

DOI: 10.33920/med-05-2310-06

УДК: 614.2

# АНАЛИЗ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР АМБУЛАТОРНО- ПОЛИКЛИНИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ

**А. В. Речкин**

*ФГБОУ ВО «Самарский государственный медицинский университет» Минздрава России, 443099, г. Самара, Россия*

**Резюме.** Проблема профессионального стресса в современных медицинских коллективах находится в центре внимания многих отечественных и зарубежных ученых, теоретиков и практиков, представителей различных научных школ и направлений. В современных условиях в обществе сформировалась четко выраженная потребность как в фундаментальных, так и в прикладных знаниях о причинах и характере профессионального стресса, методах управления им. Решение рассматриваемой проблемы может способствовать преодолению тех трудностей, которые обозначились в связи с необходимостью управления стрессами в организационной среде.

**Цель.** Проанализировать выраженность профессиональных стрессов в среде сестринского персонала амбулаторно-поликлинической службы и на основании полученных результатов разработать рекомендации по профилактике и управлению стрессами.

**Результаты.** На основе теоретического материала раскрыто понятие профессионального стресса, его причины и характер, методы управления, особенности развития в среде сестринского персонала; определен уровень профессионального стресса медицинских сестер поликлиники, характер профессионального стресса, сила и частота стресса; выявлены типичные и субъективно значимые причины возникновения стресса в профессиональной деятельности специалистов; определены копинг-стратегии преодоления стресса средним медицинским персоналом.

**Заключение.** Проведенное исследование показало, что на развитие профессионального стресса у медицинских сестер влияет повседневная, рутинная профессиональная деятельность, часто требующая от специалистов достаточно интенсивного, не обязательно конфликтного, но по разным причинам эмоционально напряженного общения.

**Ключевые слова:** амбулаторно-поликлиническая служба; медицинская сестра; профессиональный стресс.

## ANALYSIS OF PROFESSIONAL STRESS FORMATION AT OUTPATIENT POLYCLINIC SERVICE NURSES

**A. V. Rechkin**

*FSBEI HE «Samara State Medical University» of the Ministry of Healthcare of Russia, 443099, Samara, Russia*

**Abstract.** The problem of professional stress in modern medical teams is the focus of attention of many domestic and foreign scientists, theorists and practitioners, representatives of various scientific schools and directions. In modern conditions, a clearly expressed need has formed in society for both fundamental and applied knowledge about the causes and nature

of professional stress, and methods for managing it. Solving the problem under consideration can help overcome the difficulties that have emerged in connection with the need to manage stress in the organizational environment.

**Target.** To analyze the severity of professional stress among nursing staff in outpatient clinics and, based on the results obtained, to develop recommendations for the prevention and management of stress.

**Results.** Based on theoretical material, the concept of professional stress, its causes and nature, management methods, and developmental features among nursing personnel are revealed; the level of professional stress of clinic nurses, the nature of professional stress, the strength and frequency of stress were determined; typical and subjectively significant causes of stress in the professional activities of specialists have been identified; coping strategies for overcoming stress by nursing staff have been identified.

**Conclusion.** The study showed that the development of professional stress in nurses is influenced by everyday, routine professional activities, which often require specialists to have quite intensive, not necessarily conflict-ridden, but for various reasons emotionally intense communication.

**Key words:** *outpatient service; nurse; professional stress.*

**For correspondence:** *Rechkin A. V. FSBEI HE «Samara State Medical University» of the Ministry of Healthcare of Russia, 443099, Samara, Chapaevskaya, 89, e-mail: a.v.rechkin@samsmu.ru*

**Information about author:**

*Rechkin A. V. <https://orcid.org/0000-0002-2644-1635>*

**АКТУАЛЬНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Трудовая деятельность многих профессий часто проходит в условиях, требующих усиленного расхода внутренних резервов человека. Длительные значительные перегрузки без достаточных условий полного восстановления сил, оказывают наиболее неблагоприятное воздействие на человека, иногда полностью дезорганизуя его деятельность. При продолжительном и комбинированном влиянии комплекса таких факторов с большой долей вероятности можно ожидать появления ряда выраженных функциональных сдвигов и психологических изменений, ухудшения работоспособности, снижения качества работы, т. е. феномена, получившего в психологической литературе название профессионального стресса [3].

Возникают значительные трудности на пути выполнения поставленных задач и достижения стратегических целей организации. Разбалансировка взаимосвязей групповой деятельности по причине профессиональных стрессов в коллективе неизбежно ведет к возрастанию личной неудовлетворенности у каждого члена коллектива, текучести кадров и других негативных последствий. Как показывает практика, профессиональные стрессы в организациях не относятся к тем явлениям

и процессам, которыми можно эффективно управлять на основе только жизненного опыта. Для этого необходима система теоретических и методических знаний по управлению такого рода стрессов [1].

Медицинские сестры — это социальная группа населения, с одной стороны, испытывающая на себе все реальные проблемы современной общественной жизни, с другой — призванная смягчать эти проблемы в процессе контакта населения с системой здравоохранения. Таким образом, медицинские сестры находятся в кругу, как собственных проблем, так и проблем своих пациентов, неся при этом двойную социально-психологическую нагрузку. Напряженный ритм работы средних медицинских работников, интенсификации их труда часто ведет к повышенному напряжению, неумению расслабляться, выходить из напряженного состояния, обретать психическое равновесие. Профессия медицинской сестры обладает огромной социальной важностью, так как на медсестру ложится большая ответственность не только за физическое здоровье пациента, доверившего им свою жизнь, но и за его психическое здоровье и социально — психологическую адаптацию. Описанные выше факторы занимают важное

место среди моментов, предрасполагающих к возникновению профессиональных стрессов [2].

Для успешного выполнения профессиональных обязанностей медицинским сестрам необходимы психологические защитные механизмы, которые позволяют защититься от тех проблем, которые пока нет возможности решить, позволят снять тревогу от угрожающих событий и адекватно воспринимать стрессовую ситуацию. Сложный характер профессионального стресса, а также разнородность интерпретации его причин и проявлений, требующих поиска исследовательских стратегий и создания соответствующего психологического инструментария, требуют глубокого изучения [1].

Проблема профессионального стресса представляет для нас не только научный интерес, она имеет большую практическую значимость при использовании полученных данных в системе психогигиенических, психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья медицинских сестер.

В связи с этим первостепенную важность приобретает потребность как можно больше узнать о причинах развития стресса, овладеть навыками и алгоритмами эффективного управления профессиональным стрессом и его профилактикой на рабочем месте.

**Цель:** проанализировать выраженность профессиональных стрессов в среде сестринского персонала амбулаторно-поликлинической службы и на основании полученных результатов разработать рекомендации по профилактике и управлению стрессами.

### МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании использовались следующие методики:

Для определения уровня профессионального стресса — методика Е. И. Рогова «Оценка профессионального стресса».

Для оценки характера профессионального стресса — методика ДОРС (Дифференциальная диагностика состояний сниженной работоспособности) А. Б. Леоновой и С. Б. Величковской.

Для оценки силы и частоты стресса, выявления типичных и субъективно значимых причин возникновения стресса в профес-

сиональной деятельности — опросник трудового стресса Ч. Спилбергера в адаптации Леоновой А. Б. и Величковской С. Б.

Для определения копинг-стратегий преодоления стресса — методика определения копинг-механизмов Р. Лазаруса и С. Фолкмана в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для исследования уровня профессионального стресса у сестринского персонала амбулаторно-поликлинической службы была использована методика Е. И. Рогова «Оценка профессионального стресса» (табл. 1).

Выраженность уровня профессионального стресса по профилю отделений выглядит следующим образом:

1) ни один респондент ни показал низкий уровень стресса;

2) умеренный уровень стресса у 27 медицинских сестер (75 %):

— в отделениях терапевтического профиля — у 13 медицинских сестер (35 %),

— в отделениях хирургического профиля — у 15 медицинских сестер (40 %);

3) средний уровень стресса у 7 медицинских сестер (19 %):

— в отделениях терапевтического профиля — у 4 медицинских сестер (11 %),

— в отделениях хирургического профиля — у 3 медицинских сестер (8 %);

4) высокий уровень стресса у 2 медицинских сестер (6 %):

— в отделениях терапевтического профиля — у 1 медицинской сестры (3 %),

— в отделениях хирургического профиля — у 1 медицинской сестры (3 %).

Выраженность уровня профессионального стресса в связи с медицинским стажем:

при стаже от 1 до 10 лет:

— умеренный уровень стресса у 12 специалистов (32 %);

2) при стаже от 11 до 20 лет:

— умеренный уровень стресса у 10 специалистов (27 %),

— средний уровень стресса у 2 специалистов (6 %);

3) при стаже от 21 до 30 лет:

— умеренный уровень стресса у 6 специалистов (16 %),

— средний уровень стресса у 5 специалистов (14 %),