

© КОЛЛЕКТИВ АВТОРОВ, 2018

УДК 616-092:612.821]:378.661

Нагорняк Ю.Г., Канакина Т.А., Фокин В.А.

**ИССЛЕДОВАНИЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
У СТУДЕНТОВ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА**

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный медицинский университет» Минздрава России, 634050, г. Томск

По данным многих исследований деятельность студентов-медиков относится к числу напряжённых в эмоциональном плане видов труда, что отражается на состоянии их психического и соматического здоровья. Изучена степень эмоционального выгорания у студентов фармацевтического факультета. Установлена высокая степень эмоционального истощения и деперсонализации у 27,6 и 23,7% студентов соответственно, средняя степень — у 22,4, и 26,3%, низкая — у половины опрошенных студентов. Снижение значимости личных достижений, неудовлетворённость в учёбе в высокой степени проявляется у 17,2% опрошенных. Проведённые исследования выявили статистически достоверное влияние на эмоциональное выгорание студентов следующих факторов: условия проживания, работа по специальности, гендерные отличия.

Ключевые слова: студенты; эмоциональное выгорание; эмоциональное истощение; деперсонализация; редукция личных достижений.

Для цитирования: Нагорняк Ю.Г., Канакина Т.А., Фокин В.А. Исследование синдрома эмоционального выгорания у студентов фармацевтического факультета. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2018; 62(5): 254-258.

DOI: <http://dx.doi.org/10.18821/0044-197X-2018-62-5-254-258>**Nagornyak Yu.G., Kanakina T.A., Fokin V.A.****STUDY OF SYNDROME OF EMOTIONAL BURNOUT IN STUDENTS
OF THE FACULTY OF PHARMACY**

Siberian State Medical University, Tomsk, 634050, Russian Federation

According to many studies, the activity of medical students is one of intense emotional types of labor, which affects the state of their mental and physical (somatic) health. The degree of emotional burnout in students of the Faculty of Pharmacy was studied. A high degree of emotional exhaustion and depersonalization was found in 27.6% of students and depersonalization in 23.7% of students, medium level — 22.4% and 26.3% respectively, low level of psychological depletion determined in half of the students in study group. 17.2% of respondents revealed diminished importance of personal achievements and dissatisfaction with learning process to a large extent. Conducted research manifested statistically reliable factors that cause professional burnout, such as: accommodation conditions, occupation in accordance to degree, gender.

Key words: students; professional burnout; emotional exhaustion; depersonalization; reduction of personal achievements.

For citation: Nagornyak Yu.G., Kanakina T.A., Fokin V.A. Study of syndrome of emotional burnout in students of the faculty of pharmacy. *Zdravookhranenie Rossiiskoi Federatsii (Health Care of the Russian Federation, Russian journal)*. 2018; 62(5): 254-258. (In Russ.).

DOI: <http://dx.doi.org/10.18821/0044-197X-2018-62-5-254-258>

For correspondence: Yuliya G. Nagornyak, Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Hygiene Siberian State Medical University, Tomsk, 634050, Russian Federation. E-mail: lul.11@yandex.ru

Information about authors:Nagornyak Yu.G., <http://orcid.org/0000-0001-5112-5020>Kanakina T.A., <http://orcid.org/0000-0002-7316-7229>Fokin V.A., <http://orcid.org/0000-0002-9881-2298>

Acknowledgment. The study had no sponsorship.

Conflict of interest. The authors declare no conflict of interest.

Received 17 June 2018

Accepted 10 July 2018

Введение

Значимым и ответственным моментом в жизни молодых людей является выбор профессии,

который определяет их последующий профессиональный путь, влияет на материальное благополучие. Важную роль в профессиональном

становлении личности играет этап обучения, освоение профессиональных компетенций, приобретение навыков и умений, которые необходимы для достижения профессиональных целей [1]. В этот период многие студенты испытывают трудности, связанные с изменением социально-бытовых условий, большой учебной нагрузкой, необходимостью совмещать учёбу и работу. В связи с этим многие студенты переживают разочарование в получаемой профессии, появляется чувство неудовлетворённости результатами своей деятельности, что приводит к снижению интереса к учёбе. Наблюдается кризис профессионального выбора, который часто связан с синдромом эмоционального выгорания (СЭВ).

Понятие СЭВ (англ. burnout) впервые было введено американским психиатром Гербертом Фрейденбергером в 1974 г. Учёный определял данное явление как нарастающее эмоциональное истощение, как ответная реакция на продолжительные стрессы в сфере межличностного общения [2].

В настоящее время общепринятым является определение, данное С. Maslach и S. Jackson (1984 г.), которые характеризуют эмоциональное выгорание как состояние физического, эмоционального и умственного истощения, проявляющееся в профессиях социальной сферы. Этот синдром включает три составляющие: эмоциональное истощение, деперсонализацию и редукцию личных достижений [3, 4].

Под эмоциональным истощением понимается чувство опустошённости и усталости, вызванное работой или учёбой. Оно проявляется снижением эмоционального тонуса, утратой интереса к окружающему миру или эмоциональным перенасыщением, агрессивными реакциями, вспышками гнева, симптомами депрессии.

Деперсонализация предполагает безразличное отношение к труду, учёбе и своим обязанностям, возрастает обезличенность и формальность контактов с окружающими.

Редукция личных достижений выражается в снижении значимости у обучающихся чувства личных достижений, удовлетворённости в учёбе, разочаровании в выбранной профессии [4, 5]. Поскольку профессия фармацевтического профиля связана с межличностным взаимодействием

(провизор–врач, провизор–посетитель аптеки, межличностные отношения внутри коллектива), диагностика и профилактика эмоциональных нарушений является весьма актуальной.

В связи с этим цель наших исследований — анализ степени синдрома эмоционального выгорания на этапе образовательной деятельности у студентов фармацевтического факультета, выявление факторов, способствующих формированию данного явления.

Материал и методы

В исследовании приняли участие 65 студентов V курса фармацевтического факультета ФГБОУ ВО «Сибирский государственный медицинский университет» Минздрава России, что составило 84% от общего количества будущих провизоров. Среди них 8 юношей и 57 девушек в возрасте от 21 года до 22 лет.

Для диагностики наличия и степени выраженности синдрома эмоционального выгорания и выявления его структурных составляющих был использован опросник Maslach Burnout Inventory (MBI) в русскоязычной версии Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой [6], адаптированный для обучающихся. Опросник имеет 3 шкалы оценки: эмоциональное истощение (8 утверждений), деперсонализация (5 утверждений) и редукция личных достижений (9 утверждений). Ответы испытуемого оценивали по шкале от 0 до 5 баллов, где 0 — утверждение не встречается никогда, 1 — встречается очень редко, 3 — иногда, 4 — часто, 5 — очень часто. Шкала эмоциональное истощение имеет максимальную сумму баллов — 40, деперсонализация — 25, редукция личных достижений — 45 баллов. Дополнительно в анкету были включены вопросы, направленные на изучение факторов, которые могли повлиять на эмоциональное выгорание студентов (чем обусловлен выбор будущей профессии, условия проживания, семейное положение, участие в научной и общественной жизни университета, трудовая занятость). Участие в опросе было добровольным и анонимным.

Статистическая обработка результатов исследования проводилась с помощью пакета прикладных программ Statistica 6.0. Качественные данные представлены в виде абсолютных и относительных показателей, количественные — в виде $X \pm \sigma$, где X — среднее арифметическое, σ — стандартное отклонение. Сравнение частот встречаемости качественных признаков проводилось с использованием критерия χ^2 Пирсона.

Результаты

Результаты исследования степени эмоционального выгорания студентов фармацевтического факультета представлены в табл. 1 и на рисунке.

По результатам проведённого исследования было выявлено, что высокая степень эмоциональ-

Таблица 1

Степень эмоционального выгорания в баллах

Шкала	Степень выгорания, баллы		
	низкая	средняя	высокая
Эмоциональное истощение	11,6 ± 5,8	22,2 ± 4,1	27,5 ± 9,8
Деперсонализация	22,2 ± 4,6	16,6 ± 3,5	15,0 ± 7,0
Редукция личных достижений	10,6 ± 4,2	23,3 ± 3,8	27,3 ± 10,2



ного истощения и деперсонализации по интегральному показателю наблюдается у 27,6 и 23,7% студентов фармацевтического факультета соответственно, средняя степень — у 22,4 и 26,3%, низкая — у половины опрошенных студентов (50%). Установлено, что на эмоциональное истощение оказывают влияние условия проживания студентов. Так, студенты, проживающие в общежитии, испытывают разочарование в выбранной профессии и чувствуют потерю интереса ко многому, что радовало ранее, по сравнению с теми, кто проживает дома или на съёмной квартире. Данный факт свидетельствует о том, что бытовые условия влияют на эмоциональное состояние обучающихся. С учётом гендерных признаков было установлено: наиболее интенсивно эмоциональное истощение проявляется у девушек. Это связано с тем, что они больше времени посвящают учёбе.

Деперсонализация в большей степени выражена у студентов, работающих не по специальности и проживающих на съёмной квартире, что проявляется безразличным отношением к однокурсникам.

Снижение значимости личных достижений, неудовлетворённость в учёбой в высокой степени проявляется у 17,2% опрошенных, средняя степень данного показателя отмечается у 38,2%, удовлетворённость выбранной профессией отметили 44,6% студентов.

При анализе критериев, определяющих редукцию личных достижений, выявлено, что более половины студентов (57%) имеют много планов на будущее и верят в их осуществление. Статистически значимое различие отмечается у девушек, что свидетельствует об их оптимистичном настрое на будущее. Студенты, работающие не по специальности, легко могут создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества в коллективе, а также отмечают, что благодаря учёбе уже сделали в жизни много ценного.

Результаты анализа факторов, влияющих на степень эмоционального выгорания студентов и удовлетворённость будущей профессией, представлены в табл. 2.

Большинство уверены, что их будущая профессия нужна людям, статистически значимо чаще это утверждение высказали работающие студенты (70,2%), при этом 75% из числа студентов, работающих по специальности, предпринимают действия, направленные на изменение профессии. Больше планов на будущее у юношей (62,5%), в то время как девушки больше времени уделяют учёбе (47,4%).

Научно-исследовательской деятельностью занимаются 12,3% студентов. При этом наиболее активно интересуются наукой юноши (37,5%), а также те, кто проживает дома и на съёмной квартире, т. е. в более комфортных условиях.

Удовлетворённость внеучебной деятельностью в большей степени испытывают студенты, проживающие в общежитии (55,3%), они же чувствуют себя эмоционально удовлетворёнными (39,7%). Кроме того, удовлетворённость жизнью в свободное от учёбы время достоверно выше у тех, кто поступил в университет по совету друзей и родителей, т. е. выбор был сделан неосознанно.

Обсуждение

Благодаря исследованиям СЭВ в России и за рубежом складывается определенная картина распространённости выгорания не только среди различных профессиональных групп, но и среди студенческой молодёжи. В группу риска входят те, кто в процессе своей деятельности вынужден общаться с большим количеством людей — педагогические, медицинские, социальные работники. Среди молодых людей наиболее часто эмоциональному выгоранию подвержены студенты медицинских вузов [7, 8]. Среди факторов, способствующих развитию СЭВ, авторы исследований выделяют склонность к сочувствию, что характерно для медицинской сферы деятельности, идеалистическое отношение к учёбе, условия обучения, чрезвычайно большая учебная нагрузка, стрессы, высокий уровень тревожности, отсутствие должного поощрения студентов за выполненную работу [9]. При этом необходимо осваивать новые технологии обучения, выполнять различные общественные поручения, осмысливать и решать разнообразные проблемы. Нередко студенты ощущают свою социальную незащищённость [10].

Результаты наших исследований показывают, что возможной причиной эмоционального выгорания студентов фармацевтического факультета является разочарование в будущей профессии, которое проявляется у 38,5% респондентов; желание изменить свой профессиональный выбор высказали 30,8%; отметили большую учебную нагрузку 44,6% обследуемых; удовлетворены учебным процессом в университете 32,3%, а времяпровождением вне учебы только 12%. У молодых людей слабо проявляется чувство коллективизма, безразличие к своим однокурсникам

испытывают 37% опрошенных. При этом более половины студентов, принявших участие в исследовании (57%), имеют много планов на будущее и более 70% уверены, что профессия провизора нужна людям.

Основными причинами развития эмоционального выгорания по данным проведённого исследования являются: условия проживания студентов, гендерные различия, отношение к учёбе, наличие работы. Кроме этого, эмоциональному выгоранию могут способствовать личностные психофизиологические особенности (высокий уровень тревожности, нейротизма), что в конечном итоге влияет на успеваемость и отношение к будущей профессии.

Для профилактики СЭВ у студентов фармацевтического факультета необходимо осуществлять оптимизацию учебного процесса, привлекать их к активному участию в научной, спортивной, культурной и общественной жизни университета.

Выводы

1. Высокая степень эмоционального истощения и деперсонализации наблюдается у 27,6 и 23,7% студентов фармацевтического факультета соответственно. Наиболее интенсивно эмоциональное выгорание проявляется у девушек.

2. Снижение значимости личных достижений, неудовлетворённость учёбой в высокой степени проявляются у 17,2% опрошенных студентов.

Таблица 2

Результаты анализа факторов, влияющих на степень эмоционального выгорания студентов и удовлетворённость выбором профессии

Факторы	Частота ответа, абс. (%)			χ^2 Пирсона; p
	редко	иногда	часто	
Я уверен, что моя будущая профессия нужна людям				
Работающие	5 (8,8)	12 (21,0)	40 (70,2)	7,74; $p=0,02$
Неработающие	3 (37,5)	3 (37,5)	2 (25,0)	
У меня много планов на будущее				
Девушки	7 (12,3)	19 (33,3)	31 (54,4)	5,65; $p=0,05$
Юноши	3 (37,5%)	0	5 (62,5)	
Я предпринимаю действия для изменения профессии				
Работающие по специальности	1 (12,5)	1 (12,5)	6 (75,0)	11,4; $p=0,003$
Неработающие	32 (56,1%)	4 (24,6%)	11 (19,3%)	
Мне кажется, что я слишком много учусь				
Девушки	13 (22,8)	17 (29,8)	27 (47,4)	6,03; $p=0,04$
Юноши	5 (62,5)	2 (25,0)	1 (12,5)	
Я занимаюсь научно-исследовательской работой				
Девушки	47 (82,5)	6 (10,5)	4 (7,0)	7,02; $p = 0,03$
Юноши	4 (50,0)	1 (12,5)	3 (37,5)	
Проживающие в общежитии	34 (89,5)	1 (2,6)	3 (7,9)	7,74; $p = 0,02$
Проживающие не в общежитии	17 (63,0)	6 (22,2)	4 (14,8)	
Живущие на квартире	27 (60,0)	11 (25,0)	7 (15,0)	7,16; $p = 0,03$
Не живущие на квартире	17 (86,7)	1 (4,0)	2 (8,9)	
Я удовлетворён внеучебной деятельностью				
Проживающие в общежитии	17 (44,7)	11 (29,0)	10 (26,3)	6,2; $p = 0,04$
Проживающие не в общежитии	20 (74,0)	5 (18,5)	2 (7,5)	
Желающие получить специальность фармацевта	19 (59,4)	11 (34,4)	2 (6,2)	7,59; $p = 0,02$
Поступившие учиться по совету родственников и друзей	18 (54,5)	5 (15,2)	10 (30,3)	
Я чувствую себя эмоционально удовлетворённым				
Живущие дома	4 (57,1)	3 (42,9)	0	6,75; $p = 0,03$
Живут в общежитии или на квартире	11 (19,0)	24 (41,3)	23 (39,7)	
Я удовлетворён жизнью в университете и его имиджем				
Желающие получить специальность фармацевта	7 (28,9)	20 (62,5)	5 (8,6)	6,01; $p = 0,04$
Поступившие учиться по совету родственников и друзей	10 (30,3)	11 (33,3)	12 (36,4)	

3. Уверенность в необходимости будущей профессии выразили 70,2% работающих студентов. При этом 75% из числа работающих по специальности предпринимая действия, направленные на изменение профессии.

4. Достоверно чаще научно-исследовательской деятельностью занимаются те, кто проживают дома и на съёмной квартире.

5. Удовлетворённость внеучебной деятельностью в большей степени испытывают студенты, проживающие в общежитии, они же чувствуют себя наиболее эмоционально удовлетворёнными.

Таким образом, проблема выявления синдрома эмоционального выгорания в процессе подготовки будущих провизоров представляет теоретический и практический интерес, обусловленный поиском возможностей предупреждения его развития, снижения уровня его последствий.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Горшков Е.А., Косоногова В.И. Исследование синдрома эмоционального выгорания у студентов-старшекурсников. *Молодой ученый*. 2015; 23: 51–5.
2. Маркова Ю.А., Мареева Е.Б., Севидова Л.Ю. Взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и успеваемости среди студентов старших курсов медицинских вузов. *Русский медицинский журнал*. 2010; 30: 1834–8.
3. Кобякова О.С., Деев И.А., Куликов Е.С., Хомяков К.В., Тюфилин Д.С., Загрямова Т.А., Балаганская М.А. Профессиональное выгорание врачей различных специальностей. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2017; 6 (61): 322–9.
4. Солощенко Е.А. Возникновение и развитие синдрома эмоционального выгорания специалистов в организации. *Вестник Томского государственного университета*. 2011; 1(13): 96–9.
5. Глазачев О.С. Синдром эмоционального выгорания у студентов: поиски путей оптимизации педагогического процесса. *Вестник международной академии наук (русская секция)*. 2011; Спецвыпуск1: 26–45.
6. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. *Синдром выгорания: диагностика и профилактика*. СПб.: Питер; 2008.
7. Aktekin M., Karaman T., Senol Y.Y., Erdem S., Erengin H. Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. *Med Educ*. 2001; 35: 12–7.
8. Barclay L. Burnout in Medical Students Linked to Self-Reported Unprofessional Conduct. *JAMA*. 2010; 304: 1173–1180.
9. Vaez M. Health and Quality of Life during Years at University. Studies on their Development and Determinants. Phd Thesis. KarolinskaInstitutet, Department of Public Health Sciences. 2004.
10. Фишман Б.Е., Гольцова Н.В. Реальность эмоционального выгорания у студентов медицинского колледжа. *Фундаментальные исследования*. 2014; 9: 2774–8.

REFERENCES

1. Gorshkov E.A., Kosonogova V.E. A study of syndrome of emotional burnout among senior students. *Young Scientist*. 2015; 23: 51–5.
2. Markova Y.A., Maryeva E.B., Sevidova L.Y. Interrelation of emotional burnout syndrome and academic progress among students of senior courses of medical universities. *Russian medical journal*. 2010; 30: 1834–8.
3. Kobaykova O.S., Deev I.A., Kulikov E.S., Khomyakov K.V., Tyufilin D.S., Zagromova T.A., Balaganskaya M.A. Professional burnout syndrome in doctors of various specialties. *Health care of the Russian Federation*. 2017; 6 (61): 322–9.
4. Soloshchenko E.A. Genesis and development of professional burnout syndrome among company managers. *Bulletin of Tomsk State University*. 2011; 1 (13): 96–9.
5. Glazachev O.C. Syndrome of emotional burnout in students: the search for ways to optimize the pedagogical process. *Bulletin of the International Academy of Sciences (Russian section)*. 2011; Special Issue 1: 26–45.
6. Vodopyanova N.E., Starchenkova E.S. Syndrome of burnout: diagnostics and prevention. SPb.: PITER; 2008.
7. Aktekin M., Karaman T., Senol Y.Y., Erdem S., Erengin H. Anxiety, depression and stressful life events among medical students: a prospective study in Antalya, Turkey. *Med Educ*. 2001; 35: 12–7.
8. Barclay L. Burnout in Medical Students Linked to Self-Reported Unprofessional Conduct. *JAMA*. 2010; 304: 1173–1180.
9. Vaez M. Health and Quality of Life during Years at University. Studies on their Development and Determinants. Phd Thesis. KarolinskaInstitutet, Department of Public Health Sciences. 2004.
10. Fishman B.E., Goltsova N.V. The reality of emotional burnout in students of medical college. *Fundamental research*. 2014; 9: 2774–8.

Поступила 17.06.18
Принята в печать 10.07.18