

СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ФЕЛЬДШЕРОВ СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

¹ Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова
(Россия, Архангельск, наб. Северной Двины, д. 17);

² Северный государственный медицинский университет
(Россия, Архангельск, Троицкий пр., д. 51).

В статье представлены результаты изучения синдрома профессионального выгорания у фельдшеров скорой медицинской помощи (СМП). В обследовании приняли участие 79 фельдшеров СМП, работающих в лечебных учреждениях Архангельской области, возраст $36,9 \pm 10,5$ лет. Основными методами исследования являлись анкетирование и психологическое тестирование.

У 47,7 % фельдшеров СМП выявлен сформированный синдром профессионального выгорания, проявляющийся усталостью, плохим самочувствием, появлением физического и эмоционального истощения, а также проблем со здоровьем. Развитие синдрома профессионального выгорания связано с увеличением тревожности, ухудшением взаимоотношений в коллективе, а также с усилением напряжения, неконструктивных стратегий совладания со стрессом (конфронтация, дистанцирование, бегство-избегание).

В статье предложены рекомендации по профилактике синдрома профессионального выгорания, которая должна быть направлена на поддержание благоприятной атмосферы в коллективе, обучение конструктивному психологическому взаимодействию и методам саморегуляции.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, фельдшеры, скорая медицинская помощь, факторы риска.

Корехова Мария Владимировна – канд. психол. наук, доц. каф. психологии Высшей школы педагогики, психологии и физич. культуры Северного (Арктического) федер. ун-та имени М.В. Ломоносова (Россия, 163002, г. Архангельск, наб. Северной Двины, д. 17); mkorehova@mail.ru ORCID-ID 0000-0001-6735-9710;

✉ Новикова Ирина Альбертовна – д-р мед. наук, проф., проф. каф. психологии Высшей школы психологии, педагогики и физич. культуры Северного (Арктического) федер. ун-та им. М.В. Ломоносова (Россия, 163002, г. Архангельск, наб. Северной Двины, д. 17, САФУ); проф. каф. семейной медицины и внутренних болезней Северного гос. мед. ун-та (Россия, 163000, Архангельск, Троицкий пр., д. 51); ianovikova@mail.ru ORCID-ID 0000-0002-3437-5877;

Соловьев Андрей Горгоньевич – д-р мед. наук, проф., зав. каф. психиатрии и клинич. психологии Северного гос. мед. ун-та (Россия, 163000, Архангельск, Троицкий пр., д. 51); ASoloviev1@yandex.ru ORCID-ID 0000-0002-0350-1359.

Проект FSRU-2020-006 в рамках выполнения государственного задания на проведение фундаментальных научных исследований

Введение

В современной науке все больше внимания уделяется вопросам психического здоровья специалистов, деятельность которых протекает в сложных, зачастую в экстремальных условиях [8, 9, 12]. Данная проблема активно изучается отечественными и зарубежными исследователями в связи с тем, что профессиональная деятельность воспринимается как очень важный элемент повседневной жизни человека [19, 20]. У медицинских работников она насыщена множеством стресс-факторов, сопряжена с повышенной моральной ответственностью, постоянным взаимодействием с людьми, их проблемами и страданиями, что может спровоцировать развитие синдрома профессионального выгорания (СПВ) – истощения как физического, так и эмоционального и мотивационного. СПВ – это нежелательный результат хронических стрессов на рабочем месте, характеризующийся эмоциональным истощением, деперсонализацией и снижением личностных достижений [22].

В мировой практике регулярно проводятся мониторинги самых «выгорающих специальностей». В отчете «Medscape National Physician Burnout, Depression & Suicide Report 2019» говорится о том, что 44 % всех врачей имеют СПВ, и еще у 15 % имеются признаки выраженной депрессии [2]. Анализ распространенности СПВ среди разных медицинских специальностей показал его встречаемость: у 26,3 % гастроэнтерологов в Мексике [15], у 33,99 % врачей общей практики в Китае [18], у 46,5 % анестезиологов-реаниматологов во Франции [17], у 62,5 % анестезиологов-реаниматологов в России [7], у 42,5 % психиатров в России [14].

Развитию СПВ у медицинских работников способствуют такие факторы, как: высокие требования, большая рабочая нагрузка, низкое вознаграждение и ненадежность работы [16].

Профессия медицинского работника выездной бригады неотложной и скорой медицинской помощи (СМП) характеризуется высокой психологической и эмоциональной нагрузкой [1]. Сотрудники, работающие на СМП, часто сталкиваются с неотложными ситуациями и необходимостью вмешательства, сопряженного с высоким риском для человека. Они отличаются высоким уровнем СПВ, который характерен для 5-30 % [21].

У сотрудников СМП низкая удовлетворенность работой связана со стрессовыми факторами на работе, а жалобы на состояние здоровья – со специфическими профессиональными стрессорами [23]. Напряженные от-

ношения с пациентами, отсутствие должной коммуникации с руководством оказывают наибольшее влияние на эмоциональный статус сотрудников СМП [10].

СПВ негативно сказывается на профессиональной эффективности, а также соматическом и психологическом здоровье сотрудников СМП. Профессиональная деятельность фельдшеров СМП связана с высокой ответственностью за принимаемые решения и малой степенью свободы, а условия профессиональной деятельности близки к экстремальным.

В то же время исследования, посвященные изучению признаков и факторов СПВ, крайне немногочисленны, в связи с чем повышается значимость их проведения, что направлено, в конечном итоге, на обоснование целенаправленных профилактических мероприятий.

Цель нашего исследования – изучение синдрома профессионального выгорания у фельдшеров СМП.

Материал и методы

В обследовании приняли участие 79 фельдшеров СМП, работающих в лечебных учреждениях Архангельской области, ср. возраст $36,9 \pm 10,5$ лет ($M \pm \sigma$), среди них 64 чел. (81,0 %) – женского и 15 чел. (19,0 %) – мужского пола. Стаж работы в СМП $11,3 \pm 4,2$ лет ($M \pm \sigma$); со стажем до 10 лет – 26 чел. (32,9 %), более 10 лет – 53 чел. (67,1 %).

Основными методами исследования явились анкетирование и психологическое тестирование. С помощью анкетирования изучались социально-демографические характеристики, а также отношение фельдшеров СМП к своей работе и эмоциональное состояние в процессе выполнения профессиональных обязанностей.

Опросник «Отношение к работе и профессиональное выгорание» (ОПРВ) В.А. Винокура применялся для психологической диагностики СПВ у фельдшеров СМП. Методика позволяет достаточно объективно определить содержательные и уровневые характеристики СПВ. С помощью данного опросника выявлялись девять показателей профессионального выгорания, а также интегративный индекс [4]: эмоциональное истощение, напряженность в работе, удовлетворенность работой и оценка ее значимости, профессиональный перфекционизм, самооценка качества работы, помощь и психологическая поддержка коллег в работе, профессиональное развитие и самоусовершенствование, общая самооценка, здоровье и общая адаптация. Оценка производилась по 10-балльной шкале, определяющей

степень согласия респондента с утверждениями, касающимися мыслей, переживаний, эмоциональных реакций на работе и в отношении нее.

Оценка ситуативной и личностной тревожности осуществлялась с использованием теста Ч. Спилбергера в модификации Ю. Ханина [5]. Высоким уровнем тревожности, как ситуативной, так и личностной, признается, если суммарный показатель по шкале – более 45 баллов.

С помощью методики «Стратегии совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолькман производилась оценка ведущих копинг-стратегий личности [3]. Методика состояла из 50 утверждений, раскрывающих способы поведения в проблемной или трудной ситуации. Оценка каждого утверждения производилась по 4-балльной шкале.

Исследование склонности к риску выполнялась с помощью теста А.Г. Шмелева [4]. Знание степени склонности к риску позволяет составить прогноз принятия решения в ситуации неопределенности. Высокой склонностью к риску признается при суммарном показателе выше 30 баллов.

Методика А.Ф. Фидлера направлена на диагностику психологической атмосферы в коллективе [13]. Атмосфера в группе оценивалась по десяти шкалам, полюса которых представлены противоположными по смыслу характеристиками группы. Чем ниже показатель, тем более благоприятной считается атмосфера в коллективе.

Обработка результатов осуществлялась с помощью пакета прикладных статистических программ SPSS Statistics (версия 23.00, лицензия Z125-5301-14). Для оценки значимости разницы средних значений двух выборок использовался непараметрический критерий U-критерий Манна-Уитни или параметрический критерий t-Стьюдента. Для сравнения средних более 2 выборок использовался дисперсионный анализ (ANOVA); для оценки различий по частоте встречаемости – таблицы сопряженности. Изучение взаимосвязей между признаками проводили с помощью корреляционного анализа.

Результаты и их обсуждение

По результатам анкетирования 45,6 % сотрудников СМП оценивали свою работу как тяжелую и напряженную. Часто сталкивались со стрессовыми ситуациями на работе 3/4 фельдшеров; испытывали раздражение и находились в плохом настроении 50,6 % обследуемых. Каждый второй имел жалобы на состояние здоровья, а сниженную работоспособность отмечали у себя 7,6 %. Злоупотребляли табакокурением, выкуривая более 20

сигарет в день 6,3 % фельдшеров СМП, а употребляли алкоголь чаще 1 раза в неделю – 15,2 %.

По опроснику ОПРВ у работников СМП были выявлены высокие значения по шкалам «эмоциональное истощение» ($45,2 \pm 13,1$ баллов) и «здоровье и общая адаптация» ($48,5 \pm 17,3$ баллов), указывающие на наличие чувства разочарования и неудовлетворенности, нарастания как физического, так и эмоционального истощения, ухудшения самочувствия, проблемы со здоровьем и нехваткой времени на отдых и общение с близкими.

У 44,3 % работников СМП отмечался высокий интегративный индекс профессионального выгорания, свидетельствующий о сформированности СПВ (рис.1). Полученные нами данные говорят о более высоких показателях СПВ у фельдшеров СМП, чем установленные другими авторами [6].

Ухудшение здоровья и общей адаптации встречалось у 57,3 % респондентов, для них процесс адаптации протекал тяжелее, с высокой вероятностью нервно-психических срывов. У каждого второго сотрудника СМП отмечалось эмоциональное истощение и снижение желания профессионального развития и самоусовершенствования.

У 60,8 % фельдшеров СМП по методике Ч. Спилбергера-Ю. Ханина был выявлен высокий уровень тревожности как личностной особенности; высокая ситуативная тревожность отмечалась у 15,2 % обследуемых.

Большинство работников СМП (88,6 %) по тесту А.Г. Шмелева достаточно решительны, самостоятельны в выборе тех или иных действий, однако они не склонны к необдуманному риску.

По методике А.Ф. Фидлера 87,8 % обследуемых считали психологическую атмосферу в коллективе благоприятной и удовлетворительной, в которой присутствует согласие, поддержка и сотрудничество.

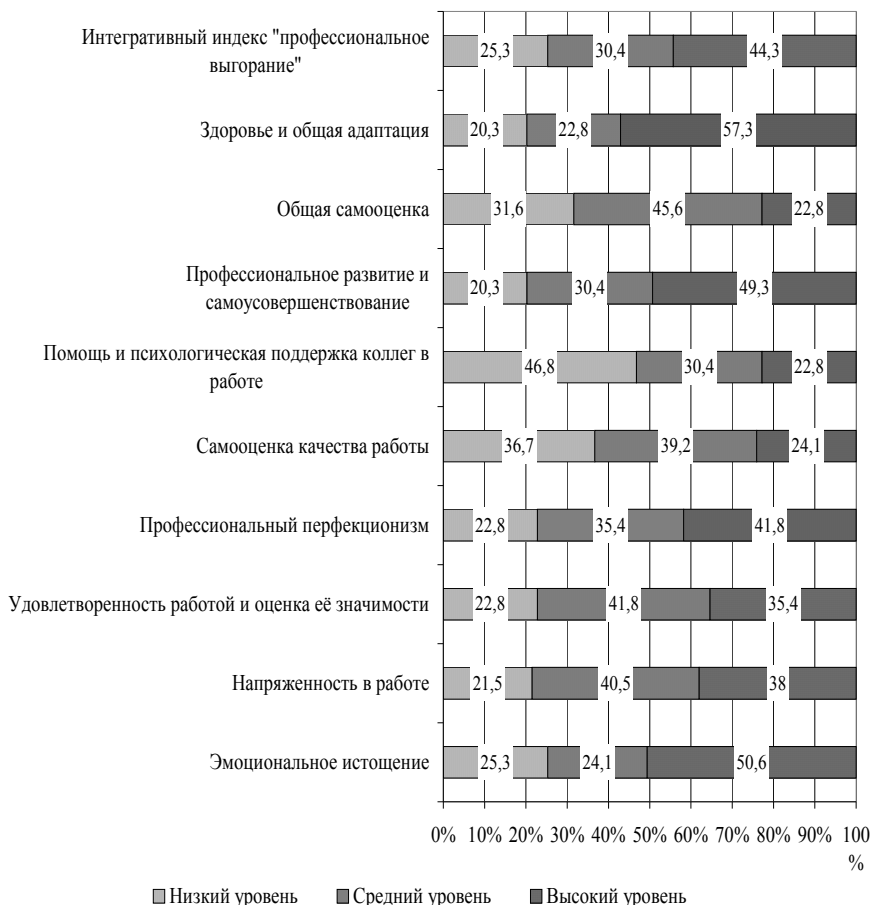


Рис. 1. Распределение фельдшеров СМП по степени выраженности симптомов профессионального выгорания (в %)

Наибольший уровень напряженности по методике Р. Лазаруса имели такие копинг-стратегии, как дистанцирование ($53,0 \pm 10,5 \%$), поиск социальной поддержки ($51,2 \pm 8,4 \%$), планирование ($50,7 \pm 10,5 \%$). Каждый пятый сотрудник при столкновении с проблемной ситуацией пытался целенаправленно анализировать её и планомерно разрешать. Признавали, что именно они ответственны за возникновение и преодоление возникшей трудности, только $6,3 \%$ обследуемых. Неконструктивные копинг-стратегии использовали практически половина фельдшеров СМП (рис. 2),

обесценивая собственные переживания, считая невозможным преодоление трудных ситуаций, проявляя конфликтность и враждебность по отношению к окружающим.

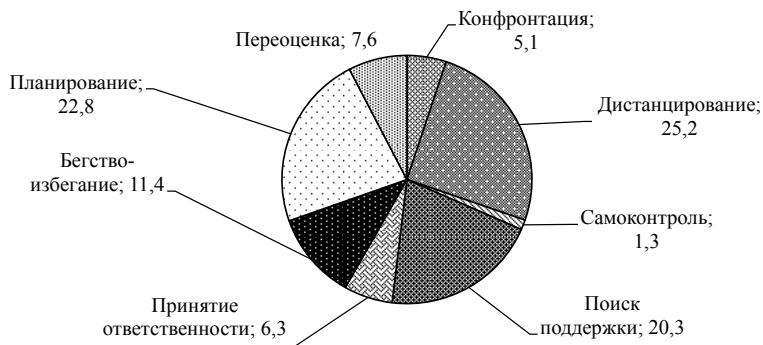


Рис. 2. Распределение преобладающих копинг-стратегий у сотрудников СМП по методике Р. Лазаруса (в %)

У мужчин, по сравнению с женщинами, был выявлен более высокий уровень интегративного индекса профессионального выгорания ($45,9 \pm 9,9$ баллов и $44,8 \pm 10,1$ балла, соответственно). Мужчины чаще ощущали нехватку помощи и психологической поддержки со стороны своих коллег ($p \leq 0,05$), при этом они реже использовали такую копинг-стратегию, как поиск поддержки при столкновении с проблемными и трудными ситуациями ($p \leq 0,05$) (табл.1).

Женщины отличались более выраженной личностной тревожностью, по сравнению с мужчинами, т.е. им свойственно чаще воспринимать события, происходящие в их жизни, как стрессовые.

У группы фельдшеров СМП с высоким интегративным уровнем выгорания, по сравнению со средним и низким уровнями, были выявлены наибольшие значения по всем 9 шкалам опросника ОПРВ, соответствующим основным компонентам СПВ ($p \leq 0,05$). Обследуемые с низким уровнем СПВ имели наиболее выраженные значения по шкалам «профессиональный перфекционизм» ($43,2 \pm 6,0$), «помощь и психологическая поддержка коллег» ($33,0 \pm 8,8$) и «общая самооценка» ($32,3 \pm 8,0$ баллов), т.е. они чаще сомневались в своей профессиональной компетентности, тяжело

переживали ошибки и неудачи в работе, меньше ощущали помощь и психологическую поддержку коллег.

Таблица 1

Сравнение психологических характеристик фельдшеров СМП
в зависимости от пола (M ± SD)

Шкала	Пол		Уровень достоверности (p)
	Женский	Мужской	
Опросник «Отношение к работе и профессиональное выгорание» (ОПРВ) В.А. Винокура			
Помощь и психологическая поддержка коллег в работе	40,2 ± 15,1	49,6 ± 13,4	0,029
Методика «Стратегии совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолькман			
Поиск поддержки	52, 3 ± 8,0	46,2 ± 8,9	0,010
Тест Ч. Спилбергера в модификации Ю. Ханина			
Личностная тревожность	46,7 ± 9,7	38,7 ± 9,7	0,010

Примечание: в таблице представлены только результаты, по которым обнаружены статистически значимые различия.

У респондентов со средним уровнем выраженности СПВ наибольшие значения отмечались по шкалам «профессиональный перфекционизм» (51,9 ± 6,6), «общая самооценка» (44,1 ± 8,9) и «здоровье и общая адаптация» (49,0 ± 7,3), т.е. наряду с неудовлетворенностью собой как профессионалом, отмечаются проблемы с самочувствием и общей адаптацией.

Работники с высоким уровнем СПВ имели проблемы со здоровьем и общей адаптацией (60,5 ± 13,4), часто сомневались в своей опытности и компетентности (57,5 ± 10,0), не были удовлетворены работой и занижали ее субъективную значимость (56,4 ± 16,2 баллов).

Среди обследуемых фельдшеров СМП с высоким уровнем профессионального выгорания чаще встречались сотрудники со стажем свыше 10 лет, которые часто сталкивались со стрессовыми ситуациями, с угрозами для жизни в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей и в целом выше оценивали степень тяжести и напряженности своей работы (табл. 2).

Таблица 2

Сравнение данных анкетирования среди фельдшеров СМП с разным уровнем выраженности профессионального выгорания

Показатель	Уровень выраженности выгорания		
	Высокий	Средний	Низкий
Стаж свыше 10 лет	82,9 % ^{б*} ^{в**}	50,0 % ^{а*}	50,0 % ^{а*}
Часто сталкиваются со стрессовыми ситуациями	94,3 % ^{б***} ^{в**}	58,3 % ^{а***}	50,0 % ^{а***}
Очень высокая степень тяжести и напряженности профессиональной деятельности	57,0 % ^{б**} ^{в***}	16,6 % ^{а**}	10,0 % ^{а***}
Подвергался угрозам для жизни во время выполнения профессиональных обязанностей	48,5 % ^{в**}	33,3 %	10,0 % ^{а**}

Примечание: различия достоверны при * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, в сравнении с: а – низким уровнем выгорания, б – умеренным уровнем, в – высоким уровнем.

Нами произведена оценка выраженности интегративного индекса СПВ фельдшеров СМП в зависимости от психологических факторов (табл.3). Интегративный индекс СПВ был существенно выше при неблагоприятной психологической атмосфере в коллективе, высокой ситуативной и личностной тревожности.

Таблица 3

Показатель профессионального выгорания фельдшеров СМП в зависимости от психологических факторов ($M \pm SD$)

Психологические факторы		Интегративный индекс профессионального выгорания	Уровень достоверности (p)
Психологическая атмосфера в коллективе	Благоприятная	40,8 ± 9,7	p = 0,000
	Умеренная	44,8 ± 7,6	
	Неблагоприятная	59,0 ± 9,3	
Ситуативная тревожность	Низкий уровень	39,8 ± 10,1	p = 0,000
	Умеренный уровень	45,2 ± 7,5	
	Высокий уровень	57,1 ± 6,1	
Личностная тревожность	Низкий уровень	34,2 ± 9,6	p = 0,000
	Умеренный уровень	40,1 ± 7,0	
	Высокий уровень	49,2 ± 9,0	

Примечание: в таблице представлены только те факторы, где есть статистически значимые различия.

Результаты корреляционного анализа также показали (рис. 3), что при развитии СПВ увеличивается тревожность, ухудшаются взаимоотношения в коллективе, а также усиливается напряжение неконструктивных стратегий совладания со стрессом, игнорирование проблемы, пассивность, обесценивание собственных переживаний или, наоборот, вспышки раздражения, конфликтное, импульсивное поведение. Были выявлены взаимосвязи между следующими копинг-стратегиями: бегство и конфронтация ($r = 0,305$; $p = 0,006$), бегство и дистанцирование ($r = 0,485$; $p = 0,000$).

Полученные результаты необходимо учитывать при организации мероприятий по профилактике СПВ у фельдшеров СМП. Профилактика СПВ представляет собой совокупность предупредительных мероприятий, направленных на условия и причины, способствующие возникновению и развитию СПВ у фельдшеров СМП. Профилактика должна начинаться с диагностики симптомов СПВ и определения группы лиц, наиболее предрасположенных к выгоранию. Необходимо определить достаточный набор методик для ранней психодиагностики и прогнозирования развития СПВ.



Рис. 3. Корреляционная плеяда факторов профессионального выгорания у фельдшеров СМП

Примечание: ----- положительная корреляция ($p \leq 0,05$)
 _____ положительная корреляция ($p \leq 0,01$)

При проведении профилактических мероприятий нужно учитывать выделенные факторы риска развития СПВ: демографические, социальные, психологические. Профилактику, прежде всего, необходимо проводить с фельдшерами со стажем профессиональной деятельности свыше 10 лет, чтобы не допустить у них развитие СПВ. Наиболее предпочтительной

формой проведения психологической профилактики являются групповые занятия. Рекомендуемая численность группы – не более 10–12 человек. В первую очередь, мероприятия должны быть направлены на поддержание благоприятной атмосферы в коллективе, обучение конструктивному психологическому взаимодействию, развитию умения успешно действовать в условиях эмоционального напряжения, а также на помощь в разрешении конфликтных и стрессовых ситуаций, обучение адаптивным способам анализа и разрешения проблем и методам саморегуляции и в целом на профилактику профессионального выгорания. Важным является и информирование фельдшеров СМП о симптомах и особенностях развития СПВ у медицинских работников, о методах и приемах самовосстановления и самопомощи. Правильно организованная система профилактики будет способствовать развитию положительного эмоционального состояния работников СМП, улучшению качества выполняемой деятельности и социально-психологического климата в коллективе.

Выводы

1. Высокий показатель СПВ имеет 47,7 % фельдшеров СМП, что проявляется эмоциональным истощением и напряженностью в работе, низкой удовлетворенностью ее значимостью, отсутствием профессионального развития и самоусовершенствования, наличием проблем со здоровьем и общей адаптацией.

2. Фельдшера СМП с высоким уровнем профессионального выгорания чаще имеют стаж профессиональной деятельности свыше 10 лет, состоят в браке, сталкиваются со стрессовыми ситуациями с угрозами для жизни в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей и в целом выше оценивают степень тяжести и напряженности своей работы.

3. Развитие СПВ у фельдшеров СМП взаимосвязано с увеличением тревожности, ухудшением взаимоотношений в коллективе, а также с усилением напряжения неконструктивных стратегий совладания со стрессом (конфронтация, дистанцирование, бегство-избегание).

4. Для фельдшеров СМП необходимо организовывать своевременные мероприятия по профилактике СПВ, направленные на поддержание благоприятной атмосферы в коллективе, обучение конструктивному психологическому взаимодействию и методам саморегуляции.

Литература

1. Берхмиллер А., Завгородний И., Завгородняя Н. [и др.] Связь между синдромом выгорания и особенностями личности работников скорой медицин-

ской помощи // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2016. – Т. 116, № 12. – С. 25–29. DOI:10.17116/jnevro201611612125-29

2. Бочавер К.А., Данилов А.Б., Нартова-Бочавер С.К. [и др.] Перспективы салютогенного подхода к профилактике синдрома выгорания у российских врачей // Клиническая и специальная психология. – 2019. Т. 8, № 1. – С. 58–77. DOI: 10.17759/psyclin.2019080104

3. Вассерман Л.И. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика: учебно-метод. пособие. – СПб.: Речь, 2010. – 192 с.

4. Винокур В.А. Методика психологической диагностики профессионального «выгорания» в «помогающих» профессиях. Опросник «ОРПВ» (Отношение к работе и профессиональное «выгорание») : учеб. пособие. – СПб.: СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2012. – 44 с.

5. Дерманова И.Б. Диагностика эмоционально-нравственного развития. – СПб.: Речь, 2002. – 176 с.

6. Карамова Л.М., Нафиков Р.Г. Синдром профессионального выгорания у медицинских работников станции скорой медицинской помощи // Вестник РГМУ. – 2013. – № 5–6. – С. 133–135.

7. Корехова М.В., Соловьев А.Г., Киров М.Ю. и др. Синдром профессионального «выгорания» у врачей анестезиологов-реаниматологов // Вестник анестезиологии и реаниматологии. – 2016. – Т. 13, № 3. С. 19–28. DOI:10.21292/2078-5658-2016-13-3-19-28

8. Корехова М.В., Соловьев А.Г., Новикова И.А. Психическая дезадаптация специалистов в экстремальных условиях деятельности: монография. – Архангельск: Изд-во Северного государственного медицинского университета, 2014. – 139 с.

9. Кузьменко А.П. Оценка психофункционального состояния медицинских работников северного региона в зависимости от характера профессиональной деятельности // Скорая медицинская помощь. – 2014. – Т. 15, № 3. – С. 22–28. DOI: 10.24884/2072-6716-2014-15-3-22-28.

10. Лымаренко В.М., Апчел В.Я., Леонтьев О.В., Дергунов А.В. Исследование хронического профессионального стресса у врачей скорой медицинской помощи Невского района Санкт-Петербурга // Вестник Российской Военно-медицинской академии. – 2012. – № 3 (39). – С. 39–45.

11. Пашукова Т.И., Допира А.И., Дьяконов Г.В. Психологические исследования: Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов. – М.: Институт практической психологии, 1996. – с.

12. Петраш М.Д., Бойков А.А. Синдром эмоционального выгорания у сотрудников скорой медицинской помощи Санкт-Петербурга: взгляд на проблему через 11 лет // Скорая медицинская помощь. – 2015. Т. 16, № 2. – С. 10–15. DOI: 10.24884/2072-6716-2015-16-2-10-15

13. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

14. Чернышкова Н.В., Дворникова Е.О., Малинина Е.В. Особенности синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников государствен-

ных и частных медицинских учреждений // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2018. – Т. 11, № 4. – С. 61–72. DOI:10.14529/psy180407

15. Aguilar-Nájera O., Zamora-Nava L.E., Grajales-Figueroa G. [et al.] Prevalence of burnout syndrome in gastroenterologists and endoscopists: results of a national survey in Mexico. *Postgraduate Medicine*. – 2020. – Vol. 132, № 3. – P. 275–281. DOI:10.1080/00325481.2019.1707486

16. Aronsson G., Theorell T., Grape T. [et al.] A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms // *BMC Public Health*. – 2017. – Vol. 17, № 1. – P. 13. DOI:10.1186/s12889-017-4153-7

17. Chiron B., Michinov E., Olivier-Chiron E. [et al.] Job satisfaction, life satisfaction and burnout in French anaesthetists. *Health Psychology*. 2010. Vol. 15 (6). P. 948–958. DOI:10.1177/1359105309360072

18. Gan Y., Jiang H., Li L. [et al.] Prevalence of burnout and associated factors among general practitioners in Hubei, China: a cross-sectional study // *BMC Public Health*. – 2019. – Vol. 19, № 1. – P. 1607. DOI:10.1186/s12889-019-7755-4

19. Halliday L., Walker A., Vig S. [et al.] Grit and burnout in UK doctors: a cross-sectional study across specialties and stages of training // *Postgraduate Medical Journal*. – 2017. – Vol. 93, № 1101. – P. 389–394. DOI:10.1136/postgradmedj-2015-133919

20. Makara-Studzińska M., Madej A., Cyrank K. [et al.] Psychiatrists and occupational burnout syndrome – a phenomenon, a problem, a threat? // *Psychiatria polska*. – 2019. – Vol. 53, № 5. – P. 1139–1149 DOI:10.12740/pp/onlinefirst/91686

21. Leszczyński P., Panczyk M., Podgórski M. Determinants of occupational burnout among employees of the Emergency Medical Services in Poland // *Ann Agric Environ Med*. – 2019. – Vol. 26, № 1. – P. 114–119. DOI:10.26444/aaem/94294

22. Shaikh A.A., Shaikh A., Rajesh D. [et al.] Assessment of Burnout and its Factors Among Doctors Using the Abbreviated Maslach Burnout Inventory // *Cureus*. – 2019. – Vol. 11, № 2. e4101. DOI:10.7759/cureus.4101

23. Sterud T., Hem E., Lau B., Ekeberg O. A comparison of general and ambulance specific stressors: predictors of job satisfaction and health problems in a nationwide one-year follow-up study of Norwegian ambulance personnel // *J. Occup. Med. Toxicol*. – 2011. – Vol. 6, № 1. – P. 10. DOI:10.1186/1745-6673-6-10

Поступила 01.09.2021

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией статьи.

Для цитирования. Корехова М.В., Новикова И.А., Соловьев А.Г. Синдром профессионального выгорания у фельдшеров скорой медицинской помощи // Вестник психотерапии. 2021. № 79 (84). С. 105–121.

PROFESSIONAL BURNOUT OF AMBULANCE PARAMEDIC

Korehova M.V.¹, Novikova I.A.^{1,2}, Soloviev A.G.²

¹ Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov
(Leningrad Ave., 40, Arkhangelsk, Russia);

² Northern State Medical University (Troitsky Ave., 51, Arkhangelsk, Russia).

Maria Vladimirovna Korehova – PhD Psychol. Sci., Associate Prof. of the Department of Psychology of the Higher school of pedagogics, psychology and physical training. Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov (Leningrad Ave., 40, 163009, Arkhangelsk, Russia); e-mail: mkorexova@mail.ru;

✉ Irina Albertovna Novikova – Dr. Med. Sci. Prof., Prof. of the Department of Psychology of the Higher school of pedagogics, psychology and physical training. Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov (Leningrad Ave., 40, 163009, Arkhangelsk, Russia); Prof. of the Department of Family Medicine and Internal Medicine, Northern State Medical University (Troitsky Ave., 51, Arkhangelsk, 163000, Russia); e-mail: ianovikova@mail.ru;

Andrey Gorgonievich Soloviev – Dr. Med. Sci. Prof., Chief, Department of Psychiatry and Clinical Psychology, Northern state medical university (Troitsky Ave., 51, Arkhangelsk, 163000, Russia), e-mail: ASoloviev1@yandex.ru.

Abstract. The article presents the results of a study of professional burnout in paramedics of emergency medical care (EMS). The survey involved 79 paramedics of the emergency medical service working in hospitals in the Arkhangelsk region, age 36.9 ± 10.5 years. The main research methods were questionnaires and psychological testing.

In 47.7 % of paramedics of the emergency medical service, a formed syndrome of professional burnout was revealed, manifested by fatigue, poor health, the appearance of physical and emotional exhaustion, as well as health problems. The development of professional burnout syndrome is associated with an increase in anxiety, a deterioration in relationships in the team, as well as an increase in the tension of non-constructive strategies for coping with stress (confrontation, distancing, escape-avoidance).

The article offers recommendations for the prevention of professional burnout syndrome in paramedics, which should be aimed at maintaining a favorable atmosphere in the team, teaching constructive psychological interaction and methods of self-regulation.

Keywords: professional burnout syndrome, paramedic, ambulance, risk factors.

Project FSRU-2020-006 as part of the implementation of the state assignment for basic research

References

1. Berkhmiller A., Zavgorodny I., Zavgorodnyaya N. [et al.] Svyaz mezhdu sindromom vygoraniya i osobennostyami lichnosti rabotnikov skoroy meditsinskoj pomoshchi [The relationship between burnout syndrome and the personality traits of ambulance workers]. *Zhurnal nevrologii i psihiatrii im. S.S. Korsakova* [Journal of Neurology and Psychiatry S.S. Korsakov]. 2016. Vol. 116, N 12. Pp. 25–29. DOI:10.17116/jnevro201611612125-29 (In Russ.)

2. Bochaver K.A., Danilov A.B., Nartova-Bochaver S.K. [et al.] Perspektivy salyutogenogo podkhoda k profilaktike sindroma vygoraniya u rossiyskikh vrachey [Future of Salutogenic Approach to Prevention of Burnout Syndrome in Russian Physicians]. *Klinicheskaya i spetsialnaya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education]. 2019. Vol. 8, N 1. Pp. 58–77. DOI: 10.17759/psycljn.2019080104 (In Russ.)
3. Wasserman L.I. Sovladaniye so stressom: teoriya i psikhodiagnostika: Uchebno-metodicheskoye posobiye [Coping with stress: theory and psychodiagnos-tics]. Sankt-Peterburg. 2010. 192 p. (In Russ.)
4. Vinokur V.A. Metodika psihologicheskoy diagnostiki professionalnogo «vygoraniya» v «pomogayushchih» professiyah. Oprosnik «ORPV» (Otnoshenie k rabote i professionalnoe «vygoranie») [The method of psychological diagnosis of professional "burnout" in the "helping" professions. Questioner "AWPB" (Attitude to work and professional "burnout")]. Sankt-Peterburg. 2012. 44 p. (In Russ.)
5. Dermanova I.B. Diagnostika emotsionalno-nravstvennogo razvitiya [Diag-nostics of emotional and moral development]. Sankt-Peterburg. 2002. 176 p. (In Russ.)
6. Karamova L.M., Nafikov R.G. Sindrom professionalnogo vygoraniya u meditsinskikh rabotnikov stantsii skoroy meditsinskoy pomoshchi [Burnout syndrome among medical personnel of an ambulance station]. *Vestnik RGMU* [Bulletin of the Russian State Medical University]. 2013. (5–6). Pp. 133–135. (In Russ.)
7. Korehova M.V., Soloviev A.G., Kirov M.YU. [et al.] Sindrom profession-al'nogo «vygoraniya» u vrachey anesteziologov-reanimatologov [Professional burnout syndrome among anesthesiology and intensive care physicians]. *Vestnik anesteziologii i reanimatologii* [Bulletin of anesthesiology and resuscitation]. 2016; Vol. 13, N 3. Pp.19–28. DOI:10.21292/2078-5658-2016-13-3-19-28 (In Russ.)
8. Korehova M.V., Soloviev A.G., Novikova I.A. Psikhicheskaya dezadaptatsiya spetsialistov v ekstremalnykh usloviyakh deyatelnosti: monografiya [Mental maladjustment of specialists in extreme activity conditions: monograph]. Arkhangel'sk. 2014. 139 p. (In Russ.)
9. Kuzmenko A.P. Otsenka psikhofunktsionalnogo sostoyaniya meditsin-skikh rabotnikov severnogo regiona v zavisimosti ot kharaktera professionalnoy deya-telnosti [Assessment of the psycho-functional state of medical workers in the northern region, depending on the nature of professional activity]. *Skoraya meditsinskaya po-moshch* [Emergency medical care]. 2014. Vol.15, N 3. Pp. 22–28. DOI: 10.24884/2072-6716-2014-15-3-22-28(In Russ.)
10. Lymarenko V.M., Apchel V.Ya., Leontiev O.V., Dergunov A.V. Issledo-vaniye khronicheskogo professionalnogo stressa u vrachey skoroy meditsinskoy po-moshchi Nevskogo rayona Sankt-Peterburga [Study of chronic occupational stress in emergency doctors Nevsvsky district of St. Petersburg]. *Vestnik Rossiyskoy Voyenno-meditsinskoy akademii* [Bulletin of the Russian Military Medical Academy]. 2012. N 3 (39). Pp. 39–45. (In Russ.)
11. Pashukova T.I., Dopira A.I., Deacons G.V. Psikhologicheskiye issledo-vaniya: Praktikum po obshchey psikhologii dlya studentov pedagogicheskikh vuzov [Psychological research: Workshop on general psychology for students of pedagogical universities]. Moskva. 1996. 127 p. (In Russ.)
12. Petrash M.D., Boykov A.A. Sindrom emotsional'nogo vygoraniya u so-trudnikov skoroy meditsinskoy pomoshchi Sankt-Peterburga: vzglyad na problemu

cherez 11 let [Burnout syndrome in ambulance staff of St. Petersburg: a look at the problem after 11 years]. *Skoraya meditsinskaya pomoshch* [Ambulance]. 2015. Vol. 16, N 2. Pp. 10–15. DOI: 10.24884/2072-6716-2015-16-2-10-15 (In Russ.)

13. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp [Socio-psychological diagnosis of personal development and small groups]. Moskva. 2002. 490 p. (In Russ.)

14. Chernyshkova N.V., Dvornikova E.O., Malinina E.V. Osobennosti sindroma emotsional'nogo vygoraniya u meditsinskikh rabotnikov gosudarstvennykh i chastnykh meditsinskikh uchrezhdeniy [Features of burnout syndrome in medical workers of public and private medical institutions]. *Vestnik YUURGU. Seriya «Psihologiya»* [Bulletin of the South Ural State University. Series "Psychology"]. 2018. Vol. 11, N 4. Pp. 61–72. DOI:10.14529/psy180407 (In Russ.)

15. Aguilar-Nájera O., Zamora-Nava L.E., Grajales-Figueroa G. [et al.] Prevalence of burnout syndrome in gastroenterologists and endoscopists: results of a national survey in Mexico. *Postgraduate Medicine*. 2020. Vol. 132, N 3. Pp. 275–281. DOI:10.1080/00325481.2019.1707486

16. Aronsson G., Theorell T., Grape T. [et al.] A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms. *BMC Public Health*. 2017. Vol. 17, N 1. P. 13. DOI:10.1186/s12889-017-4153-7

17. Chiron B., Michinov E., Olivier-Chiron E. [et al.] Job satisfaction, life satisfaction and burnout in French anaesthetists. *Health Psychology*. 2010. Vol. 15, N 6. Pp. 948–958. DOI:10.1177/1359105309360072

18. Gan Y., Jiang H., Li L. [et al.] Prevalence of burnout and associated factors among general practitioners in Hubei, China: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2019. Vol. 19, N 1. P. 1607. DOI:10.1186/s12889-019-7755-4

19. Halliday L., Walker A., Vig S. [et al.] Grit and burnout in UK doctors: a cross-sectional study across specialties and stages of training. *Postgraduate Medical Journal*. 2017. Vol. 93 (1101). Pp. 389–394. DOI:10.1136/postgradmedj-2015-133919

20. Makara-Studzińska M., Madej A., Cyrank K. [et al.] Psychiatrists and occupational burnout syndrome – a phenomenon, a problem, a threat? *Psychiatria polska*. 2019. Vol. 53, N 5. Pp. 1139–1149 DOI:10.12740/pp/onlinefirst/91686

21. Leszczyński P., Panczyk M., Podgórski M. Determinants of occupational burnout among employees of the Emergency Medical Services in Poland. *Ann Agric Environ Med*. 2019. Vol. 26, N 1. Pp. 114–119. DOI:10.26444/aaem/94294.

22. Shaikh A.A., Shaikh A., Rajesh D. [et al.] Assessment of Burnout and its Factors Among Doctors Using the Abbreviated Maslach Burnout Inventory. *Cureus*. 2019. Vol. 11, N 2. e4101. DOI:10.7759/cureus.4101

23. Sterud T., Hem E., Lau B., Ekeberg O. A comparison of general and ambulance specific stressors: predictors of job satisfaction and health problems in a nationwide one-year follow-up study of Norwegian ambulance personnel. *J. Occup. Med. Toxicol*. 2011. Vol. 6, N 1. P. 10. DOI:10.1186/1745-6673-6-10.

Received 01.09.2021