деятельности, принятия личностью социальных норм, сформированных ценностей и традиций группы.

Томас Холмс и Ричард Райх (или Холмс и Раге, США) изучили зависимость соматических болезней (в том числе инфекционных заболеваний и травм) от различных стрессогенных жизненных событий более чем у пяти тысяч пациентов. Проведенные исследования показали, что определенным нозологиям психических и физических заболеваний предшествуют определенные значимые изменения в жизни человека. По результатам исследования учеными составлена шкала, где каждому значимому жизненному событию соответствовало определенное количество баллов, зависящее от степени его стрессогенности.

Методика «Исследование уровня эмпатийных тенденций» (И. М. Юсупов). Предложенная методика применяется для исследования уровня эмпатии (сопереживания), т. е. умения поставить себя на место другого человека и способности к произвольной эмоциональной отзывчивости на переживания других людей. Сопереживание – это принятие тех чувств, которые испытывает другой человек так, если бы они были нашими собственными. Эмпатия позволяет сбалансировать

межличностные отношения. Сопереживание формирует поведение человека как социально обусловленный фактор. Развитие у человека эмпатии является ключевым фактором успеха, особенно в видах деятельности «человек-человек», требующих погружения во внутренний мир партнера по коммуникации, особенно при проведении обучения и воспитания.

Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Морсанова).

Целью методики является диагностирование развития индивидуального саморегулирования и индивидуального профиля, который включает показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств – гибкости и самостоятельности. Опросник ССПМ состоит из 46 утверждений и работает как единая шкала «Общий уровень саморегуляции», которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека. Утверждения опросника входят в состав шести шкал (по 9 утверждений в каждой), выделенных в соответствии с основными регуляторными процессами планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также и регуляторно-личностными свойствами: гибкости и самостоятельности. Структура опросника такова, что ряд утверждений входят в состав сразу двух шкал. Это относится к тем утверждениям опросника, которые характеризуют как регуляторный процесс, так и регуляторно-личностное качество.

Результаты и обсуждения

Всего в нашем исследовании принял участие 121 работник, из них 72 врача и 49 работников младшего медицинского персонала.

По результатам исследования было выявлено, что высокую сопротивляемость стрессу у врачей имеет 13 человек (что составляет 18% от общего результата по врачам), при этом у троих из них низкий уровень эмпатийности. Работники с таким уровнем испытывают сложности в установлении контакта и неуверенно себя чувствуют в присутствии большого количества людей. Выраженные проявления эмоций в поступках людей, окружающих их, кажутся странными и бессмысленными. Эти

люди обладают склонностью к уединенности и занятиям конкретным делом, а не работе с людьми.

Врачи с высоким уровнем стрессоустойчивости имеют высокий показатель по шкалам «Планирование» и «Оценивание результатов» в опроснике «Стиль саморегуляции поведения» (В. И. Морсанова), восемь респондентов из тринадцати имеют такие же показатели. Высокий показатель по шкале «Планирование» указывает, что у медицинских работников сформировалась необходимость осознанного планирования деятельности, формируемые ими планы реалистичны, имеют проработанные детали, выставлены достижимые цели, результаты своей деятельности они прогнозируют. Также высокие показатели по шкале «Оценивание результатов» свидетельствуют о том, что у людей развита адекватная самооценка, устойчиво сформированы субъективные критерии оценки результатов. Человек адекватно оценивает как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и приведшие к нему причины, гибко адаптируясь к изменению условий. Но также у врачей с высоким уровнем сопротивляемости стрессу низкие показатели по шкалам «Гибкость» (5 из 13) и «Самостоятельность» (у 9 из 13). Медицинские работники с невысокими значениями показателей по шкале «Гибкость» в изменяющейся обстановке ощущают неуверенность, с трудом воспринимают перемены в жизни, отличаются замедленной реакцией на смену обстановки и образа жизни. Подобные индивиды не способны своевременно и адекватно реагировать на ситуацию, гибко и адекватно формировать свою деятельность и корректировать поведение, разрабатывать программу действий, выделять значимые условия, оценивать рассогласование полученных результатов с поставленной целью деятельности и вносить коррекции. У работников с низкими значениями по шкале «Самостоятельность» формируется выраженная зависимость от мнений и оценок окружающих. Такие люди планы и программы действий разрабатывают несамостоятельно, в большинстве случаев некритично следуют чужим советам.

Низкий уровень сопротивляемости стрессу имеют пять респондентов (это примерно 7% от общего числа врачей). У таких испыту-

емых низкого уровня эмпатийности не выявлено. В опроснике «Стиль саморегуляции поведения» выявлены высокие показатели по шкалам «Планирование», «Моделирование», «Оценивание результатов», «Общий уровень саморегуляции». Личности с высокими показателями по шкале «Моделирование» умеют ставить необходимые условия для достижения поставленной цели и в текущей ситуации, и при перспективном планировании. Высокие показатели общего уровня саморегуляции характеризуют медицинских работников как самостоятельных, гибких, которые адекватно реагируют на изменение условий, выдвигают и достигают цель более осознанно.

Как говорилось выше, в исследовании приняли участие 49 работников младшего персонала. По результатам исследования было выявлено, что высокий уровень сопротивляемости стрессу имеют пять респондентов из 49, что составило 10%. В опроснике «Стиль саморегуляции поведения» по всем шкалам показатели в пределах нормы. Низкий уровень сопротивляемости стрессу был выявлен у восьми респондентов, что составило 16%. Из них у одного испытуемого был выявлен низкий уровень эмпатийности, это можно объяснить тем, что в опроснике «Стиль саморегуляции поведения» у этого человека по всем представленным шкалам выявлен низкий показатель. Это свидетельствует о том, что человек в силу своего молодого возраста и малого жизненного опыта не подготовлен к работе в сфере медицины, у него быстро произойдет профессиональное выгорание. У остальных выявлены высокие показатели по шкалам «Планирование», «Моделирование», «Программирование», «Оценивание результатов», а также «Общий уровень саморегуляции». Высокие показатели по шкале «Программирование» говорят о сформировавшейся у человека потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей, о детализированности и развернутости разрабатываемых программ. Программы разрабатываются самостоятельно, они гибко изменяются в новых обстоятельствах и устойчивы в ситуации помех. Низкий уровень выявлен по шкале «Самостоятельность».

Такие полученные результаты обуславливаются тем, что врачи имеют высокую степень ответственности как за себя, так и за пациента.

Поэтому по сравнению с младшим медицинским персоналом у них больше респондентов с высоким уровнем сопротивляемости стрессу.

Заключение

Профессиональная деятельность медицинского работника связана с многочисленными стрессовыми факторами. Позитивное решение фрустрирующих ситуаций помогает медицинскому работнику успешно преодолевать возникающие кризисы, сохранять свое физическое и психическое здоровье. Стрессоустойчивость в наше время становится ведущим качеством личности, в том числе и профессионально важной характеристикой медицинского работника, независимо от возраста и квалификации, что обусловлено работой в строго установленном режиме дня, с повышенными психологическими нагрузками в деятельности, при высокой степени ответственности за принимаемые решения, назначения и лечение. Одновременно с этим врач и другие медицинские работники несут огромную ответственность за жизнь и здоровье пациента, длительно находятся в поле действия отрицательных эмоций, что ока-

зывает активное негативное влияние. Немаловажное значение имеет факт нахождения медицинского персонала не только в рабочий день в тесном контакте с пациентами, сопереживания ему в его боли и страхе перед медицинским вмешательством. Каждый пациент воспринимает даже терапевтическую процедуру с напряжением и тревогой. Иногда нам приходится сталкиваться и с отвращением, нежеланием сотрудничать при проведении диагностических и лечебных мероприятий, перед которыми врач беззащитен, особенно у детей и лиц пожилого и старческого возраста. Поэтому для врачей характерна профессиональная деформация, которая начинается с ухудшения эмпатии. Необходимо формировать у медицинских работников и такое свойство, как адаптивность, которая определяется многими исследователями как универсальная способность человека, связанная, во-первых, с преодолением сложных, стрессовых, критических, экстремальных, травматических событий в своей жизни, а во-вторых, как многозначное свойство индивидуальности, дающее человеку возможность преодолевать негативные события и эффективно решать профессиональные задачи, несмотря на стресс.

Литература

1. Арутюнов, А. В. Изучение синдрома эмоционального выгорания у врачей-стоматологов и методы его профилактики: дис. ... канд. мед. наук / А. В. Арутюнов. – Москва, 2004. – 165 с.
2. Ильин, Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2004. – 701 с.
3. Конечный, Р. Психология в медицине / Р. Конечный, М. Богухал. – Москва: Изд-во Прага; Авиценум, 1974. – 405 с.
4. Косырев, В. Н. Психологическая модель диагностической компетентности врача [Электронный ресурс] / В. Н. Косырев // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2011. – № 1. – Режим доступа: <http://medpsy.ru>.
5. Крюкова, Т. Л. Культура, стресс и копинг: социокультурная контекстуализация совладающего поведения / Т. Л. Крюкова, Т. В. Гущина. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова; КГТУ, 2015. – 236 с.
6. Лапин, И. П. Согласие – фактор, определяющий общение пациента и врача и успешность лечения / И. П. Лапин // Клиническая медицина. – 1999. – № 11. – С. 15-18.
7. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва, 1975. – 304 с.
8. Маркова, А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. – Москва, 1996. – 34 с.
9. Прядеин, В. П. Психосоциальные основы здоровья: учебно-метод. пособие для студентов вузов / В. П. Прядеин, А. Ф. Чернавский. – Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2007. – 80 с.
10. Судаков, К. В. Системные механизмы эмоционального стресса / К. В. Судаков. – Москва: Эксмо, 2011. – 267 с.
11. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под. ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – 512 с.
12. Чернавский, А. Ф. Психологические проблемы отношений в медицинской психологии / А. Ф. Чернавский // Проблема отношений в жизнедеятельности человека: сборник научных работ. – Владимир, 2004. – С. 241-243.

13. Чернавский, А. Ф. Безопасность жизнедеятельности с позиции системного исследования страха / А. Ф. Чернавский // Актуальные вопросы психологии в области человеческого фактора: сборник научных работ. – Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2008.
14. Чернавский, А. Ф. Проективные методы в клинической психологии учебно-методическое пособие / А. Ф. Чернавский // Проективные методы в клинической психологии: тестовая тетрадь. – Екатеринбург: ИСПН УрФУ, 2013. – 69 с.

References

1. Arutjunov, A.V. The study of burnout among dentists and methods of its prevention: Dissertation of the candidate of medical sciences / A. V. Arutjunov. – Moscow, 2004. – 165 p.
2. Il'in, E. P. Psychology of individual differences / E. P. Il'in. – SPb: Piter, 2004. – 701 p.
3. Konechnyj, R. Psychology in medicine / R. Konechnyj, M. Boguhal. – Moscow; Praga: Avicenum, 1974. – 405 p.
4. Kosyrev, V.N. Psychological model of diagnostic competence of the doctor [Electronic resource] / V. N. Kosyrev // Medical psychology in Russia: the electron. scientific. Zh. – 2011. – № 1. – URL: <http://medpsy.ru>.
5. Krjukova, T.L. Culture, stress and coping: social and cultural contextualization of coping / T.L. Krjukova, T. V. Gushhina. – Kostroma: Nekrasov Kostroma State University; KSTU, 2015. – 236 p.
6. Lapin, I.P. The agreement – the factor that determines the patient and physician communication and the success of treatment / I. P. Lapin // Klinicheskaja medicina. – 1999. – № 11. – P. 15-18.
7. Leont'ev, A. N. Activities. Consciousness. Personality / A. N. Leont'ev. – Moscow, 1975. – 304 p.
8. Markova, A. K. Psychology of professionalism / A. K. Markova. – Moscow, 1996. – 34 p.
9. Prjadein, V.P. Psychosocial health foundations: teaching aid for students / V.P. Prjadein, A. F. Chernavskij. – Yekaterinburg: Ural State Pedagogical University, 2007. – 80 p.
10. Sudakov, K. V. System mechanisms of emotional stress / K. V. Sudakov. – Moscow: Eksmo, 2011. – 267 p.
11. Stress, burnout, coping in the modern context / eds. A. L. Zhuravleva, E. A. Sergienko. – Moscow: Institute of Psychology of RAS, 2011. – 512 p.
12. Chernavskij, A. F. Psychological problems of relations in medical psychology / A. F. Chernavskii // The problem of relations in human life: collection of scientific works. – Vladimir, 2004. – P. 241-243.
13. Chernavskij, A. F. Life safety from the perspective of systemic fear research / A. F. Chernavskii // Topical issues of psychology in the field of human factors: collection of scientific works. – Yekaterinburg: Ural State Pedagogical University, 2008.
14. Chernavskij, A. F. Projective methods of teaching aid in clinical psychology / A. F. Chernavskii // Projective Methods in Clinical Psychology: test notebook. – Yekaterinburg: ISPS UrFU, 2013. – 69 p.

Авторы:

Чернавский А. Ф., к. псих. н., доцент кафедры клинической психологии ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б. Н. Ельцина», docent.alex@mail.ru (г. Екатеринбург)

Петров И. А., к. м. н., главный врач МАУ «СП № 12», stomat12@mail.ru (г. Екатеринбург)

Гаврилова А. С., магистрант кафедры клинической психологии и психофизиологии ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б. Н. Ельцина», stomat12@mail.ru (г. Екатеринбург)

Чернавский М. А., магистрант кафедры клинической психологии и психофизиологии ФГАОУ ВО «УрФУ имени первого Президента России Б. Н. Ельцина», stomat12@mail.ru (г. Екатеринбург)

Authors:

Chernavskiy A. F., PhD., associate professor of department clinical psychology Ural Federal University, docentalex@mail.ru (Yekaterinburg)

Petrov I. A., PhD, chief physician MAI DC № 12, stomat12@mail.ru (Yekaterinburg)

Gavrilova A. S., magistracy of department clinical psychology Ural Federal University, stomat12@mail.ru (Yekaterinburg)

Chernavskiy M. A., magistracy of department clinical psychology Ural Federal University, stomat12@mail.ru (Yekaterinburg)

Поступила 30.08.2016

Принята к печати 03.09.2016

Received 30.08.2016

Accepted 03.09.2016



 **егадента**[®]
 закрытое акционерное общество
 СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ХОЛДИНГ



**Поставка стоматологических
материалов и оборудования**

**Зуботехнического оборудования
и расходных материалов**

Систем имплантации



**ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ЛИЗИНГА
И РАССРОЧЕК ПЛАТЕЖА**



Kerr

Leica
MICROSYSTEMS

PLANMECA

NTI
NITI

DENTSPLY
MAILEFER

CURAPROX
SWISS PLAQUE CONTROL SYSTEM

3M ESPE

PoliDent

> I V < X

INTERDENT

KW
Kw Dental Excellence

Ritter
THE WORLD GROUP

ZEISS
We make it visible.

COMFORT - DENT

Екатеринбург
620000, ул. Шевченко, 9
(343) 388-09-09, 388-24-13,
388-24-32
info@megadenta.ru

Мегадента Сервис
г. Екатеринбург,
620027, ул. Шевченко 9,
(343) 388-25-28
tim@megadenta.ru

 **егадента сервис**

**Гарантийное и постгарантийное
сервисное обслуживание**
Комплексное техническое обслуживание

Тюмень
625048, ул. Шиллера, 38,
(345) 222-93-06, 222-93-07
mon@megadenta.ru

Челябинск
454000, ул. Кирова, 7
(351) 790-96-06, 790-28-49
mag@megadenta.ru

Пермь
614081, ул. Блюхера, 7а
(342) 257-68-21, 257-68-20
iyi@megadenta.ru