

**Станін Д.М.**

*кандидат медичних наук, доцент кафедри анестезіології, інтенсивної терапії та медицини невідкладних станів ФПО,*

**Ехалов В.В**

*кандидат медичних наук, доцент кафедри анестезіології, інтенсивної терапії та медицини невідкладних станів ФПО,*

**Кравець О.В.**

*доктор медичних наук, доцент кафедри анестезіології, інтенсивної терапії та медицини невідкладних станів ФПО,*

Дніпровський медичний університет

м. Дніпро. Україна

## **ПРО ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ІНТЕРНІВ-ТЕРАПЕВТІВ**

Під терміном "емоційне вигорання" розуміється синдром постійної втоми, емоційного виснаження. Цей феномен визначається посиленням байдужості до своїх обов'язків, негативізмом і часто призводить до психічної нестабільності та фізичного нездужання [1].

Процес навчання потенційно включає небезпеку розвитку синдрому емоційного вигорання (СЕВ). На молодших курсах цей стан обумовлений стресом переходу від суто навчальної діяльності до навчально-професійної. У випускників вищих навчальних медичних закладів може виникнути невпевненість у виборі професії та можливості подальшої самореалізації. Все це створює умови, які провокують емоційне вигорання [2].

Вперше тему студентського вигорання було порушено Г.С. Никифоровим. Тоді автор уперше довів, що до виникнення СЕВ схильні не лише люди, що працюють, а й студенти. Дослідженнями Юр'євої Є.М. (2019) було доведено, що серед студентів-медиків у 42% визначається легкий рівень депресії, серед 16% було виявлено помірний рівень показника, а у 14% – помірно тяжкий [3,4,5].

Було проведено аналіз 62 анонімних анкет інтернів за спеціальністю "внутрішні хвороби". Опитування проводилося за методикою В.В. Бойка [6].

Всі лікарі-інтерни під час навчання за модулем "Невідкладні стани" показали непогану підготовку та достатні теоретичні знання. Під час занять не було виявлено інтернів незадоволених формою та методикою проведення циклу.

При анонімному анкетуванні, однак, було виявлено, що близько третини лікарів-інтернів усвідомили, що вибрали не ту спеціальність, робота за якою їх уже тяжить.

У молодих колег, які припустилися помилки у виборі спеціальності, ступінь переживання психотравматичних обставин була різко збільшена до 19-30 балів вже через 2 місяці навчання в інтернатурі. Виходячи з цього, слід визнати, що у них майже одночасно сформувалася стійке емоційне вигорання. Такі самі характеристики були й у оцінці незадоволеності собою. Аналогічні результати було отримано під час аналізу почуття загнаності в клітину.

У той же час ступінь тривоги та депресії у всій групі дослідження був (незалежно від того, чи помилився інтерн у виборі спеціальності чи ні) на мерхній межі нормальних показників, що, можливо, пов'язане зі ступенем інформаційної насиченості напруженості циклу.

Проте найбільше турбує виявлене неадекватне виборче емоційне реагування. У групі інтернів серед тих, хто вчинив неправильний вибір спеціальності, оціночний показник перевищував у 3-5 разів (до 27-29 балів), які показали інші лікарі інтерни. Редукція професійних обов'язків у групі тих, хто помилився була виражена не настільки значно (18-23 бали), але в основній групі цей показник становив лише 2-10 балів. Можливо, це пов'язано з тим, що лікарі-інтерни ще не виробили свій стиль ведення хворих, і ці коливання показують, що йде пошук власного стилю поведінки та роботи у практичних ситуаціях. Це підтверджується фактом емоційного усунення, який коливався в межах від 10 до 30 балів у всій групі.

Оцінюючи перспективу подальшого навчання та роботи цих лікарів інтернів слід зазначити, що у молодих колег, які зробили помилку у виборі спеціальності, вже на початку навчання в інтернатурі виникли загрозливі психосоматичні та психовегетативні порушення, які надалі тільки посилюватимуться.

За результатами проведеного аналізу можна дійти невтішного висновку, що з випуску професійно придатних, здорових у психоемоційному плані лікарів, необхідний якомога ранній відбір у спеціальність з урахуванням як миттєвого бажання, а й психологічних можливостей .

#### Литература:

1. Єхалов В., Кравець О., Башкірова Н., Гайдук О. Синдром емоційного вигоряння на етапах навчання у лікарів з фаху «Загальна практика-сімейна медицина». *Věda a perspektivy*. s. “Medycyny”, 2021. № 1(1). P. 186-199. [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2021-1\(1\)-186-199](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2021-1(1)-186-199)
2. Беззубцева Н.О., Петрова И.В. Синдром эмоционального выгорания у студентов ВУЗа. *Материалы XI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум»*, 2019. URL: <https://scienceforum.ru/2019/article/2018011149>
3. Юрьева Л.Н., Шустерман Т.И., Кокашинский В.А. Исследование распространенности тревожно-депрессивных симптомов среди студентов-медиков III-IV курсов и влияния их на уровень качества жизни. *Развитие экспортного потенциала высшего образования: содержание, опыт, перспективы: материалы XI Междунар. учеб.-метод. конф. Чебоксары*, 2019. С. 340-344.
4. Синдром емоційного вигоряння у медичній післядипломній освіті/ Єхалов В. В., Кравець О.В., Кріштафор Д.А., Станін Д.М., Хоботова Н.В. *Новини медицини та фармації*, 2021. № 4(751). С. 13.
5. *Emotional burnout syndrome in primary specialization doctors* Yekhalov V.V. Kravets O.V., Stus V.P., Moiseienko M.M., Stanin D.M., Krishtafor D.A. *Урологія*, 2021. т. 25. № 2. С. 148-152. DOI 10.26641/2307-5279.25.2.2021.238243
6. Райгородский Д. Я. *Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара : Издательский Дом «БАХРАХ», 1998. 672 с.*