

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/202851>

**Тип работы:** Дипломная работа

**Предмет:** Психология (другое)

Введение 3

Глава 1. Теоретические аспекты изучения стрессоустойчивости у медицинских работников 7

1.1. Понятие профессионального стресса и стрессоустойчивости 7

1.2. Профессиональный стресс и проявления стрессоустойчивости у медицинских работников 13

1.3. Методы предупреждения и преодоления профессионального стресса у медицинских работников 17

Глава 2. Эмпирическое исследование профессиональной стрессоустойчивости у врачей стоматологов 25

2.1. Организация и методы исследования 25

2.2. Анализ результатов исследования 29

2.3. Рекомендации по развитию профессиональной стрессоустойчивости у медицинских работников 42

Выводы по исследованию 49

Заключение 51

Список литературы 54

Приложение 60

Введение

Актуальность темы. Анализ исследований в области психологии труда показывает, что одно из центральных мест в них занимает проблема сложной ситуации работника, особенно в случаях значительного и длительного профессионального стресса.

Профессиональный стресс — это особое функциональное состояние человеческого организма, связанное с явным нервно-эмоциональным стрессом, характеризующееся повышенной активацией или подавлением физиологических регуляторных систем организма, развитием стресса или утомления. Постоянный профессиональный стресс, в свою очередь, приводит к синдрому выгорания [43].

Стресс медицинских работников проистекает из ряда специфических характеристик их профессии. Во-первых, это огромная ответственность за жизнь и здоровье пациентов. Во-вторых, наличие на негативные эмоции на длительное время - страдания, боли, отчаяния, нервозности и т. д., которые так или иначе передаются через механизм эмоционального состояния мед-персоналу. В-третьих, это неравномерный режим работы, который нарушает естественные биоритмы труда и отдыха, негативно сказывается на способности организма к адаптации.

Симптомы «стресса медицинского персонала» не различаются по степени тяжести и могут быть самыми разными - от легких реакций, таких как нервозность, повышенная утомляемость и т. д., до невротических и даже психосоматических расстройств.

С точки зрения концепции стресса, разработанной Г. Селье, профессиональный стресс возникает в результате внутреннего накопления отрицательных эмоций без соответствующей «разрядки» или «высвобождения» [39].

В настоящее время установлено, что наиболее уязвимыми к стрессу являются специалисты, которые по роду своей работы вынуждены многократно и интенсивно взаимодействовать с другими людьми (среди них есть социальные работники, являющиеся специалистами в области здравоохранения). Опыт показывает, что симптомы стресса могут развиваться быстрее у медицинских работников, служб занятости, полиции, социального обеспечения, которые находятся в негативном эмоциональном состоянии. Ученые в различных областях психологии всегда уделяли больше внимания таким вопросам, как факторы, способствующие возникновению стресса, диагностике и профилактике профессионального стресса. Существует множество теоретических и практических работ по изучению стресса на рабочем месте. Эти теории развивались как отечественными, так и зарубежными авторами такими как В.В. Бойко, Л.М. Абелин, Т.Г. Бохан, В.Е. Бодров, К. Кондо, Г. Селье, К. Маслач, Л. А. Китаев-Смык, Л. Лазарус, В.А. Орел, Т.В. Решетова, Т.В. Ферманюк и др.

Таким образом, в ходе анализа и обобщения научных работ по тематике нашего исследования, были выявлены следующие противоречия. С одной стороны, имеется немало исследований, посвященных профессиональному стрессу, в том числе, у медицинских работников, с другой стороны, эти исследования

мало касаются конкретных врачебных специальностей, в том числе стоматологов; Во-вторых, несмотря на значительное количество исследований профессионального стресса, относительно мало работ, посвященных способности профессионала, в том числе врача стоматолога, противостоять стрессу, т.е. быть стрессоустойчивым. Профессия современного врача становится все более стрессогенной, что требует обновления исследований стрессоустойчивости в настоящей социокультурной ситуации.

Указанные противоречия обусловили актуальность темы «Динамика и проявления стрессоустойчивости в зависимости от стажа работы у врачей стоматологов» и позволили сформулировать цель исследования  
Цель работы: выявление динамики и проявлений стрессоустойчивости у врачей стоматологов с разным стажем работы: до 6 лет и более 10 лет.

Объект исследования: стрессоустойчивость в профессиональной сфере.

Предмет исследования: динамика и проявления стрессоустойчивости у врачей стоматологов с разным стажем работы.

Гипотеза исследования содержит следующие допущения:

- уровень и характер стрессоустойчивости у врачей стоматологов связан со стажем работы;
- стрессоустойчивость более выражена у врачей стоматологов с большим стажем работы.

Цель исследования реализуется посредством выполнения следующих задач:

1. На основе анализа и обобщения научной литературы определить понятия стресса и стрессоустойчивости, их особенности у медицинских работников, в том числе у врачей стоматологов.
2. Выявить основные методы предупреждения и преодоления профессионального стресса у медицинских работников, формирования стрессоустойчивости.
3. На основании изученного материала, с помощью подобранных методов провести эмпирическое исследование стрессоустойчивости у врачей стоматологов с разным стажем профессиональной деятельности.
4. На основании полученных результатов разработать рекомендации по снижению профессионального стресса у медицинских работников и формированию стрессоустойчивости.

Для реализации поставленных задач в дипломной работе применялись теоретический анализ, обобщение, эмпирическое исследование.

В качестве диагностических методов использованы:

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме профессионального стресса у медицинских работников.
2. Методы психодиагностики:
  - методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмса и Р. Праге;
  - методика «Индикатор копинг стратегий» Д. Амирхана;
  - методика диагностики уровня профессионального выгорания В.В. Бойко;
  - методика «Оценка профессионального стресса» Л.И. Вайсмана.
3. Методы математической статистики: описательная статистика, частотный анализ, U-критерий Манна – Уитни.
4. Интерпретационный анализ: позволяющий описать полученные результаты и соотнести их с теоретическими исследованиями.

Базой исследования служила Новосибирская сеть клиник ООО «Ден-тал-Сервис» и ООО «Дентал-Сервис Лайт».

Выборку исследования составили 80 человек, из них 40 человек со стажем до 6 лет работы и вторая группа из 40 человек со стажем более 10 лет работы.

Практическая значимость исследования состоит в том, что результаты проведенного исследования могут быть использованы для формирования стрессоустойчивости у специалистов данного профиля, разработки психокоррекционных программ и тренингов стрессоустойчивости, а также разработки рекомендаций по организации деятельности клиник, на предотвращение стресса и развитие у персонала стрессоустойчивости.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав теоретической и эмпирической. Содержит в себе заключение, библиографический список, приложение. В первой главе описывается изучение теоретических аспектов стрессоустойчивости у медицинских работников, а также трудов отечественных и зарубежных авторов по проблеме стрессоустойчивости. Во второй главе представлено описание исследования, анализ и описание полученных результатов.

Глава 1. Теоретические аспекты изучения стрессоустойчивости у медицинских работников

### 1.1. Понятие профессионального стресса и стрессоустойчивости

В последние годы большое внимание уделяется влиянию характера профессиональной деятельности на здоровье специалистов, работа которых тесно и эмоционально связана с людьми. Они часто имеют различные психо-логические и физиологические реакции на очень широкий спектр рабочих ситуаций, которые являются результатом профессионального стресса.

Что такое стресс? Прежде всего, стресс – это реакция организма чело-века на раздражители и изменения, происходящие в окружающей среде, независимо от отношения к ним людей, которые могут только выдерживать их присутствие. Рождение ребенка, подъем или спуск по карьерной лестнице, смена работы, места жительства, поведение членов семьи, экологическая об-становка – все это факторы стресса в жизни человека. Исходя из этого, в процессе жизнедеятельности человек подвергается различным стрессам, в том числе и профессиональным.

1. Александрова О.В. Дифференциально-психологические факторы пере-живания и копинг поведения взрослых в трудной жизненной ситуации: дисс... канд. псих наук. – СПб, 2017. – 245 с.
2. Балинт М. Базисный дефект: Терапевтические аспекты регрессии/ Пер.с англ. – М.: «Когито-Центр», 2002. – 256 с.
3. Баранов А.А. Психологическая стрессоустойчивость и мастрство пе-дагога: теоретические и прикладные аспекты: автореф. дисс....докт. психол. наук. – СПб., 2002. – 41 с.
4. Бодров В.А. О психологических механизмах регуляции процесса пре-одоления стресса // Психология субъекта профессиональной деятельно-сти: Сб. научных трудов [Под ред. В.А. Барабанщикова и А.В. Карпова]. – М.-Ярославль: Аверс-Пресс, 2002. Вып. 2. С. 98-117.
5. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. – 526с.
6. Болучевская В.В. Эмоциональное выгорание врачей как актуальная психологическая и медицинская проблема // Вестник ВолгГМУ. – 2012. – № 2. – С. 25-27.
7. Валетов В.В., Лаптиева Л.Н. Выявление факторов профессиональной адаптации, влияющих на стрессоустойчивость медицинских работников // Фундаментальные и прикладные проблемы стресса. Материалы меж-дународной научно-практической конференции. 2010. Витебский госу-дарственный университет им. П. М. Машерова. – С. 121-123
8. Васильченко Л.В., Шушпанова К.В. Значение эмпатии, как лично-стно-го качества медицинского работника // Вопросы психологии. – 2018. – № 27. – С. 27-29.
9. Винокур В.А. Балинтовские группы: история, технология, структура, границы и ресурсы : учебное пособие. – СПб.: СпецЛит, 2015. – 191 с.
10. Влах Н.И. Особенности синдрома эмоционального выгорания у пред-ставителей медицинских профессий // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психо-логия». – 2017. – Т. 10. – № 1. – С. 15-18.
11. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009. – 251 с.
12. Водопьянова Н.Е. Стресс-менеджмент: учебник для вузов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2021. – 283с.
13. Гиндуллина Д.И. Причины и последствия стресса // Молодежь и наука: шаг к успеху : сб. науч. ст. 2 всерос. науч.-практ. конф. перспектив. разработок молодых ученых / Юго-Зап. гос. ун-т ; Моск. политех. ун-т. – Курск, 2018. – С. 344-347.
14. Говорин Н.В., Бодагова Е.А. Психическое здоровье и качество жизни врачей. – Томск, 2013. – 126 с.
15. Гринберг Дж. Управление стрессом. – СПб.: Питер, 2019. – 496 с.
16. Гуткина Н.И. Концепция Л.И. Божович о строении и формировании личности (культурно-исторический подход) // Культурно-историческая психология. – 2018. – Т. 14. № 2. – С. 116—128
17. Ильясова Г.Н., Фарахьянова А.К. Взаимосвязь стрессоустойчивости и профессиональной деятельности врачей-терапевтов / В сборнике: Со-временные проблемы социально-гуманитарных наук материалы IV Международной научно-практической заочной конференции. Научно-образовательный центр «Знание». – 2016. – С. 104-109.
18. Карачарова Ю.А. Экспертный анализ психологических характеристик участкового врача-терапевта как факторов успешности профессио-нальной деятельности // Молодой ученый. – 2009. – №10. – С. 310-315.
19. Катунин А.П. Стрессоустойчивость как психологический феномен // Молодой ученый. – 2012. – № 9. – С. 243-247.
20. Киреева С.А., Гусева О.С., Дерунов А.В. Стрессоустойчивость меди-цинского персонала // Бюллетень медицинских интернет-конференций. Изд. Наука и инновации (Саратов). 2015. Т. 5. № 12. С. 1710
21. Куликова Т.И. Психология стресса // Международный журнал экспе-риментального образования. – 2016.

– №7. – С. 180-181.

22. Купер К.Л. Организационный стресс. Теории, исследования и практическое применение / Пер. с англ. – Х.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. – 336с.
23. Лазарус Р. С. Теория стресса и психофизиологические исследования / Эмоциональный стресс / Р. С. Лазарус / Под ред. Л. Лева. – Л., 1970. – 127 с.
24. Леонова А.Б. Стресс и психическое здоровье профессионалов // Руководство по психологии здоровья / Под ред. А.Ш. Тхостово, Е.И. Рас-сказовой. М.: МГУ, 2019. С. 638—691.
25. Леонтьев Д.А. Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Си-бирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 18-37.
26. Ловягина А.Е. Теория и методы психической саморегуляции. – СПб.: Скифияпринт, 2020. – 144 с.
27. Малышев И.В. Стрессоустойчивость и адаптационные возможности личности выгорающих специалистов в сложных условиях профессио-нальной деятельности // Современные исследования социальных проблем. – 2018. – Т. 9. № 7. – С. 152-166.
28. Мовсесян В. Э. Управление стрессом как один из способов повышения работоспособности сотрудников // Наука через призму времени. – 2017. – № 6. – С. 42-47.
29. Музыченко Л.С. Учет профессиональных стрессов в управлении персо-налом // Современные проблемы права, экономики и управления. – 2016. – № 1 (2). – С. 169-173.
30. Новик Д.В. Проблема копинг-стратегий в трудах Р. С. Лазаруса // Мо-лодежь XXI века: образование, наука, инновации: Материалы IX Все-российской студенческой научно-практической конференции. – Ново-сибирск, 2020. – С. 96 – 97.
31. Пархомчук Д.С., Ульянов Т.А., Булгакова О.С. Синдром эмоциональ-ного выгорания у медиков как признак профессии // Вестник психофи-зиологии. – 2020. – №1. – С. 9-21.
32. Петрова Н.Н. Психология для медицинских специальностей: учебное пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 320с.
33. Полянская Т.В. Личностный адаптационный потенциал как условие межкультурной адаптации иностранных студентов // Международный научно-исследовательский журнал. – 2020. – №10-2 (100). – С. 92 – 94.
34. Профессиональный стресс и стрессоустойчивость специалистов экстре-мального профиля деятельности: учебное пособие / Н.Н. Смирнова, А.Г. Соловьев, М.В. Корехова, И.А. Новикова. – Архангельск: Изд-во Северного государственного медицинского университета, 2017. – 161 с.
35. Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф. Кострома, 22-24 сент. 2016 г. : в 2 т. / отв. ред.: Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, С. А. Ха-зова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2016. – Т. 1. – 407 с.
36. Пусташнева М.Н. Оценка психологического статуса больных и син-дрома эмоционального выгорания у врачей первичного звена в амбу-латорных условиях // Смоленский медицинский альманах. – 2017. – № 1. – С. 298-302.
37. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: «БАХРАХ», 2001. – 672 с.
38. Сапольски Р. Психология стресса; пер. Комаров С. и др. – СПб. : Пи-тер, 2018. – 480 с.
39. Селье Г. Стресс без дистресса // Журнал неврологии им. Б.М. Мань-ковського. – 2016. – № 1. С. – 78-89.
40. Сибиль В.И. Причины стресса и способы борьбы с ним // Аллея науки : науч.-практ. электрон. журн. – 2017. – Т. 4, № 16. – С. 204-207
41. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков // Обозр. психиат. и мед. психол. – 1994. – №1. – С.63 – 74.
42. Степанов С.С. Психология в лицах. – М.: Академия, 2019. – 384 с.
43. Трапезникова А.М., Финогенко Е.И Стрессоустойчивость как профес-сионально важное качество работников медицинских профессий // Мо-лодежный вестник ИрГТУ. – 2015. – № 2. – С. 45.
44. Труфанова Т.А. Современные подходы к управлению профессио-нальными стрессами // Вестн. Тамбов. ун-та. Серия: Гуманитарные науки. – 2015. – № 4 (44). – С. 77-84.
45. Церковский А.Л. Современные взгляды на проблему стрессоустойчи-вости // Вестник Витебского государственного медицинского универси-тета. – № 1. – Том 10. – 2011.
46. Шех О.И. Кризисная психология / О.И. Шех, Е.П. Пчелкина, А.О. Ша-рапов. – М.: Юрайт, 2019. – 538с.
47. Шех О.И., Сергеев С.С. Технологии психологической помощи в кри-зисных и экстремальных ситуациях. – СПб.: ПГУПС, 2011. – 87с.
48. Щербатых Ю.В. Управление стрессом для делового человека. Техно-логии управления стрессом,

проверенные в корпоративных войнах, судебных баталиях и жестких переговорах. – М: Добрая книга, 2018. – 512 с.

49. Янышева В.А. Справочник психолога-психотерапевта. Опыт и практика. – М.: 1000 Бестселлеров, 2020. – 464 с.

50. A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms / G. Aronsson [et al.] // BMC Public Health. 2017. Vol. 17. Article number 738. 13 p.

51. Decreasing Stress and Burnout in Nurses: Efficacy of Blended Learning With Stress Management and Resilience Training Program / D.L. Magtibay [et al.] // The Journal of Nurse Administration. – 2017. Vol. – 47. № 7—8. – P. 391—395.

52. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. / American Psychiatric Association. – Washington DC, London: American Psychiatric Publishing, 2013. – 970 p.

53. Estimating the Attributable Cost of Physician Burnout in the United States / S. Han [et al.] // Medicine and Public Issues. – 2019. – Vol. 170. № 11. – P. 784—790.

54. Frank E., Breyan J., Elon L. Physician disclosure of healthy personal behaviors improves credibility and ability to motivate // Archives of Family Medicine. – 2000. – Vol. 9. № 3. – P. 287—290.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/202851>