

Голыжбина Валентина Викторовна.

КГП «Костанайская Р.Б.»

Тема: «Стресс и методы его преодоления в работе медицинской сестры хирургического профиля»

ВВЕДЕНИЕ

Проблема стрессоустойчивости человека в различных профессиях с давних пор привлекает внимание учёных. Установлено, что существует ряд специальностей, в которых человек начинает испытывать чувство внутренней эмоциональной опустошённости вследствие постоянных контактов с другими людьми. Анализ подобных проявлений выявил особый психологический феномен – синдром эмоционального выгорания.

Ведущую роль в возникновении данного синдрома играют эмоционально затруднённые или напряжённые отношения в системе «человек-человек», к которым в здравоохранении относятся отношения между лечащим врачом и родственниками пациентов, между руководителем и подчинёнными в процессе разрешения конфликтных ситуаций, между профессиональной самооценкой врача и отношения к нему коллег. Одно из первых мест по риску возникновения синдрома эмоционального выгорания занимает профессия медицинской сестры. Её рабочий день – это теснейшее общение с людьми, в основном с больными, требующими неусыпной заботы и внимания.

Эмоции, как правило, амбивалентны: удовлетворение и по поводу успешно проведённой операции или лечения, чувство собственной значимости, сопричастности другим людям, одобрение и уважение коллег; но и сожаление, угнетение из-за неправильного диагноза или ошибки в лечении, зависть к преуспевающим коллегам, разочарование в профессии.

Актуальность данной темы - обусловлена сложным характером управления профессиональным стрессом и его профилактика на рабочем месте.

Профессиональный стресс, это, безусловно, актуальная проблема современности. Психоэмоциональное напряжение у медицинской сестры связано с постоянным нарушением динамического стереотипа и систематическими нарушениями суточных биоритмов, связанных с работой в разные смены(день-ночь). Работа медицинской сестры связана также с человеческими страданиями, смертью, колоссальными нагрузками на нервную систему, высокой ответственностью за жизнь и благополучие других людей. Сами по себе эти факторы уже приводят к физическому и эмоциональному перенапряжению, что в дальнейшем приводит к истощению, а именно к стрессу или эмоциональному выгоранию.

Цель исследования: Определить уровень влияния стрессовых ситуаций на профессиональное выгорания медицинских сестер хирургического и терапевтического отделения.

Материалы и методы исследований:

1. социологический;
2. информационно-аналитический;
3. статистический методы исследования;
4. специфические методы исследования («Диагностика эмоционального выгорания личности» по методике В.В. Бойко).

Практическая значимость исследования.

Способность к проведению анализов и результатов исследовательской работы в области преодоления стресса на рабочем месте, которые в дальнейшем могут предотвратить психологическое и поведенческое состояние медицинской сестры, влияющее на качество работы и процесса выздоровления пациента.

Исследование психологических характеристик медицинских сестер хирургического профиля КГП «Костанайская районная больница» в условиях профессионального стресса проводилась в 2 этапа:

I этап: с помощью составленной анкеты были опрошены медицинские сёстры, а также пациенты, которые находились в данном отделении.

Анкетирование проводилось с целью сбора данных личных и профессиональных сведений респондентов для последующего анализа, а также для выявления факторов, негативно влияющих, по мнению респондентов, на качество их работы;

II этап: с помощью специально разработанной методики В.В. Бойко для определения степени эмоционального выгорания, была проведена диагностика степени эмоционального профессионального выгорания медицинских сестер хирургического профиля на примере хирургического отделения КГП «Костанайская районная больница».

Итак, на первом этапе исследования психологических характеристик медсёстрам было предложено ответить на ряд вопросов. Проанализировав результаты анкетирования мы получили, что средний возраст медицинских сестёр составляет 35-45 лет, большинство медсестер не удовлетворены своей работой, в качестве основных факторов неудовлетворенности своей работой медсёстры указали уровень заработной платы, эмоциональные и физические нагрузки.

На втором этапе была проведена диагностика степени эмоционального профессионального выгорания медицинских сестер хирургического профиля на примере хирургического отделения КГП «Костанайская районная больница».

Актуальность нашего исследования определяет то, что у медицинских работников большая вероятность возникновения эмоционального выгорания ввиду сложных условий профессиональной деятельности и личностных особенностей.

Нами была использована методика «Диагностика профессионального выгорания» автором которой является Бойко В.В.

Данная методика, включает в себя:

- эмоциональное истощение;
- деперсонализацию(самовосприятие);
- редуцирование личных достижений.

Обследуемому предлагается оценить частоту проявления переживаний, связанных с профессиональной деятельностью из 22-х предложенных.

Каждой медицинской сестре, в выбранном нами отделении, было предложено ответить на вопросы о частоте возникновения перечисленных чувств. Для этого на бланке для ответов надо отметить по каждому пункту позицию, которая соответствует частоте их мыслей и переживаний: «никогда», «очень редко», «иногда», «часто», «очень часто», «ежедневно».

Вывод: Проведя анализ результатов анкетирования медицинских сестер. По данной методике мы получили результаты.

Подгруппа №1 (три медицинских сестры) крайне высокая степень выгорания. Собственно, это говорит о том, что 25% опрошенных синдром эмоционального выгорания сформирован полностью.

Подгруппа №2 (две медицинских сестры) – высокая степень эмоционального выгорания. Для нее свойственна низкая степень стрессоустойчивости, они выделяются психологической неустойчивостью, эмоциональной напряженностью, имеющей направленность к нарастанию, неуверенностью, переменами настроения.

Подгруппа №3 (две медицинских сестры) – средняя степень выгорания, свидетельствует, что у опрошенных формируется синдром эмоционального выгорания. При формировании синдрома эмоционального выгорания снижается эмоциональная устойчивость к внешним раздражителям, снижается самооценка, появляется беспричинное беспокойство, перепады настроения и т.д.

Подгруппа №4 (пять медицинских сестёр) – низкая степень выгорания, практически у 50% опрошенных не сформирован синдром эмоционального выгорания.

Заключение: В ходе исследования проводилась «Диагностика эмоционального выгорания личности» по методике В.В.Бойко среднего медицинского персонала.

В ней приняли участие 12 медсестёр разного возраста и стажа работы. Было выделено три группы медицинских сестёр, имеющих различный уровень проявления синдрома эмоционального выгорания:

- 1 группа – не имеет СЭВ;
- 2 группа – СЭВ в стадии формирования;
- 3 группа – СЭВ полностью сформирован.

Таким образом из 12-и медсестёр большую часть составляют медсёстры, у которых сформировался или формируется синдром эмоционального выгорания. Это негативно сказывается на работе: в общении с пациентами, во взаимодействии с коллегами. Более того, синдром эмоционального выгорания увеличивается с каждым напряжённым моментом в работе или неудачи и чревато общим нарушением здоровья.

Голыжбина В.В.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамова Г.С., Юдчиц Ю.А. Психология в медицине/Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц. - М.: Наука, 1998. - С.231-244.
2. Авхименко М.М. Некоторые факторы риска труда медика/М.М. Авхименко // Медицинская помощь. - М.: Медицина, 2003. - № 2. - С.25-29.
3. Акиндинова И.А., Баканова А.А. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности педагога: проявления и профилактика/И.А. Акиндинова, А.А. Баканова // Педагогические вестн. - СПб.: Издательство РГПУ им.А.И. Герцена, 2003. - № 5. - С.34.
4. Ананьев Б.А. Введение в психологию здоровья/Б.А. Ананьев. - СПб.: Питер, 1999. - 123 с.
5. Анциферова Л.И. Условия деформации личности/Л.И. Анциферова // Новые исследования. - М.: Наука, 1998. - С.32-38.
6. Афанаскина М.С. Формирование у медицинской сестры клинического мышления/М.С. Афанаскина // Медицинская сестра. - М.: Русский врач, 2001. - № 6. - С.34