

**СЕКЦИЯ 13. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ.**

*ПОД-СЕКЦИЯ 6. Теория, практика и методы обучения.*

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ  
МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

---

**Магдисюк Людмила Іванівна**

доцент кафедри практичної та клінічної психології,  
кандидат психологічних наук

Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

**Казмірук Олена Юрївна**

студентка III курсу

Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

---

Слід зауважити, що професійний стрес не можна розглядати, як щось окреме, як стрес, спричинений тільки чинниками професійного середовища.

Психологічним проявам адаптаційного синдрому Гансом Сельє, було присвоєно назву психологічний стрес. Річард Лазарус у своїх працях виокремив його як реакцію людини на особливості взаємодії між особистістю та навколишнім середовищем. Пізніше це визначення було уточнено: психологічний стрес почав інтерпретуватися не лише як реакція, але як процес в якому потреби середовища розглядаються особистістю, виходячи із її ресурсів та ймовірності вирішення проблеми, що виникла, це виявляє індивідуальні відмінності в реакції на стресову ситуацію [2].

Стресостійкість – інтегративна властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності індивідуума, що забезпечує оптимальне успішне досягнення мети в складній емоційній обстановці.

Професійний стрес – це багатовимірний феномен, що виражається у психічних і фізичних реакціях на напружені ситуації в трудовій діяльності людини. На думку спеціалістів, до професійного стресу призводять:

- перевантаження людини роботою;
- недостатньо чітке обмеження її повноважень та посадових обов'язків;
- неадекватна поведінка колег;
- довга і «вимотуюча» дорога на роботу і назад, не кажучи вже про стояння в заторах та їзду в переповнених маршрутках;
- недостатня оплата праці;
- одноманітна діяльність або відсутність кар'єрних перспектив.

Медична спеціальність відноситься до представників професій системи «людина – людина». Формування і протікання синдрому «вигорання» в різних професійних групах показало, що це явище найбільш часто зустрічається і найбільш різко виражене саме у цій системі [3].

Основні характеристики професійного стресу:

- емоційне виснаження (приводить до зниження професійної продуктивності);
- деперсоналізація (знеособленість і прагнення формалізувати роботу);
- зниження професійної самооцінки [6].

Стрес медичних працівників виликаний низкою специфічних особливостей їх професії [6].

По-перше – це величезна відповідальність за життя й здоров'я пацієнтів, яка важким тягарем лягає на їхні плечі.

По-друге – тривале перебування в «полі» негативних емоцій – страждання, болю, відчаю, роздратування, які так чи інакше за механізмом емоційного зараження передаються і на медичний персонал.

По-третє – «це нерівномірний режим роботи з нічними та добовими чергуваннями, що порушує природні біоритми праці та відпочинку і негативно впливає на адаптаційні здатності організму.

По-четверте (що характерно для пострадянського простору), заробітна плата лікарів та середнього медичного персоналу явно не відповідає ступеню їх соціальної відповідальності, що викликає почуття незадоволення своєю професією та пов'язані з цим фактом особистісні стреси [3].

Дослідження показують, що явище стресу супроводжує щоденну, рутинну професійну діяльність, часто вимагає від лікарів досить інтенсивного, не

обов'язково конфліктного, але емоційно напруженого спілкування з пацієнтами, причому у лікарів загальної практики частота та інтенсивність цього синдрому виявилася навіть більшою, ніж у хірургів або травматологів [4].

Симптоми «стресу медпрацівників» не відрізняються строгою специфічністю і можуть варіювати в широкому діапазоні – від легких реакцій типу дратівливості, підвищеної стомлюваності до невротичних і навіть психосоматичних розладів у самих лікарів. При цьому велике значення відіграють риси особистості, наприклад, у меланхоліка більше шансів впасти в зневіру і неспокій з приводу роботи, а у холерика вища ймовірність виникнення агресивного стилю спілкування з пацієнтами [5].

Як відзначає фахівець в галузі професійних стресів В. Винокур, професійний стрес – це, перш за все, наслідок зниження професійної мотивації, а «професійне вигорання» і збереження захопленості роботою – це два полюси взаємин людини і професії [1]. Цілою низкою досліджень показано, що професійна деформація, що поступово розвивається у медичних працівників досить часто призводить до того, що при високому ступені «вигорання» наростає тенденція до негативного, нерідко навіть приховано-агресивного ставлення до пацієнтів, спілкуванню з ними в односторонній комунікації шляхом критики, оцінок, тиску, від чого, природно, страждають обидві сторони.

Отже, професійний стрес – багатовимірний феномен, що виражається у

психічних і фізичних реакціях на напружені ситуації в трудовій діяльності людини. Встановлено також, що стресором можуть бути: невідповідність між бажанням і тим, що робота може надати, і між тим, що робота вимагає від людини і можливостями або ресурсами людини відповідати цим вимогам; організаційні особливості; професійні вимоги та ролі в характеристиках; індивідуальні особливості та очікування; фізичні параметри навколишнього середовища: стресори групових процесів, стресори на організаційному рівні.

**Список використаних джерел:**

1. Винокур В.А. Професійний стрес у медичних працівників та її попередження / Рівненська газета. - № 11. - 2004. С. 28.
2. Крилов А.А. Психологія. - М.: ПРОСПЕКТ, 2002. - 584 с.
3. Магдисяк Л. І. Психологічні особливості якості життя медичних працівників / Л. І. Магдисяк, Ю. Я. Карпук // Zbiór artykułów naukowych z Konferencji Międzynarodowej NaukowoPraktycznej (on-line) zorganizowanej dla pracowników naukowych uczelni, jednostek naukowo-badawczych oraz badawczych z państw obszaru byłego Związku Radzieckiego oraz byłej Jugosławii. (30.03.2018) - Warszawa, 2018. - sts.21-26.
4. Магдисяк Л. І. Психологічні особливості якості життя осіб з серцево-судинними захворюваннями / Л. І. Магдисяк // Психологія: реальність і перспективи: зб. наук. пр. Вип. 8 / упоряд. Р. В. Павелків та ін. - Рівне: РДГУ, 2017. - С. 180-184.
5. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. - Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. - 324 с.
6. Психологічне забезпечення професійної діяльності / За ред. Нікіфорова Г. С. - СПб.: Світ, 1991. - 355 с.