Государственное бюджетное учреждение среднего

профессионального образования новосибирской области

«НОВОСИБИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

 Группа ПУО – 51

Научно – исследовательская работа на тему:

Синдром профессионального выгорания

 Научный руководитель:

Новосибирск – 2010

Оглавление

Введение……………………………………………………………………………

Анкета………………………………………………………………………………

Анализ анкеты……………………………………………………………………..

Выводы…………………………………………………………………………….

Предложения………………………………………………………………………

Введение

В XVII век голландским врачом Ван Туль-Пси была предложена символическая эмблема медицинской деятельности – горящая свеча. «Светя другим, сгораю сам» - этот девиз предполагает высокое служение, самоотверженную отдачу всего себя профессии и другим людям, приложение всех своих физических и нравственных сил. Причем «сгорание» не значит опустошение, исчезновение этих сил, они постоянно возобновляются при получении удовлетворения от своего дела, осознания своего места в профессии, при повышении мастерства и постоянном собственном личностном развитие. Но эмоциональное выгорание означает опустошение ещё не наполнившегося сосуда, бессилие при желании приложения усилий, исчезновение или деформацию эмоциональных переживаний, которые являются неотъемлемой частью жизни.

 У людей попавших под действие синдрома эмоционального выгорания ярко выражаются симптомы этого синдрома. Они теряют психическую энергию, быстро утомляются. Проявляются психосоматические проблемы таки как (колебание артериального давления, головные боли, заболевание пищеварительной системы и т.д.), бессонница. В результате чего, складывается негативное отношении к пациентам, отрицательная настроенность к выполняемой деятельности. Появляется агрессивная настроенность и раздражительность при общение с коллегами и пациентами.

Данная проблема актуальна в настоящие время и требует детального изучения, своевременного выявления и устранения синдрома профессионального выгорания у работников медицинской сферы.

Цель исследования: выяснеть и проанализировать через

предложенную ниже анкету, возможного проявления синдрома профессионального выгорания, а так же по результатам анкетирования провести профилактические мероприятия и предупредить проявления этого синдрома.

В анкетирование участвовало 10 медицинских работников, со средним и высшим образованием, разных квалификаций и должностей

ФГУ «ННИИПК им акад. Е.Н.Мешалкина» Минздравсоцразвития России.

Анкета

 Уважаемый респондент!

Прошу принять Вас участие в анкетировании, с выявления проявлений синдрома профессионального выгорания.

Отвечая на вопросы анкеты, в ячейках с Вашим вариантом ответа «ДА» или «НЕТ», поставьте галочку.

Присуще ли Вам чувства, перечисленные ниже в опроснике.

Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Стаж\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п |  Утверждение | Вариант ответа |
|  ДА |  НЕТ |
| 1 | Я испытываю чувство эмоциональной опустошенности после работы |  |  |
| 2 | Можете ли Вы сказать: «Я работаю не потому, что хочу, а потому что надо» |  |  |
| 3 | Во время работы я чувствую приятное оживление |  |  |
| 4 | Я испытываю чувство раздражительности, обидчивости при общении в коллективе |  |  |
| 5 | Я не способна принять решение |  |  |
| 6 | Я испытываю общее чувство усталости |  |  |
| 7 | У меня возникают мысли о смене работы, профессии |  |  |
| 8 | После работы на некоторое время хочу уединится от всех и всего |  |  |
| 9 | Есть ли у вас нарушение сна, бессонница |  |  |
| 10 | Есть ли у вас вредные привычки, если да, то какие:1. кофеин
2. никотин
3. алкоголь
 |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Благодарю за участие в опросе!

Анализ анкеты

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п |  Утверждение |  ДА |  НЕТ |
|  Абс. | % |  Абс. | % |
| 1 | Я испытываю чувство эмоциональной опустошенности после работы | 3 | 30 | 7 | 70 |
| 2 | Можете ли Вы сказать: «Я работаю не потому, что хочу, а потому что надо» | 4 | 40 | 6 | 60 |
| 3 | Во время работы я чувствую приятное оживление | 9 | 90 | 1 | 10 |
| 4 | Я испытываю чувство раздражительности, обидчивости при общении в коллективе | 1 | 10 | 9 | 90 |
| 5 | Я способна принять решение | 9 | 90 | 1 | 10 |
| 6 | Я испытываю общее чувство усталости | 3 | 30 | 7 | 70 |
| 7 | У меня возникают мысли о смене работы, профессии | 1 | 10 | 9 | 90 |
| 8 | После работы на некоторое время хочу уединится от всех и всего | 5 | 50 | 5 | 50 |
| 9 | Есть ли у вас нарушение сна, бессонница | 5 | 50 | 5 | 50 |
| 10 | Есть ли у вас вредные привычки, если да, то какие:1. кофеин
2. никотин
3. алкоголь
 | 9 | 90 | 1 | 10 |
| 8 | 80 | 2 | 20 |
| 2 | 20 | 8 | 80 |
| 1 | 10 | 9 | 90 |

Выводы

В ходе проведенного исследования участвовало 10 респондентов, со средним и высшим образованием, разных квалификаций и должностей. возраст опрошенных составляет от 23 до 55 лет. Стаж работы сотрудников в этом отделении от 0,5 года до 25 лет.

На основании анализа выше представленной анкеты выяснилось: что основная категория работников отделения (90%) испытывает приятное оживление на рабочем месте. Самостоятельно, а значит, правильно принимают решение(90%) и работают с охотой и желанием (60%). Не испытывают чувство угнетения и, не раздражаются при общении с пациентами и в коллективе (90%), адекватно воспринимают критику (90%).

Таким образом, следует отметить, что этим людям присуще любовь к работе и они не собираются её менять (90%).

Но учитывая напряженность и эмоциональный характер работы, в коллективе прослеживается общее чувство усталости – 3 человека (30%) и 3 человека (30%) испытывают чувство эмоциональной опустошенности после работы. Так же следует отметить, что (50%) избегают контактов после работы и стремятся уединиться.

Чтобы взбодриться, респонденты признались, что злоупотребляют кофеином – 8 человек (80%), и некоторые никотином – 2 человека (20%).

Вследствие чего, это приводит к нарушению сна, бессоннице – 5 человек (50%), а так же к общему угнетению состояния.

 По результатом данной анкеты и объективного наблюдения, можно судить, что синдром эмоционального выгорания приобретают люди профессионалы, изначально обладающие большим творческим потенциалом, и фантастично преданные своему делу.

Предложения

Во - первых сама профессиональная деятельность медицинских работников предполагает эмоциональную насыщенность и высокий процент факторов, вызывающих стресс.

Во - вторых под влиянием таких факторов как социальный, личностный, а так же фактора среды, проявляются симптомы синдрома эмоционального выгорания.

Таким образом, чем раньше начать борьбу с ними, тем она будет эффективнее и перспективнее, проводя профилактические и коррекционные мероприятия в коллективе.

* беседы со штатным психологом;
* активный совместный отдых;
* соблюдения режима сна и питания;
* чтение хорошей художественной литературы в свободное время
* поощрения различного характера;
* решение возникших ситуаций на рабочем месте на общем коллективном собрании и т.д.