

УДК 159.9

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС У ВРАЧЕЙ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Бровко Виктория Петровна, магистр по клинической психологии; кафедра акмеологии и психологии профессиональной деятельности; факультет психологии; Институт общественных наук; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (РАНХиГС); проспект Вернадского, 84, корп. 8; Москва, Россия; e-mail: brovko2006@bk.ru

РЕЗЮМЕ

В данной публикации рассмотрены: а) актуальность психологического изучения профессионального стресса, негативно влияющего на психическое состояние врачей, и выявление взаимосвязи воздействия стрессогенных факторов на показатели уровня стресса врачей различных специальностей; б) группы факторов, влияющих на формирование и развитие профессионального стресса по результатам теоретического анализа работ российских и зарубежных психологов; в) результаты эмпирического изучения проблемы: у врачей различных специальностей (хирургов, кардиологов, неврологов, терапевтов, реаниматологов) выявлены высокие уровни стрессовых состояний у хирургов и реаниматологов; г) возможности практического применения полученных результатов в профессиональной деятельности врачей: профилактика профессионального стресса.

В перспективе наших дальнейших исследований предполагается составление программы по оказанию коррекционной психологической помощи врачам для снижения уровня стрессовых состояний у специалистов с выраженным профессиональным стрессом и с теми, у кого профессиональный стресс в стадии формирования.

Ключевые слова: профессиональный стресс, утомление, монотония, индекс пресыщения, стрессовая напряженность, уровень профессионального стресса у врачей.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС У ВРАЧЕЙ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Настоящая статья изучает процесс развития профессионального стресса, и анализирует наблюдаемые проявления данного стресса у врачей (хирургов, реаниматологов, кардиологов, неврологов, терапевтов), для выявления общих и отличительных признаков стрессовых состояний, сочетание которых определяет своеобразие профессионального стресса у врачей разных специальностей.

Актуальность выбранной темы обусловлена значительной распространенностью стресса среди представителей профессии врача. В настоящее время проблема профессионального здоровья и личностного благополучия врачей привлекает все больше внимания как со стороны отечественных, так и зарубежных исследователей [3, 4, 6, 7, 8].

Постоянные стрессы, вызванные спецификой работы, предполагающей высокий уровень ответственности (за жизнь и здоровье пациентов), интенсивную нагрузку (многочасовые операции и смены), отягощенные функциональными требованиями и коммуникативными сложностями. Все это становится причиной физического и

психического перенапряжения, истощения, утомления, способствуя формированию профессионального стресса у врачей.

Многие исследователи [2, 5, 6, 8] рассматривают проявление стресса в трех аспектах:

Первый аспект: Стресс, как ситуация, которая требует изменить привычный образ жизни и поведения человека;

Второй аспект: Стресс, как состояние, которое может изменить физиологический и психологический гомеостаза организма;

Третий аспект: Стресс, как негативные последствия продолжительных острых переживаний (или частых острых переживаний), которые приводят к нарушениям здоровья и дееспособности человека.

В соответствии с МКБ-10:Z 73: «стресс, связанный с трудностями управления своей жизнью», следовательно, профессиональный стресс – это разнообразный феномен, который выражается в психических и соматических реакциях на критические ситуации в рабочей деятельности человека.

Специфика суждения «профессиональный стресс» состоит в том, что оно отображает особенности причин, проявлений и последствий стрессовых ситуаций, которые возникают при осуществлении трудовой деятельности специалиста. Базируется как на изучении организации работы на рабочих местах, так и на анализе характерных особенностей проявлений стресса в соответствии со спецификой трудовой деятельности.

Цель исследования: выявить особенности проявлений профессионального стресса в соответствии с врачебной специализацией и содержанием трудовой деятельности врачей.

В исследовании приняли участие 50 врачей различных специальностей (хирурги – 10, кардиологи-10, неврологи-10, терапевты-10, реаниматологи-10), работающих в клиниках города Москвы.

Гипотеза: в профессиях типа «человек-человек» проявление стрессогенных факторов наиболее выражено. Профессия врача относится к данному типу, и предполагает наиболее выраженное воздействие стрессогенных факторов. Внутри профессии есть специальности, существующие профессиональные характеристики которых специфичны, и в свою очередь увеличивают воздействие стрессогенных факторов, которые могут показывать более высокие показатели уровней стресса.

Задачи:

1. Изучить процесс развития профессионального стресса у врачей.
2. Установить наличие профессионального стресса у врачей разных специальностей.
3. С помощью методики PSM – 25 установить особенности проявлений профессионального стресса у врачей разных специальностей.
4. С помощью методики К. Шрайнера диагностировать различия в состояниях стресса врачей разных специальностей.

Исследуемым был предложен Опросник PSM – 25, по шкале психологического стресса PSM – 25, переведенный и адаптированный Н.Е. Водопьяновой. Опросник PSM – 25, необходим для измерения феноменологической структуры переживаний стресса, и предназначен для измерения стрессовых ощущений в разных показателях, таких как поведенческих, эмоциональных, соматических. В данном опроснике предлагаются 25 утверждений, которые характеризуют психическое состояние респондента по 8-ми бальной шкале от показателя «никогда», равного 1, до показателя «постоянно (ежедневно)», равного 8 баллам. Исследуемым было предложено оценить свое состояние за последние 7 дней. По сумме всех утверждений получаем показатель психической напряженности. Чем больше показатель психической напряженности, тем выше уровень психологического стресса.

Шкала психологического стресса PSM -25 в редакции Н.Е.Водопьяновой (таблица 1)

Уровни психологического стресса		Хирурги										
№	Уровни психологического стресса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Низкий уровень стресса											
2	Средний уровень стресса											
3	Высокий уровень стресса	157	164	158	160	159	158	164	158	160	160	
Уровни психологического стресса		Кардиологи										
№	Уровни психологического стресса	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	Низкий уровень стресса											
2	Средний уровень стресса	153		154	153	154	154		153			
3	Высокий уровень стресса		158					155		158	158	
Уровни психологического стресса		Неврологи										
№	Уровни психологического стресса	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	Низкий уровень стресса											
2	Средний уровень стресса			154		153			154	153	153	
3	Высокий уровень стресса	158	157		158		158	158				
Уровни психологического стресса		Терапевты										
№	Уровни психологического стресса	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
1	Низкий уровень стресса											
2	Средний уровень стресса	150	149	153	152		149	150	153	154	148	
3	Высокий уровень стресса					158						
Уровни психологического стресса		Реаниматологи										
№	Уровни психологического стресса	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	
1	Низкий уровень стресса											
2	Средний уровень стресса											
3	Высокий уровень стресса	158	158	164	165	164	160	159	165	164	164	

Основные результаты исследования заключаются в следующем.

1. Среди респондентов (врачей разных специальностей) отсутствуют специалисты с проявлением низкого уровня стресса.
2. У реаниматологов и хирургов, высокий уровень психологического стресса и показатель психической напряженности. У хирургов средний бал выраженности уровня стресса – 160, у реаниматологов данный показатель еще выше - 162.
3. У хирургов и реаниматологов отсутствуют респонденты со средним уровнем стресса.
4. У неврологов высокий уровень стресса показали 50% респондентов, у остальных респондентов 50% - уровень стресса средний.
5. У врачей кардиологов высокий уровень стресса показали 40% респондентов и средний уровень стресса – 60% респондентов.
6. У терапевтов – 90% респондентов со средним уровнем стресса и 10% респондентов с высоким уровнем.

Диагностика состояния стресса врачей разных специальностей (по К. Шрайнеру)

Кол-во исследованных	Ведет себя сдержанно в стрессовой ситуации, умеет регулировать свои эмоции	Умеет сохранять самообладание, но бывает заводится из-за пустяка	Переутомлены и истощены
Хирурги			
1			8
2			9
3			9
4			8
5		7	
6			8
7			8
8			9
9		7	
10			9
Кардиологи			
11		6	
12		6	
13		5	
14		6	
15		5	
16		5	
17		6	
18		6	
19		7	
20		7	
Неврологи			
21		5	
22	-	6	
23	-	7	
24		5	
25		6	
26		7	
27	-	5	
28	-	6	
29		7	
30		6	
Терапевты			
31	-	5	
32		6	
33	-	6	
34		5	
35	-	5	
36		6	
37		5	
38	-	5	
39		5	
40	-	6	
Реаниматологи			
41			8
42			9

43			8
44			9
45			9
46			8
47			9
48			8
49			8
50			9

По полученным данным очевидно, что отсутствуют респонденты с оценкой 0-4 баллов, что подтверждает наличие стрессогенных факторов в работе врачей разных специальностей. Врачи таких специальностей, как кардиологи, неврологи и терапевты имеют оценку в интервале 5–7 баллов. Хирурги и реаниматологи (все респонденты) имеют наиболее высокую оценку в интервале 8–9 баллов. Исходя из полученных данных приходим к выводу, что всем респондентам данного исследования, особенно хирургам и реаниматологам, необходима психологическая помощь.

При исследовании стресса и анализе симптоматики основное внимание было сфокусировано на проявлениях разного рода негативных функциональных состояний. Особенно отчетливо выражено отрицательное действие стресса, которое обнаруживается у специалистов с типом деятельности «человек-человек». К наиболее распространенным профессиям можно отнести деятельность врачей разных специальностей.

В **заключении** статьи следует заметить:

- 1) наиболее подвержены действиям стресса такие специальности врачей, как хирурги и реаниматологи;
- 2) в обследуемой выборке врачей разных специальностей отсутствуют специалисты с низким уровнем стресса;
- 3) выраженность уровня стресса зависит от специализации врачей и от индивидуальной стрессоустойчивости.

Возможности **практического применения** полученных результатов заключаются в выявлении психологических средств, направленных на профилактику профессионально-специфических форм напряженности, что может привести к дистрессу у врачей. Это поможет сохранить высокую результативность труда, профессиональное долголетие специалистов [6, 8]. Основное внимание исследователей может быть сконцентрировано на изучении и разработке эффективных мероприятий по предотвращению негативных последствий стресса во врачебной деятельности. В результате профессионального стресса врачей могут выражаться в отчуждении, в формировании профессиональных деформаций, в нарушении межличностных отношений как на работе, так и в семье.

В **перспективе** наших дальнейших исследований предполагается составление программы по оказанию коррекционной психологической помощи врачам для снижения уровня стрессовых состояний у специалистов с выраженным уровнем стресса, а также с теми, у кого средний уровень стресса.

- [1] *Багрий М.А.* Комплексный подход к изучению профессионального стресса у врачей // Сборник тезисов Международной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов-2005», 2005.
- [2] *Багрий М.А.* Профессиональный стресс у врачей. // Сборник тезисов IV Международный конгресс «Медико-экологические проблемы лиц экстремальных профессий», 2005.
- [3] *Водопьянова Н. Е.* Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009.
- [4] *Китаев-Смык Л.А.* «Психология стресса». М., Наука. 1983.
- [5] *Кокс, Том.* Трансактный подход к изучению производственного стресса / Том Кокс, Колин Маккей. – Москва, 1995.
- [6] *Куликов Л.В.* Психология настроения. СПб.: Питер, 2007. - 234 с.
- [7] *Леонова А. Б.* Основные подходы к изучению профессионального стресса // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 2000. № 3. С 4–21.
- [8] *Прохоров А. О.* Методики диагностики и измерения психических состояний личности. М., 2004. С. 58.

OCCUPATIONAL STRESS IN DOCTORS OF VARIOUS SPECIALTIES

Brovko Victoria Petrovna, Graduate Student (Magistracy); Faculty of Psychology, Institute of Social Science; Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration (RANEPA); 84/8 Vernadskogo Prospect, Moscow, Russia, 119606; e-mail: brovko2006@bk.ru

ABSTRACT

In this publication, we consider: a) the rationale of the psychological study of occupational stress problem that causes adverse impact on doctors' mental and physical state; revealing the relationship between the severity of stress and the performance of doctors of various specialties; b) groups of factors influencing the formation and development of occupational stress as reflected in the works of Russian and foreign psychologists; c) empirical findings: higher stress levels identified in a group of surgeons and resuscitators; d) the possibilities of practical application of the study results for doctors' professional activity: prevention of occupational stress.

In a further research it is intended to evolve a corrective stress-relieving psychological programme for specialists with pronounced and developing occupational stress.

Key words: professional stress, fatigue, monotony, satiety index, tension under stress.

REFERENCES

- [1] *Bagriy M.A.* A Comprehensive Approach to the Study of Occupational Stress in Physicians / / Collection of Abstracts of the International Scientific Conference of Students, Graduate Students and Young Scientists "Lomonosov 2005", 2005.
- [2] *Bagriy M.A.* Occupational Stress in Doctors. // Proceedings of the IV International Congress "Medico-Ecological Problems of Persons of Extreme Professions", 2005.
- [3] *Vodopyanova N.Y.* "Psychosynthesis of Stress." - St. Petersburg: Peter, 2009.
- [4] *Kitaev-Smyk L.A.* "Psychology of Stress". M., Science. 1983.
- [5] *Cox Tom.* Transactional Approach to the Study of Industrial Stress / Tom Cox, Colin McKay. - Moscow, 1995.
- [6] *Kulikov L.V.* Psychology of Mood. St. Petersburg: Peter, 2007. - 234 p.
- [7] *Leonova A.B.* Basic Approaches to the Occupational Stress Study // Vestnik MGU. Series 14. Psychology. 2000. № 3. p. 4-21.
- [8] *Prokhorov A.O.* Diagnosis and Measurement Methods of Personality's Mental States. M., 2004. P. 58.