

ИССЛЕДОВАНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ: РЕЗУЛЬТАТЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ



Касимовская Наталия Алексеевна
доцент кафедры общественного здоровья
и здравоохранения
Первый МГМУ им. И.М. Сеченова, к.м.н.

Термин «burnout» (эмоциональное выгорание) введен американским психиатром Х. Дж. Фрейденбергом в 1974 году для характеристики психологического состояния здоровых людей, профессиональная деятельность которых связана с интенсивным и тесным общением с пациентами.



СЭВ - состояние предболезни

Класс болезни XXI

Факторы, влияющие на состояние здоровья населения и обращения в учреждения здравоохранения.

Блок

«Обращение в учреждения здравоохранения в связи с другими обстоятельствами»

Рубрика Z73

Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни

Подрубрика Z.73.0

Переутомление – состояние истощения жизненных сил.

Международная конференция ВОЗ
по Десятому пересмотру Международной классификации (Женева 25 сентября —
2 октября 1989 г)

ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ СРЕДНИМ МЕДИЦИНСКИМ ПЕРСОНАЛОМ. ПРОБЛЕМА ОТТОКА КАДРОВ

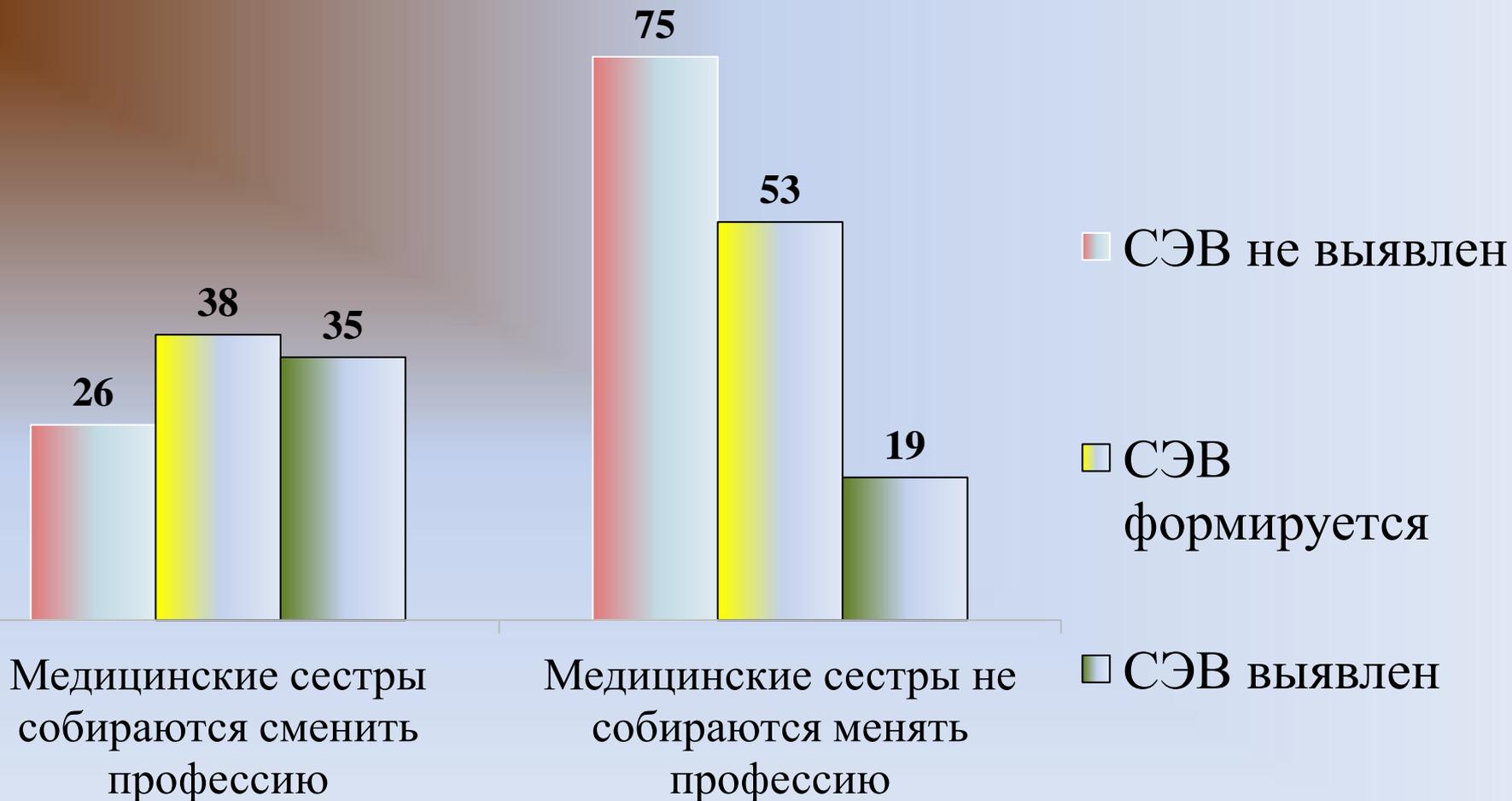


◆ Обеспеченность средним медицинским персоналом в РФ

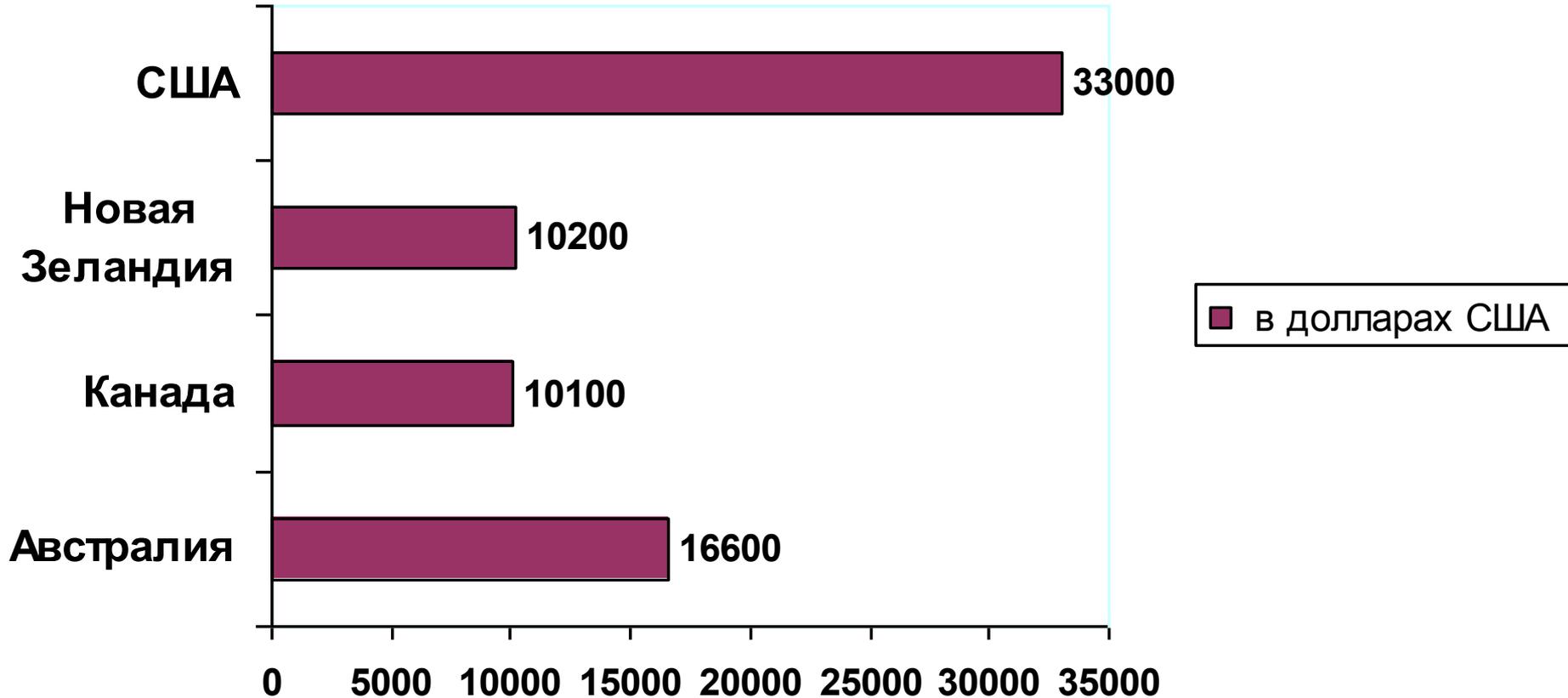
■ Обеспеченность средним медицинским персоналом в сельской местности

СЭВ = НЕБЛАГОПРИЯТНАЯ РАБОЧАЯ СРЕДА

ПРОБЛЕМА ОТТОКА МЕДИЦИНСКИХ КАДРОВ

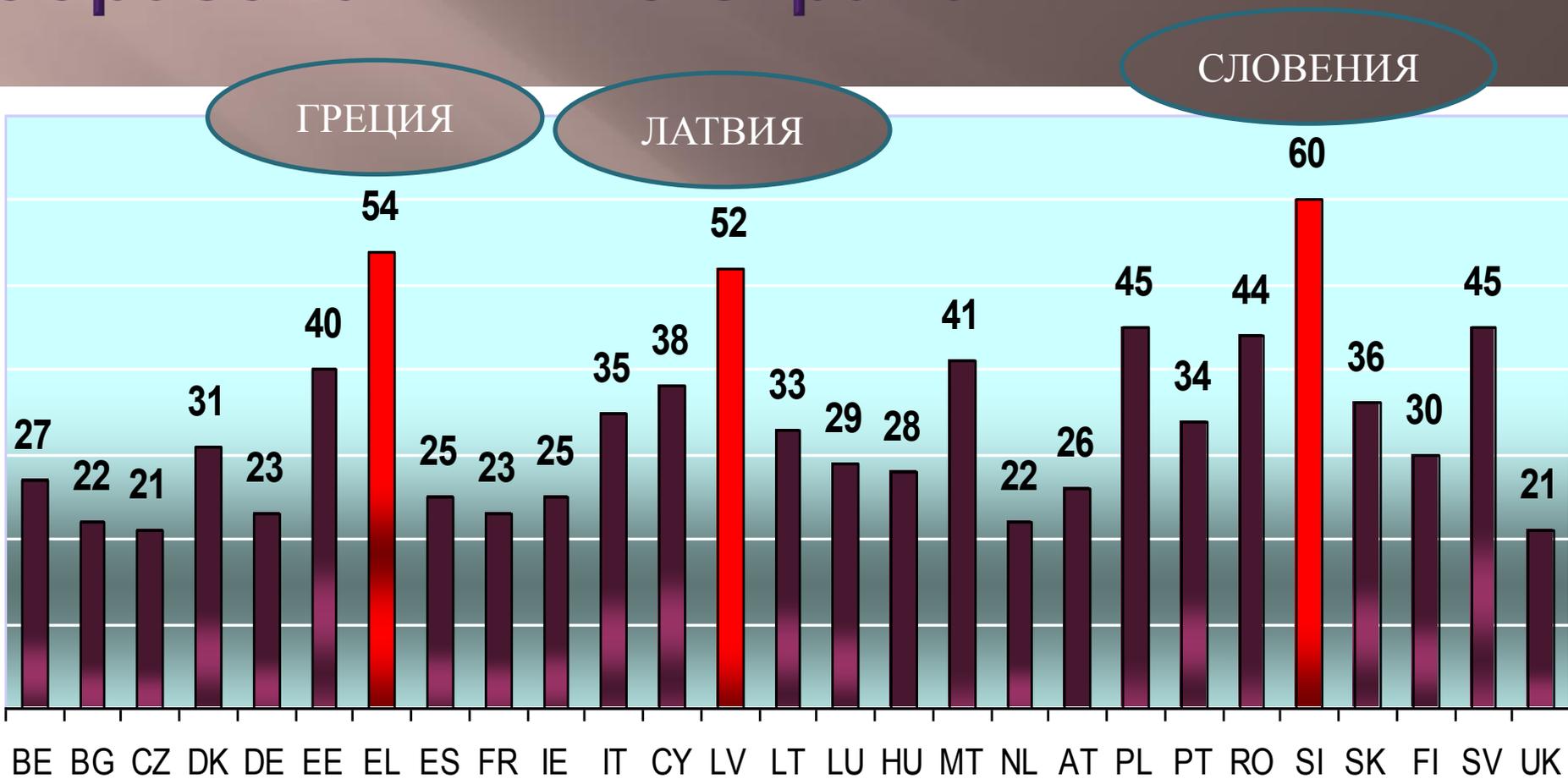


ПРЯМЫЕ И КОСВЕННЫЕ РАСХОДЫ ИЗ-ЗА ОТТОКА КАДРОВ, НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ В РАСЧЕТЕ НА ОДНУ МЕДСЕСТРУ (ВОЗ)





Уровни стресса медицинских работников и работников образования по странам



Источник: European Agency for Occupational Safety and Health, 2009

Синдром выгорания представляет собой процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личностной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы.

СЭВ рассматривается как результат неудачно разрешенного стресса на рабочем месте.

по Г.А. Макаровой

**Больше
не
могу!**



**Синдром
эмоционального
выгорания**



Вы лично сталкивались с проявлениями синдрома профессионального выгорания?



воздействие хронического стресса средней тяжести

синдром
эмоционального
выгорания
(СЭВ)

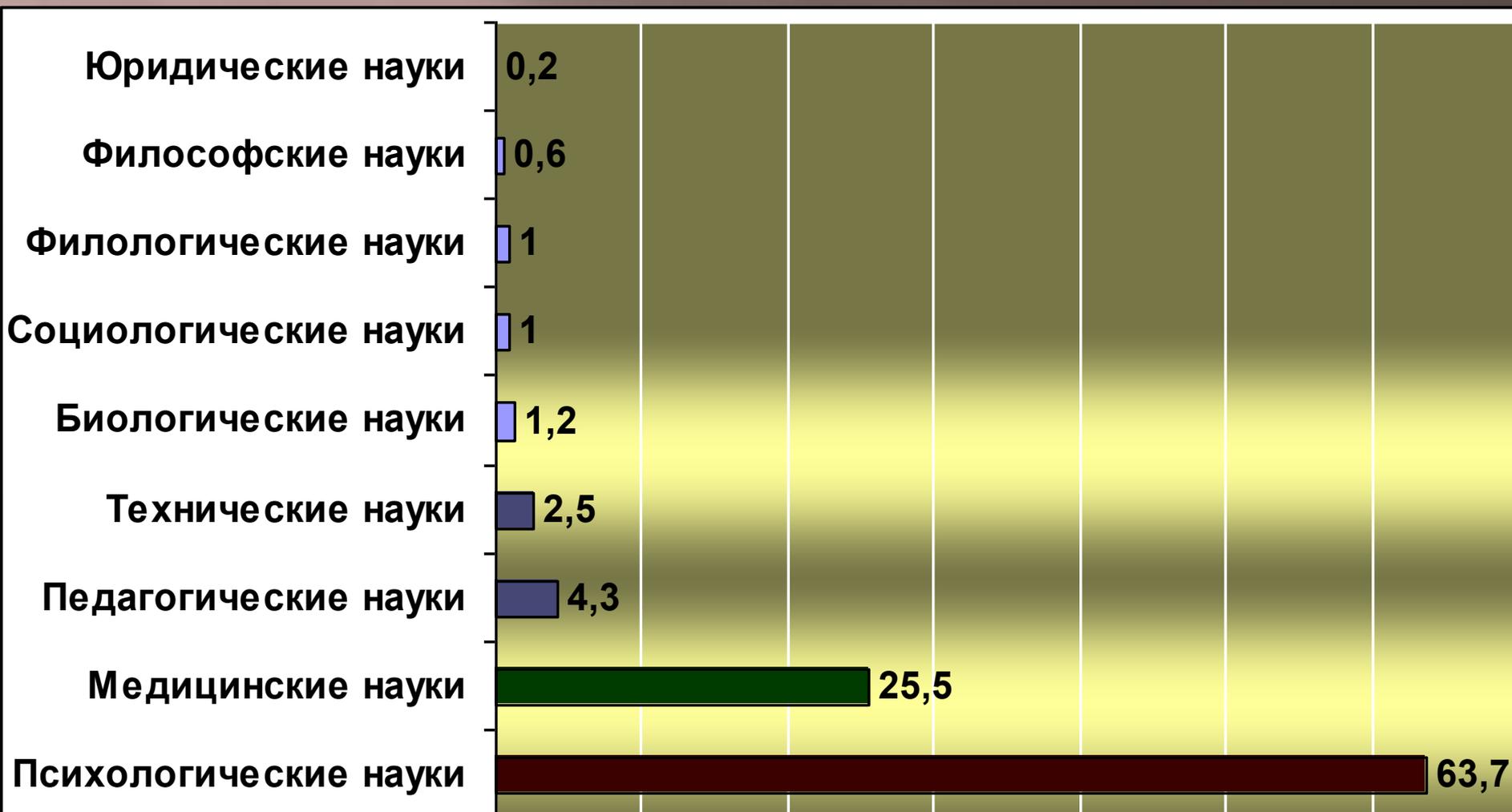
личностные особенности человека

НАУКА





Частота исследований СЭВ по научным направлениям





30,5

13,2

9,9

3,3

2,6

2,6

2,6

2,6

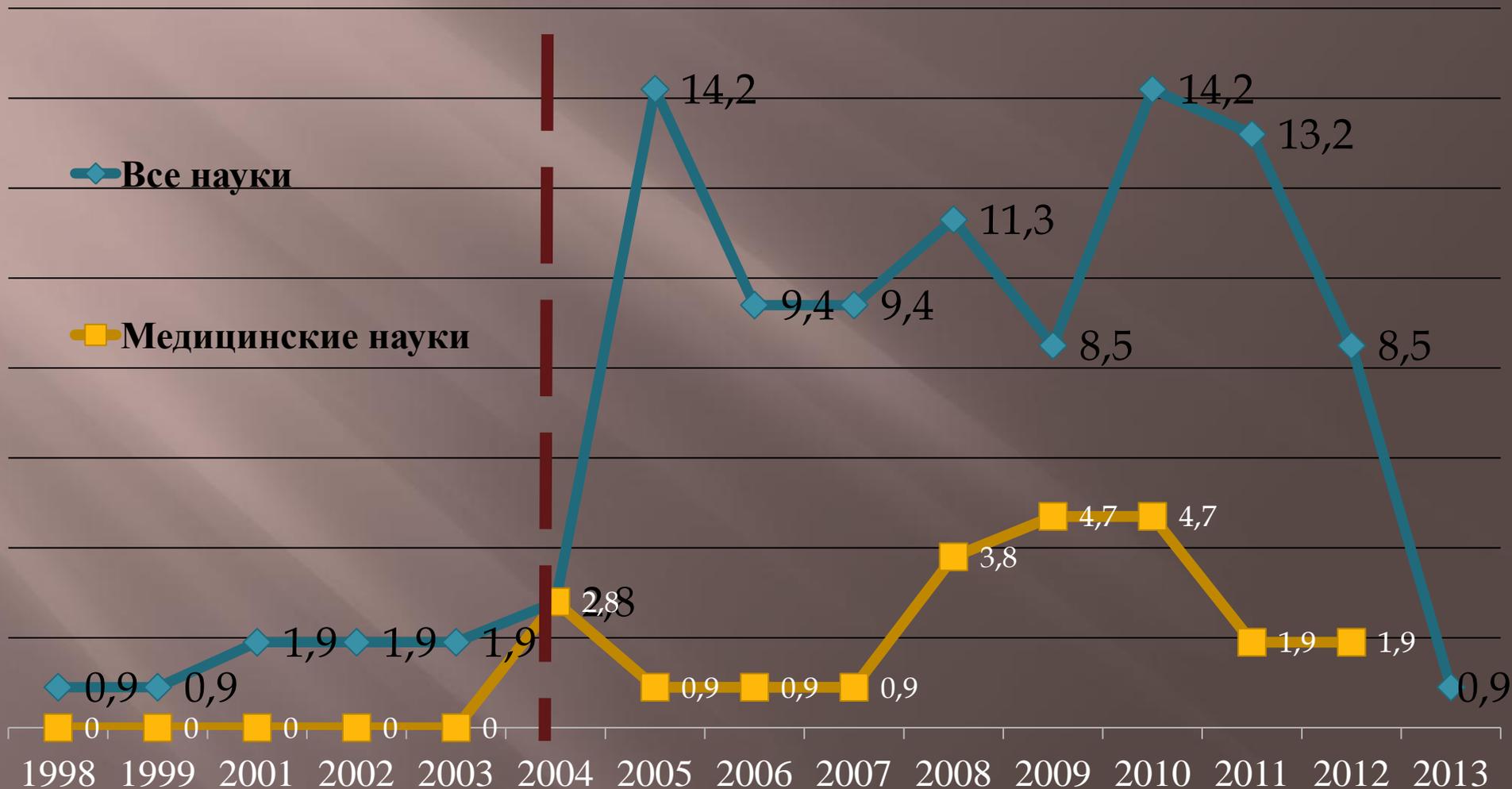
2

2

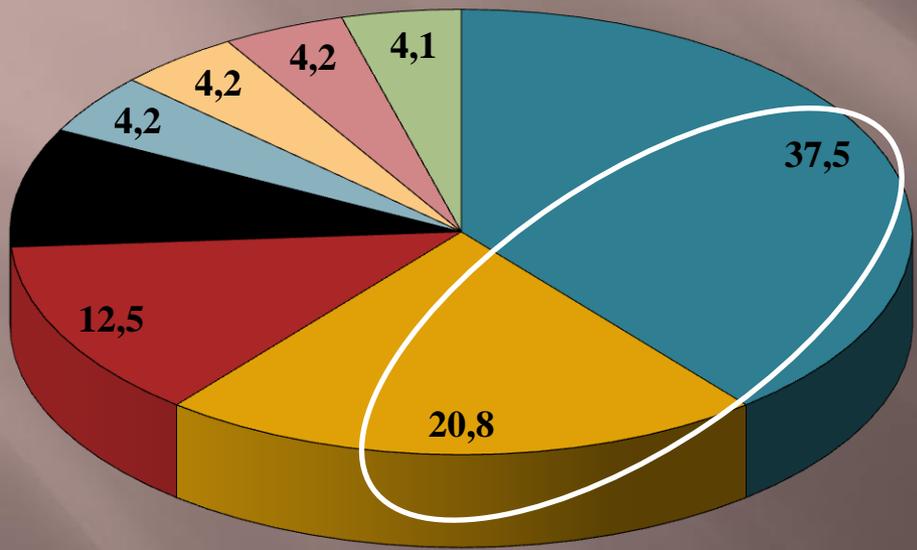
**Частота исследований СЭВ по городам России
(51 научное направление)**

Москва Санкт-Петербург Ярославль Нижний Новгород Иркутск Томск Казань Краснодар Тверь Волгоград

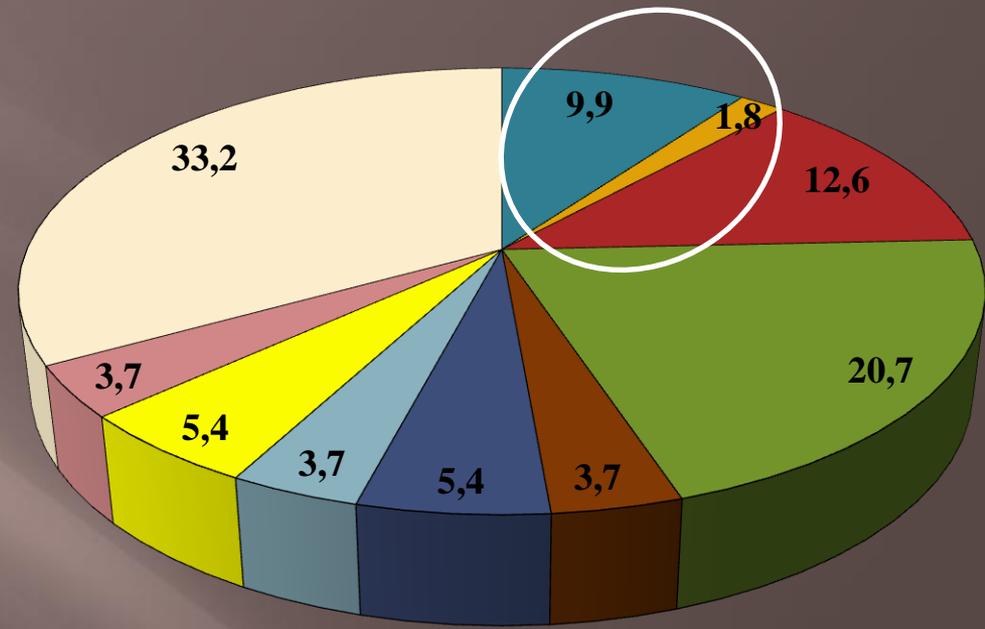
Проявление интереса к исследованиям проблемы СЭВ в России в период с 1998 по 2013 гг



- врач
- студент
- СЭВ
- медицинская сестра
- личность
- другие
- учитель
- менеджеры
- педагог
- социальный работник



Медицинские науки



Другие науки

- врач
- медицинские работники
- организаторы здравоохранения
- специалисты Управления Роспотребнадзора
- работники умственного труда
- средний медицинский персонал
- студенты медицинского ВУЗа
- социальные работники
- конструкторы авиационных предприятий



**УГРОЗЫ
БЛАГОПОЛУЧИЮ
СЕМЬИ**

**УГРОЗЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**УГРОЗЫ
ЗДОРОВЬЮ**

Комплекс медико-социальных угроз при формировании СЭВ

Угрозы профессиональной деятельности	Угрозы здоровью	Угрозы благополучию семьи
морально-этическая деструкция	появление симптомов ухудшения здоровья	нестабильность места работы
снижение качества работы	ухудшение протекания психологических процессов.	нервные срывы на членах семьи
уход с места работы		развод
уход из профессии		



Перспективы

Use the questions on the outside of the chart to determine the four letters of your Myers-Briggs type.
For each pair of letters, choose the side that seems most natural to you, even if you don't agree with every description.

1. Are you outwardly or inwardly focused? If you:

- Could be described as talkative, outgoing
- Like to be in a fast-paced environment
- Tend to work out ideas with others, think out loud
- Enjoy being the center of attention

then you prefer
E
Extraversion

- Could be described as reserved, private
- Prefer a slower pace with time for contemplation
- Tend to think things through inside your head
- Would rather observe than be the center of attention

then you prefer
I
Introversion

2. How do you prefer to take in information? If you:

- Focus on the reality of how things are
- Pay attention to concrete facts and details
- Prefer ideas that have practical applications
- Like to describe things in a specific, literal way

then you prefer
S
Sensing

- Imagine the possibilities of how things could be
- Notice the big picture, see how everything connects
- Enjoy ideas and concepts for their own sake
- Like to describe things in a figurative, poetic way

then you prefer
N
Intuition

3. How do you prefer to make decisions? If you:

- Make decisions in an impersonal way, using logical reasoning
- Value justice, fairness
- Enjoy finding the flaws in an argument
- Could be described as reasonable, level-headed

then you prefer
T
Thinking

- Base your decisions on personal values and how your actions affect others
- Value harmony, forgiveness
- Like to please others and point out the best in people
- Could be described as warm, empathetic

then you prefer
F
Feeling

4. How do you prefer to live your outer life? If you:

- Prefer to have matters settled
- Think rules and deadlines should be respected
- Prefer to have detailed, step-by-step instructions
- Make plans, want to know what you're getting into

then you prefer
J
Judging

- Prefer to leave your options open
- See rules and deadlines as flexible
- Like to improvise and make things up as you go
- Are spontaneous, enjoy surprises and new situations

then you prefer
P
Perceiving

ISTJ
Responsible, sincere, analytical, reserved, realistic, systematic. Hardworking and trustworthy with sound practical judgment.

ISFJ
Warm, considerate, gentle, responsible, pragmatic, thorough. Devoted caretakers who enjoy being helpful to others.

INFJ
Idealistic, organized, insightful, dependable, compassionate, gentle. Seek harmony and cooperation, enjoy intellectual stimulation.

INTJ
Innovative, independent, strategic, logical, reserved, insightful. Driven by their own original ideas to achieve improvements.

ISTP
Action-oriented, logical, analytical, spontaneous, reserved, independent. Enjoy adventure, skilled at understanding how mechanical things work.

ISFP
Gentle, sensitive, nurturing, helpful, flexible, realistic. Seek to create a personal environment that is both beautiful and practical.

INFP
Sensitive, creative, idealistic, perceptive, caring, loyal. Value inner harmony and personal growth, focus on dreams and possibilities.

INTP
Intellectual, logical, precise, reserved, flexible, imaginative. Original thinkers who enjoy speculation and creative problem solving.

ESTP
Outgoing, realistic, action-oriented, curious, versatile, spontaneous. Pragmatic problem solvers and skillful negotiators.

ESFP
Playful, enthusiastic, friendly, spontaneous, tactful, flexible. Have strong common sense, enjoy helping people in creative ways.

ENFP
Enthusiastic, creative, spontaneous, optimistic, supportive, playful. Value inspiration, enjoy starting new projects, see potential in others.

ENTP
Inventive, enthusiastic, strategic, enterprising, inquisitive, versatile. Enjoy new ideas and challenges, value inspiration.

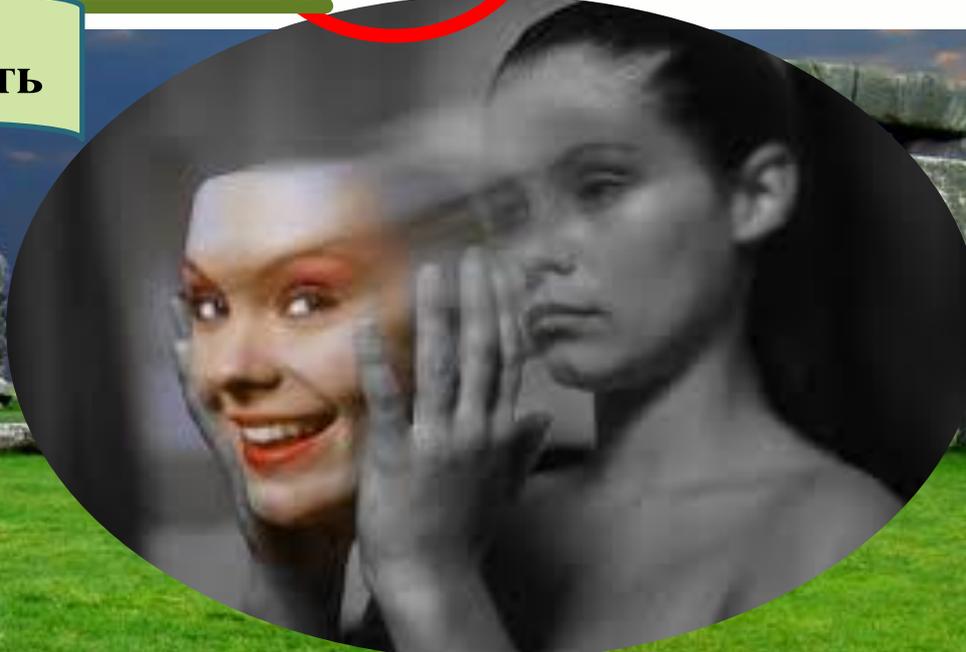
ESTJ
Efficient, outgoing, analytical, systematic, dependable, realistic. Like to run the show and get things done in an orderly fashion.

ESFJ
Friendly, outgoing, reliable, conscientious, organized, practical. Seek to be helpful and please others, enjoy being active and productive.

ENFJ
Caring, enthusiastic, realistic, organized, diplomatic, responsible. Skilled communicators who value connection with people.

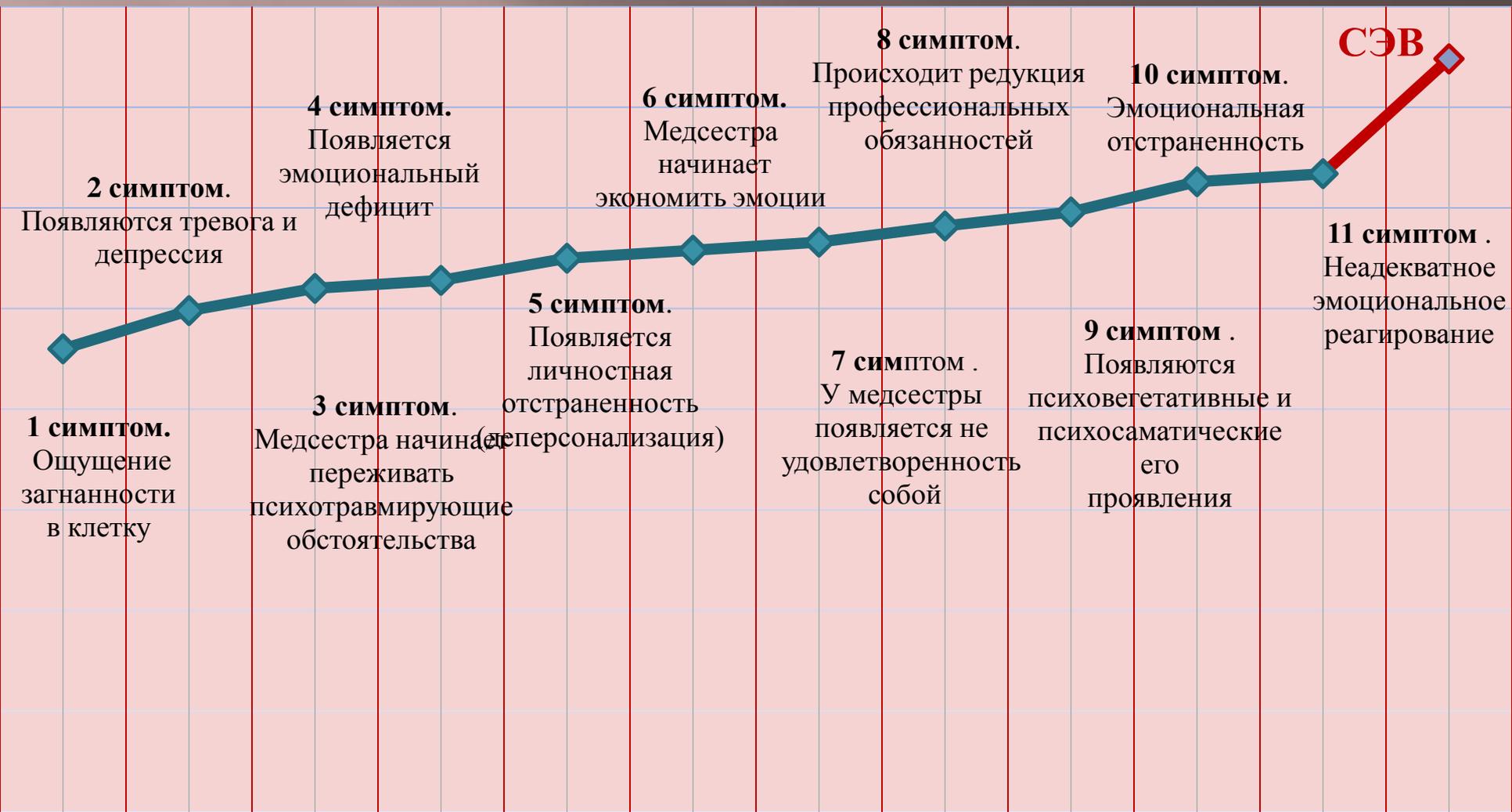
ENTJ
Strategic, logical, efficient, outgoing, ambitious, independent. Effective organizers of people and long-range planners.

Это нужно помнить



Это нужно помнить

Траектория проявления симптомов СЭВ



Проект «Береги себя»

1997-1998 гг. Нидерланды

1 занятие в месяц (6 занятий)

1 занятие

Определяется проблема

2 занятие

Тренинг

Малыми группами

3 занятие

Решение

Проблемы адаптации

4 занятие

Решение

Проблемы коммуникации

5. Обучение навыкам коммуникации под руководством наставников

6. Обучение навыкам коммуникации



**Благодарю за
внимание!**