

ПИТАННЯ ПРОФІЛАКТИКИ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЛІКАРІВ-ПЕДІАТРІВ

Яворовський О.П., Паустовський Ю.О., Зенкіна В.І., Брухно Р.П.,
Веремей М.І., Зінченко Т.О., Кудієвський Я.В., Устяк Н.В.,
Рябовол В.М., Скалецький Ю.М.

*Національний медичний університет імені О. О. Богомольця,
кафедра гігієни та екології № 2 (м. Київ)*

Характерною особливістю викладання навчальної дисципліни «Охорона праці в галузі» здобувачам освіти за спеціальністю 228 «Педіатрія» є формування у майбутніх лікарів-педіатрів знань, умінь і компетенцій, а також виховання культури безпеки для забезпечення ефективного управління охороною праці в медичній галузі, створення сприятливих умов виробничого середовища і безпеки праці згідно з чинними законодавчими та нормативно-правовими актами для реалізації принципу пріоритетності охорони життя та здоров'я медичних працівників.

Основні професійні обов'язки лікаря-педіатра полягають у контролі за розвитком та станом здоров'я дитячого організму від народження до повноліття, проведенням скринінгу стану здоров'я дитини після народження тощо. Отже, для проведення діагностичних і лікувальних процедур необхідно встановлення емоційного контакту та співпраця з дитиною, її батьками чи опікунами.

Серед професійно важливих якостей педіатра, окрім професійної компетентності, спостережливості, уважності, високого рівня особистої відповідальності, особливе значення має емоційна врівноваженість та стресостійкість. Лікарі-педіатри, робота яких характеризується підвищеним нервово-емоційним та інтелектуальним напруженням, оскільки їх професійна діяльність пов'язана з високим ступенем відповідальності за життя та здоров'я дітей, мають значний ризик виникнення синдрому емоційного вигорання. Звертає на себе увагу і той факт, що при виникненні синдрому професійного емоційного вигорання у 70 % медичних фахівців, саме лікарі-педіатри та сімейні лікарі мають один з найбільш високих показників наявності даного синдрому. Окрім цього, лікарі-педіатри та сімейні лікарі мають високий рівень особистісної тривожності. Отже, саме ці професійні категорії проводять найбільше часу у безпосередньому тісному спілкуванні з дітьми та їх батьками, що може проявлятися емоційним спустошенням, зниженням настрою, психоемоційним відстороненням, зниженням продуктивності праці та незадоволенням собою.

Розрізняють три фази формування синдрому вигорання:

— фаза напруження — характеризується переживаннями психотравмуючої ситуації, незадоволенням собою, відчуттям загнаності в клітку, тривогою, депресією;

— фаза резистенції — включає такі симптоми, як неадекватне вибіркоче емоційне реагування, емоційно-етична дезорієнтація, розширення сфери економії емоцій, редукція професійних обов'язків;

— фаза виснаження — характеризується емоційним дефіцитом, емоційною віддаленістю, особистісною віддаленістю (деперсоналізацією), психосоматичними і психовегетативними порушеннями.

Отже, синдром професійного емоційного вигорання лікарів-педіатрів є трьохфазним процесом: у фазі напруження характерне надмірне переживання внаслідок дії психотравмуючих обставин, фаза резистенції проявляється економією емоційної сфери, а у фазі виснаження превалює емоційний дефіцит.

Також на ризик розвитку синдрому емоційного вигорання впливає стаж роботи в професії, вік лікаря та стать. У лікарів зі значним професійним стажем роботи формується захисно-приспосувальна реакція у вигляді обмеження емоційної віддачі, що може проявлятися не тільки на роботі, але і вдома. У чоловіків-педіатрів емоційне вигорання частіше розвивається на основі симптомів незадоволеності собою, емоційного дефіциту та деперсоналізації.

Враховуючи вищесказане, можемо зробити висновок, що лікарі-педіатри для надання кваліфікованої медичної допомоги дітям повинні мати не лише глибокі теоретичні знання, а й тонко розуміти психологію хворої дитини та її батьків, співпрацювати з ними з метою подолання недуги й підтримки здоров'я дитини, оскільки однією з ключових якостей, що сприяють успішності виконання професійної діяльності та профілактиці емоційного вигорання є емоційна компетентність та емоційна врівноваженість лікаря. Таким чином, серед профілактичних заходів, обґрунтуванням і розробкою яких оволодівають здобувачі освіти за спеціальністю 228 «Педіатрія» при вивченні навчальної дисципліни «Охорона праці в галузі», слід виділити оздоровлення умов праці лікарів, раціоналізацію режиму праці та відпочинку, розрахунок оптимальних навантажень, періодичне переключення видів діяльності, прослуховування функціональної музики, оволодіння навичками саморегуляції, як приклад, релаксації, прийомами авторегуляції та багато інших.

Список літератури

1. Ровенська В. В., Саржевська Є. О. Особливості розвитку та проявів синдрому емоційного вигорання у лікарів. Економічний вісник Донбасу. – 2020. – №19 (51). – С. 123–129.

2. Методи виявлення хронічної втоми і професійного вигорання та шляхи їх профілактики і збереження працездатності медичного персоналу сучасних закладів охорони здоров'я: методичні рекомендації / Укладачі: О. П. Яворовський, І. В. Сергета, О. А. Серебреннікова, Ю. М. Скалецький, та ін. Київ: Національний медичний університет імені О. О. Богомольця МОЗ України, 2022. – 47 с.

3. Карпова М. Є. Історичні витоки становлення професії педіатра як суб'єкта командної діяльності. Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки. – 2017. – №2 (14). – С. 13–17.