ЗДОРОВЬЕ МЕДИЦИНСКОГО СПЕЦИАЛИСТА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ

Агафонова Я.В. ЗДОРОВЬЕ МЕДИЦИНСКОГО СПЕЦИАЛИСТА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 1

Вопросы сохранения и развития профессионального здоровья в медицине приобретают особую значимость. Повседневная деятельность медицинского специалиста сопровождается негативным воздействием многих вредных факторов, которые могут снижать общий уровень здоровья, а также способствовать формированию профессиональных заболеваний. Медицинский труд характеризуется высоким эмоциональным напряжением, связанным с ответственностью за жизнь и здоровье человека, высокой интенсивностью деятельности, частыми перегрузками. Психологические факторы оказывают как положительное, так и негативное влияние на личность медицинского работника, на сам лечебно-диагностический процесс и на качество оказываемых медицинских услуг. Именно поэтому вопросы здоровья и благополучия медицинских работников являются важными основами эффективной деятельности сферы здравоохранения. Они во многом определяют такую междисциплинарную категорию как «качество жизни» [3], которое в медицине напрямую затрагивает как медицинских работников, так и людей, получающих медицинскую помощь в системе здравоохранения.

Число научных работ, посвящённых изучению вопросам профессионального здоровья, немало. Больший интерес представляет изучение этой темы по двум направлениям: по вопросам профессиональной заболеваемости и проблеме эмоционального выгорания медицинских работников. Если проблема профессиональной заболеваемости находится в ведение специального раздела медицины – профессиональной патологии, то вопросы эмоционального, часто называемого «профессиональным» выгорания» находятся в межпредметной области, затрагивающей и медицину, и психологию [5]. В то же время, вопросы же влияния психологических факторов на профессиональное здоровье медицинского персонала, его сохранение и укрепление ещё остаются малоизученными.

Современные направления дефиниции профессионального здоровья и определения его факторов довольно разнообразны и разнонаправлены. В российской психологической науке категория профессионального представляется через призму компенсаторно-приспособительных механизмов личности, связанных с ее работоспособностью; через установление специфики характеристик, соответствующих профессиональным требованиям и влияющих на ее эффективность; через превенцию профилактике негативных процессов и потребность в обучении основам произвольной саморегуляции.

Профессиональное здоровье часто рассматривается как возможность организма включать компенсаторно-приспособительные механизмы, сохраняющие работоспособность личности при любых условиях профессиональной деятельности. С позиций валеологии, профессиональное здоровье - есть нормативное гомеостатическое состояние психофизиологических и психосоциальных параметров и функций, свойств и качеств, позволяющих человеку эффективно решать задачи своей профессии. В направлении психология здоровья профессиональное здоровье определяется как «интегральная характеристику функционального состояния организма человека по физическим и психическим показателям с целью оценки его способности к определенной профессиональной деятельности с заданными эффективностью и продолжительностью на протяжении заданного периода жизни, а также устойчивость к неблагоприятным факторам, сопровождающим эту деятельность». В качестве критерия профессионального здоровья Шостак В.И. рассматривает как максимально возможную эффективность деятельности специалиста, обусловленная функциональным состоянием его организма с учетом его физиологической стоимости [9].

Ведущим критерием, показателем профессионального здоровья, по мнению специалистов, может быть только профессиональная работоспособность [6]. Исследователи определили несколько групп факторов работоспособности. Первая группа факторов – факторы физического состояния, связанного с физической работоспособностью. Вторая группа факторов – факторы психического состояния, наиболее часто соотносимого с умственной работоспособностью. Третья группа факторов – это психосоциальные и социально-психологические факторы личности и коллектива.

Учёные, рассматривая профессиональное здоровье как совокупность конкретных характеристик специалиста (включая социально-психологические особенности его личности), отвечающих требованиям профессиональной деятельности и обеспечивающих ее высокую эффективность, приходят к выводам, что сохранение профессионального здоровья при одновременном обеспечении эффективности трудовой деятельности непременно связано с процессами психологической профессиональной адаптацией специалиста. Признаками профессиональной дезадаптации являются, как возникновение негативных психических состояний человека, так и снижение эффективности его деятельности. Как показывают исследования, данные показатели тесно связаны между собой [1].

Большинство подходов в вопросе определения профессионального здоровья сходятся в том, профессиональное здоровье неразрывно связанно с результативностью специалиста. Из чего можно сделать вывод, что программа сохранения и укрепления профессионального здоровья должны включать в себя широкий спектр мероприятий, направленных на самые различные факторы, влияющие на результативность и работоспособность специалиста. По роду своей деятельности на профессиональное здоровье медицинского персонал действуют комплекс факторов физической, химической, биологической и психологической природы. Исследования подтверждают высокий уровень профессиональных заболеваний медработников, которые определяются: неблагоприятными и вредными условиями труда, истощающими защитные силы организма; патологиями, вызываемые воздействием несколькими факторами; работой в условиях постоянного нервно-психического напряжения, связанного с высокой ответственностью специалиста за жизнь и здоровье больного; не всегда комфортными условиями труда медицинских работников – совместительством, ночными сменами, дежурствами, другими неблагоприятными факторами [4].

Среди психологических факторов, более всего влияющих на ухудшение здоровья, определяются: высокая перегрузка, психоэмоциональное напряжение; объективная трудность выполняемого рода деятельности, связанная с нехваткой информации, высокими требованиями в деятельности, нехваткой времени для принятия правильного решения, тревога в связи с

опасениями совершить ошибку; нехватка профессиональных знаний, умений и навыков; постоянное отвлечение внимания по причине посторонних раздражителей и помех, нарушенные отношения в трудовом коллективе.

В группу риска в первую очередь включаются специалисты, чья ежедневная профессиональная деятельность связана с высоким уровнем ответственности за принимаемые решения в связи с жизнью людей, а также высокой интенсивностью влияния негативных психологических факторов. Длительное влияние подобных стрессовых факторов может повлечь за собой не только хроническое психоэмоциональное напряжение, но также статья причиной формирования профессиональных заболеваний, которые ведут к необходимости принятия решения о смене профессии или специальности в медицине.

Медицинские специалисты, имея непосредственное отношение к здоровью других, не являются гораздо более здоровыми, чем остальное население. И даже по своему отношению к нетрадиционным подходам оздоровления и лечения они мало чем отличаются от своих пациентов [8]. Именно поэтому вопросы укрепления профессионального здоровья имеют для медицинских работников первостепенное значение.

Работодатель также ответственен за создание системы укрепления здоровья медицинских специалистов, учитывающей специфику медицинского труда. Помочь сотрудникам справиться с негативными психическими состояниями и организовать условия для качественного выполнения стандартов работы и оказания медицинской помощи поможет работа с персоналом в направлении развитии навыков и личных качеств, помогающих справляться со стрессом. Программа профилактики для медицинских работников должна сочетать в себе системность, комплексность и индивидуальность. Профилактические мероприятия должны быть направлены на все группы факторы влияющих на здоровье работников: физические, психологические, социальные.

Важную роль в охране здоровья играют личностно-ориентированные стратегии, что находит подтверждение на многих уровнях здравоохранения [7]. Особое место для здоровья и благополучия медицинского работника имеет система духовно-нравственных ориентиров, помогающих лучше понять

своё предназначение как профессионала с духовных позиций [2]. Немалое значение имеет и регулярное вовлечение специалиста в программы дополнительного образования, которые помогают эффективно совершенствовать свои профессиональные знания и расширять не только профессиональный, но и личностный кругозор, способствуя повышению адаптивных способностей личности медицинского специалиста.