

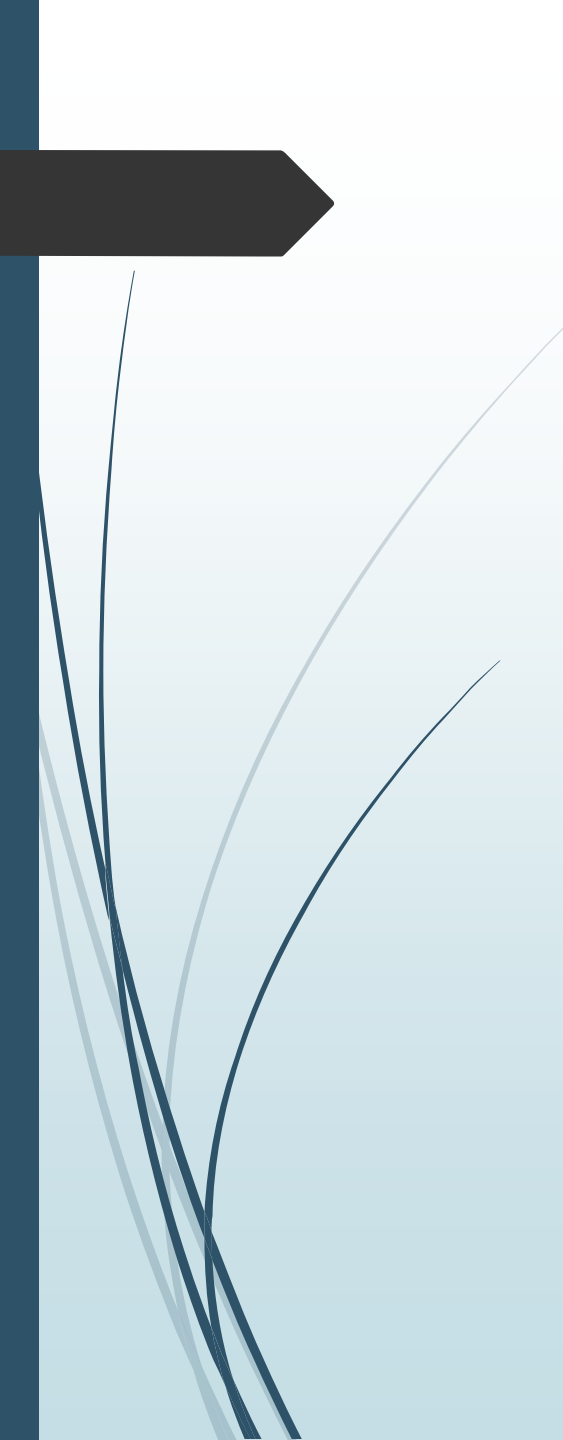
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ В СИСТЕМЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Соколовский М.В., Пирожкова А.Д.

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный медицинский университет»

Минздрава России, Россия, г. Кемерово

*Кафедра общественного здоровья, организации и экономики
здравоохранения имени профессора А. Д. Ткачева*



Профессиональное выгорание в настоящее время является частым явлением среди большого числа профессий, в том числе и в сфере здравоохранения. Медицинская деятельность относится к профессиям с повышенной моральной ответственностью за здоровье и жизнь отдельных людей, групп населения и общества в целом. Профессия врача, безусловно, требует большой эмоциональной нагрузки.



Введение

Актуальность проблемы профессионального выгорания среди медицинских работников заключается в том, что оно способствует возникновению проблем как на индивидуальном уровне, так и в системе здравоохранения в целом.


Основная проблема, которая будет рассматриваться и решаться в ходе данной работы, – возможность сохранения эмоционально-энергетических и личностных ресурсов медицинских работников и определение основных подходов к профилактике возникновения профессионального выгорания в сфере здравоохранения.

A dark grey arrow points to the right from the left edge of the slide. Several thin, light blue lines curve upwards from the bottom left corner towards the right side of the slide.

Объекты и методы исследования

Объект исследования – явление профессионального выгорания среди медицинских работников.

Общенаучные методы, с применением которых проводилось исследование: обобщение, сравнительный анализ и синтез научной литературы.



Профессиональное выгорание – это синдром, который развивается на фоне длительного стресса и ведет к истощению эмоционально-энергетических и личностных ресурсов человека.

Наиболее частые и характерные симптомы выгорания:

1. депрессия,
2. беспокойство,
3. чувство неудовлетворения от работы,
4. появление пониженной самооценки,
5. утрата понимания и сочувствия по отношению к пациентам и коллегам.

Стадии выгорания:

1. Напряжение (случайные признаки процесса. Может длиться три-пять лет.);
2. Деперсонализация или резистенция (снижение интереса к работе и потребности в общении, отчуждение своего «Я». Может формироваться от пяти до пятнадцати лет);
3. Истощение (потеря интереса человека к работе и даже к жизни, эмоциональное безразличие и ощущение постоянного отсутствия сил).

Факторы риска развития профессионального выгорания:

1. Профессионально обусловленные качества и черты поведения (чувство личной ответственности за результаты работы и вины в случае профессиональной неудачи; самопожертвование и др.);
2. Перегруженность медицинских работников;
3. Эмоциональное напряжение;
4. Утяжеление течения заболеваний пациентов;
5. Недостаточная организация первичной медицинской помощи;
6. Устойчивость множества этиологических факторов к лечению;
7. Увеличение ожиданий и запросов у пациентов при недостаточных ресурсах системы здравоохранения;
8. Отсутствие перспективы карьерного роста и др.

Подходы к профилактике возникновения выгорания и его влияния на психологическое здоровье работников:

1. Саморегуляция, в процессе которой индивид справляется со стрессами с помощью психологов или самостоятельно (на индивидуальном уровне);
2. Устранение причин, вызывающих состояние стресса (на всех уровнях управления).

Меры по предотвращению формирования эмоционального выгорания на всех уровнях управления в сфере здравоохранения:

1. Разработка и внедрение политики и корпоративной культуры с целью соблюдению баланса между работой и отдыхом;
2. Обеспечение достаточного уровня укомплектованности персоналом;
3. Обеспечение возможности профессионального развития и самосовершенствования;
4. Мониторинг и оценка прогресса.

Меры по предотвращению формирования эмоционального выгорания на индивидуальном уровне:

1. Овладение умениями и навыками саморегуляции
2. Уход от ненужной и неоправданной конкуренции, от желания «объять необъятное» и все успеть
3. Природотерапия и трудотерапия, хобби
4. Ведение здорового образа жизни
5. Использование ежегодного отпуска «по назначению»
6. Формирование позитивного мышления

Заключение

Проблема профессионального выгорания среди медицинских работников является в настоящее время очень актуальной и требует большого внимания со стороны общества и руководства здравоохранения.

Для предотвращения дефицита кадров и повышения качества оказания медицинской помощи необходимо принимать меры по защите медицинских работников от действия стрессовых факторов, а также обеспечивать необходимыми ресурсами для обучения и оснащения наиболее эффективными методами работы.



Спасибо за внимание!