

А. С. Булдачёва

Научный руководитель: **Е. А. Лупекина**, канд. психол. наук, доцент УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины», г. Гомель, Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ЭМПАТИИ У МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЁР

Эмпатия является необходимой личностной характеристикой у медицинских сестёр и одним из профессионально значимых качеств. Проблеме исследования взаимосвязи эмоционального выгорания и эмпатии у медицинских сестёр посвящено множество работ, которые обосновывают закономерности, рассматривают различные взгляды ученых.

Ключевые слова: эмпатия, медицинские сёстры, эмоциональное выгорание.

Проблема эмпатии стала изучаться с XVII века, когда начался расцвет философской мысли. В основном, исследованием такого рода проблем тогда занимались отдельные отрасли философии

– этика и эстетика, и впервые понятие «эмпатия» было введено Э. Титченером [1]. В кратком психологическом словаре, под редакцией С. Ю. Головина, определение «эмпатия» трактуется следующим образом: от греч. «empathēia» – сопереживание – постижение эмоционального состояния, проникновение, вчувствование в переживания другого человека [2]. Г. М. Андреева, напротив, обратила внимание на то, что эмпатия – это особый способ понимания другого индивида. Она утверждает, что эмпатия – это эмоциональный отклик, а не рациональное осмысление проблем другого человека [3]. И. М. Юсупов просит обратить внимание на то, что феномен эмпатии занимает одно из главных мест в понимании человеком объектов социальной природы, в достижении личностью коммуникативной компетентности, при оказании психотерапевтической и медицинской помощи, в эффективном взаимодействии обучающего и обучаемого [4]. Таким образом, теоретический анализ феномена эмпатии демонстрирует, что эмпатия определяется, как осознание и постижение внутреннего мира другого человека, сочувствие, сопереживание к другому лицу. Эмпатия – это всегда положительное отношение, что сказывается на прочном установлении контакта и межличностных отношениях.

«Эмоциональное выгорание» как явление рассматривается как долговременная стрессовая реакция или синдром, образующийся вследствие длительных профессиональных стрессов средней интенсивности. В связи с этим синдром «эмоционального выгорания» обозначается рядом авторов понятием «профессиональное выгорание», что позволяет рассматривать это явление в аспекте деформации профессионала под влиянием профессиональных стрессов [5, с. 85]. По мнению В. В. Бойко, эмоциональное выгорание – это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия [6].

Таким образом, мы видим, что профессия медицинской сестры может быть отнесена к «разряду стрессогенных, требующих от неё самообладания и саморегуляции». Проявления стресса в работе медицинской сестры многообразны и обширны. Так, в первую очередь выделяются фрустрированность, тревожность, депрессия, эмоциональная ригидность и эмоциональное опустошение.

Исследование проводилось на базе УЗ «Добрушская центральная районная больница». Выборка исследования: приняли участие 61 медицинская сестра женского пола в возрасте от 20 до 62 лет со стажем работы от 1 до 41 года. Для выявления особенностей личностных характеристик использовались следующие диагностические

методики: методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко, методика исследования уровня эмпатийных тенденций И. М. Юсупова, опросник выгорания К. Маслач. Достоверность результатов исследования обусловлена применением методик, соответствующих цели и задачам эмпирического исследования. Результат распределения медсестер по сформированности фаз синдрома эмоционального выгорания (методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко) представлен на рисунке 1.

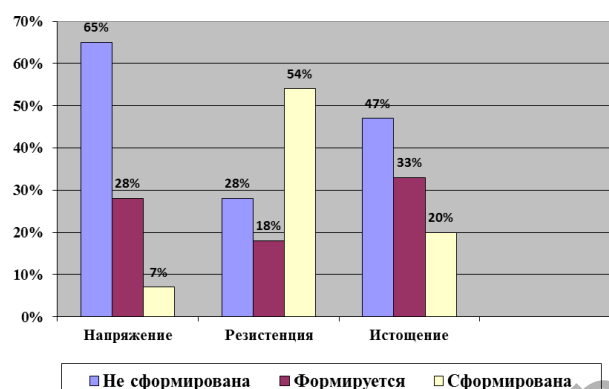


Рисунок 1 – Сформированность фаз синдрома эмоционального выгорания у медицинских сестер (в %)

Из рисунка 1 мы видим, что у большинства медицинских сестёр (54 %) сформирована фаза резистенции. Это говорит о наличии у данных специалистов развитых психологических защит, механизмов оппозиции. Фаза напряжения (65 %) и истощения (47 %), у большинства не сформирована. У половины медицинских сестёр в стадии формирования находятся все три фазы: напряжение (28 %), резистенции (18 %), истощения (33 %), это говорит о том, что большинство специалистов испытывают в процессе трудовой деятельности эмоциональное напряжение и стресс, которые вызывают развитие симптомов эмоционального выгорания.

Таким образом, большинство медицинских сестёр имеют сформированную фазу «резистенции» синдрома эмоционального выгорания, а также сформированы такие симптомы как переживание психотравмирующих обстоятельств неадекватное эмоциональное реагирование, редукция профессиональных обязанностей.

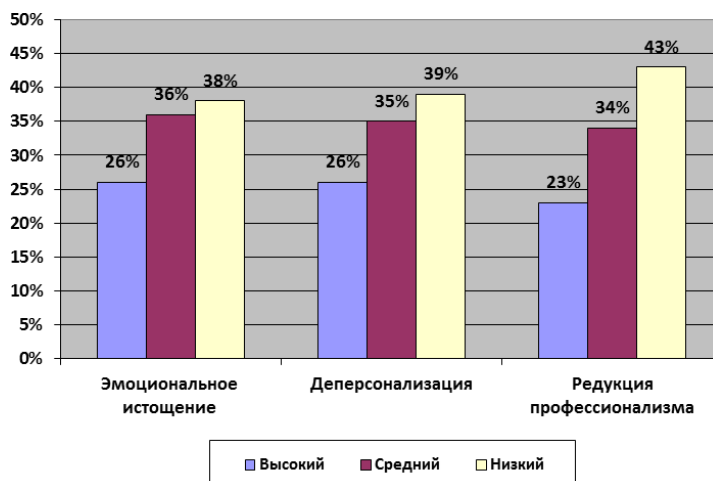
Распределение медсестер по уровню эмпатийных тенденций (методика И. М. Юсупова) представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели эмпатийности у медицинских сестёр (в %)

Уровень	Количество человек	%
Высокий	0	0
Средний	53	87
Низкий	8	13

Таким образом, можно говорить о наличии у медицинских сестёр среднего уровня эмпатийности. В большинстве случаев профессиональное выгорание представляется как процесс убытка профессиональной эффективности, снижения коммуникативных качеств и развития нервно-психической дезадаптации вплоть до неизменных изменений личности. Причиной профессионального выгорания являются как неблагоприятные условия работы, так и индивидуальные особенности личности работника.

Результат распределения медсестер по степени выраженности и



распространенности синдрома выгорания представлен на рисунке 2.

Рисунок 2 – Результат распределения медсестёр по степени выраженности и распространенности синдрома выгорания (в %)

Данные, полученные по методикам: уровень эмпатийных тенденций и уровень эмоционального выгорания, были подвержены статистической обработке с помощью критерия г-Пирсона.

Результаты исследования по методикам приведены в таблицах 2, 3.

Таблица 2 – Результаты исследования уровня эмпатийных тенденций И. М. Юсупова и уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко при помощи критерия г-Пирсона.

Факторы	Уровень эмоционального выгорания В. В. Бойко		
	Шкала «Напряжение»	Шкала «Резистенция»	Шкала «Истощение»
Уровень эмпатии	-0,12	-0,09	-0,10

Таблица 3 – Результаты исследования уровня эмпатийных тенденций И. М. Юсупова и уровня эмоционального выгорания К. Маслач при помощи критерия г-Пирсона.

Факторы	Уровень эмоционального выгорания К. Маслач		
	Шкала «Эмоциональное истощение»	Шкала «Деперсонализация»	Шкала «Редукция профессиональных достижений»
Уровень эмпатии	-0,14	0,16	0,36

Ввиду того, что величина расчетного коэффициента корреляции попала в зону значимости – H_1 отвергается и принимается гипотеза H_0 . Полученная обратная зависимость говорит о том, что чем выше синдром эмоционального выгорания, тем ниже эмпатия у медицинских работников и наоборот.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование позволило изучить методы и методики исследования синдрома эмоционального выгорания и

теоретически обосновать взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и эмпатии.

В данной работе исследовались сформированности фаз синдрома эмоционального выгорания у медсестер. Исследование показало, что у большинства медсестер сформирована фаза резистенции, симптомы которой отражают сформированность защитных механизмов, при этом сформированность данных симптомов деформирует личность профессионала, человек осознанно или бессознательно стремится к психологическому комфорту, снизить давление внешних обстоятельств с помощью имеющихся в его распоряжении средств. Исследование не выявило медицинских сестёр со сформированной фазой истощения, что говорит о высокой сопротивляемости к стрессу.

Так же выявлена взаимосвязь между синдромом эмоционального выгорания и эмпатии у медицинских сестёр, а именно, чем выше синдром эмоционального выгорания, тем ниже эмпатия у медицинских работников и наоборот.

Список используемых источников

- 1 Гиппенрейтер, Ю. Б. Феномен конгруэнтной эмпатии / Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. Д. Карягина, Е. Н. Козлова // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 61–68.
- 2 Головин, С. Ю. Словарь практического психолога: справочная литература / С. Ю. Головин. – Мн. : Харвест, 2003. – 800 с.
- 3 Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Аспект-Пресс, 2016. – 363 с.
- 4 Юсупов, И. М. Психология эмпатии (теоретические и прикладные аспекты) : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / И. М. Юсупов ; С.-Петербург. гос. ун-т. – СПб., 1995. – 34 с.
- 5 Форманюк, Т. В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т. В. Форманюк // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 54–112.
- 6 Бойко, В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других : монография / В. В. Бойко. – М. : Филинь, 1996. – 472 с.