

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Суконко, О. Г. Проблемы онкологии в Беларуси к 2014 году, которые нуждаются в срочном решении / О. Г. Суконко, С. А.Красный, А. И.Ролевич // Здоровоохранение. – 2014. – № 9.
2. Океанов, А. Е. Статистика онкологических заболеваний в Республике Беларусь, 2003—2012 / А.Е. Океанов, П.И. Моисеев, Л.Ф. Левин; под ред. О.Г. Суконко. – Минск, 2013.

## СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ - МЕДИКОВ

УО «Гродненский государственный медицинский университет»  
Дубовик А.И., Макуцевич Т.С., студентки 2 курса лечебного факультета  
Кафедра общей гигиены и экологии  
Научный руководитель – ассистент Саросек В.Г.

В современном обществе меняется отношение людей к какой-либо работе. Люди теряют уверенность в стабильности своего социального и материального положения, в гарантированности рабочего места. Как следствие, растет психическое, эмоциональное напряжение, которое связано со стрессом на рабочем месте. Выявляются тревога, депрессия, синдром «эмоционального выгорания», психосоматические расстройства, зависимости от психоактивных веществ. За последние годы накоплено большое число данных, свидетельствующих об участии психосоциальных факторов, наряду с основными эпидемиологическими факторами риска, в возникновении и развитии многих заболеваний [4]. Среди них особо может быть выделен синдром «эмоционального выгорания» (СЭВ).

Синдром «эмоционального выгорания» - один из механизмов, являющийся специфическим видом профессиональной дезадаптации лиц, вынужденных во время выполнения своих обязанностей тесно общаться с людьми, и представляет собой состояние эмоционального, умственного истощения, физического переутомления, вызванного воздействием длительно продолжающегося стресса, связанного с профессиональной деятельностью [1]. Главной причиной СЭВ среди врачей различных специальностей считается психологическое, душевное переутомление. Когда требования (внутреннее и внешнее) длительное время преобладают над ресурсами, у человека нарушается состояние равновесия, которое неизбежно приводит к СЭВ. У врачей профессиональные навыки сопряжены с ответственностью за судьбу, здоровье, жизнь людей, проявляются в большой эмоциональной насыщенности актов взаимодействия.

Настоящий медик в представлении населения – это образец профессиональной неуязвимости и совершенства. Входящие в эту категорию личности ассоциируют свой труд с предназначением, поэтому у них стирается

грань между работой и частной жизнью [2].

*Материалы и методы исследования.* В данной работе использовался метод анкетирования с помощью личностного опросника Айзенка, тестирования синдрома «эмоционального выгорания». Анкетирование проводилось среди студентов-медиков лечебного факультета 2 курса. Данные представлены за 2008 год.

*Результаты исследования и их обсуждение.* В анонимном анкетировании с помощью личностного опросника Айзенка и теста по определению синдрома «эмоционального выгорания», участвовало 102 респондента.

Показатели по фазе напряжения составили у студентов-медиков 38,2 балла. На основании полученных данных можно говорить о том, что данная фаза находится в стадии формирования. Что касается фазы истощения, то она составила 45,9 баллов, а фаза резистентности – 62,1 соответственно.

Анализ показателей проявления фазы «напряжения» показал выраженность симптомов: «переживание психотравмирующих обстоятельств» составил 12,3 балла, «тревога и депрессия» - 10,07 балла соответственно. Пока не сложившимися симптомами являются «неудовлетворенность собой» (8,49) и «загнанность в клетку» (6,34).

Анализируя показатели проявления симптомов фазы «резистенции» получили следующие данные: «редукция профессиональных обязанностей» - 17,39 балла, «неадекватное эмоциональное реагирование» - 19,49 балла и «расширение сферы экономики эмоций» - 15,80 балла, «эмоционально-нравственная дезориентация» - 9,41 балла.

Анализ показателей проявления симптомов фазы «истощения» говорит о выраженности следующих симптомов: «эмоциональный дефицит» 15,75 балла, «эмоциональная отстраненность» 11,02 балла, «личностная отстраненность (деперсонализация)» - 10,41 балла, «психосоматические и психовегетативные нарушения» 8,67 балла.

*Вывод.* Несмотря на достаточно большое количество исследований по проблеме симптома «эмоционального выгорания», эта тема остается актуальной для профессий «коммуникативного» характера. Этим можно объяснить большой процент лиц с высоким уровнем нейротизма, высоким уровнем выгорания, обнаруженный нами в обследуемой группе, что свидетельствует о наличии высокого риска снижения качества здоровья и субъективного благополучия, опосредованного профессиональными стрессами в ситуациях служебного общения [3].

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Водопьянова, Н.Е. Практическая психология / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – М.: Питер, 2005. – 336с.
2. Ореховский, В.И. Формирование психологической готовности молодежи к медицинскому труду / В.И. Ореховский [и др.]. – Киев: Выш. школа, 1989. – 195 с.

3. Мисюк, М.Н. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности фельдшеров в скорой медицинской помощи / М.Н. Мисюк, В.В. Максименко // Психологический журнал. – 2008. – №1. – С. 60-65.
4. Толочек, В.А. Современная психология труда: учеб. пособие / В.А. Толочек. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 432 с.

## **ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

УО «Гродненский государственный медицинский университет»  
Дубовская М.А., Гороновская А.С., студентки 3 курса лечебного  
факультета

Кафедра общей гигиены и экологии  
Научный руководитель – ассистент Заяц О.В.

Двигательная активность – один из важнейших компонентов здорового образа жизни человека, в основе которого лежит разумное, соответствующее полу, возрасту, состоянию здоровья систематическое использование средств физической культуры и спорта. Подготовка человека к профессиональной деятельности начинается в вузе. По сути своей она является интегральным образованием, включающим знания, умения, навыки, соответствующие будущей профессии. При этом доказано, что успех человека в профессии, и в жизни вообще, во многом обуславливается степенью сформированности у него здорового образа жизни. Поскольку одной из неперенных составляющих здорового образа жизни является высокая двигательная активность, можно с уверенностью говорить о том, что в профессиональной подготовке будущих специалистов значительную роль играет физическая культура как комплексное средство физического, интеллектуального, нравственного, эстетического развития.

В современных условиях умственному труду студентов присуща значительная интенсивность учебно-познавательной деятельности. В таких условиях нужен постоянный контроль психофизиологических возможностей организма студента в адекватном восприятии значительного объема учебной информации для эффективной трансформации ее в теоретические знания, практические умения и навыки. Одним из важных факторов, способствующих достижению этой цели, является оптимальное использование средств физической культуры и спорта во время учебы студентов в вузе, умелое чередование умственного труда, оптимальное сочетание физических нагрузок и активного отдыха. Успеваемость студентов зависит от рациональной организации режима, учебного процесса и двигательной деятельности [1].

Изучена физическая активность студентов медицинского университета, определены меры профилактики недостаточной физической активности.