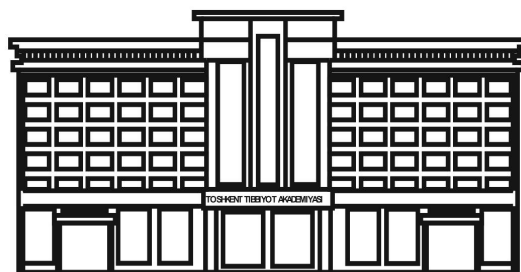


ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ
ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ

2023

2011 йилдан чиқа бошлаган

TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI
AХВОРОТНОМАСИ



ВЕСТНИК
ТАШКЕНТСКОЙ МЕДИЦИНСКОЙ АКАДЕМИИ

Тошкент



Выпуск набран и сверстан на компьютерном издательском комплексе

*редакционно-издательского отдела
Ташкентской медицинской академии*

Начальник отдела: М. Н. Аслонов

Редактор русского текста: О.А. Козлова

Редактор узбекского текста: М.Г. Файзиева

Редактор английского текста: А.Х. Жураев

Компьютерная корректура: З.Т. Алюшева

Учредитель: Ташкентская медицинская академия

*Издание зарегистрировано в Ташкентском Городском
управлении печати и информации*

Регистрационное свидетельство 02-00128

*Журнал внесен в список, утвержденный приказом №
201/3 от 30 декабря 2013года*

реестром ВАК в раздел медицинских наук

*Рукописи, оформленные в соответствии
с прилагаемыми правилами, просим направлять*

по адресу: 100109, Ташкент, ул. Фароби, 2,

Главный учебный корпус ТМА,

4-й этаж, комната 444.

Контактный телефон: 214 90 64

e-mail: rio-tma@mail.ru

rio@tma.uz

Формат 60x84 1/8. Усл. печ. л. 9,75.

Гарнитура «Cambria».

Тираж 150.

Цена договорная.

*Отпечатано на ризографе
редакционно-издательского отдела ТМА.
100109, Ташкент, ул. Фароби, 2.*

Вестник ТМА, 2023
РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

проф. А.К. Шадманов

Заместитель главного редактора

проф. О.Р.Тешаев

Ответственный секретарь

проф. Ф.Х.Иноятова

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ

акад. Аляви А.Л.

проф. Билалов Э.Н.

проф. Гадаев А.Г.

проф. Жае Вук Чои (Корея)

акад. Каримов Ш.И.

проф. Татьяна Силина (Украина)

акад. Курбанов Р.Д.

проф. Людмила Зуева (Россия)

проф. Метин Онерчи (Турция)

проф. Ми Юн (Корея)

акад. Назыров Ф.Г.

проф. Нажмутдинова Д.К.

проф. Саломова Ф.И.

проф. Саша Трескач (Германия)

проф. Шайхова Г.И.

Члены редакционного совета

проф. Акилов Ф.О. (Ташкент)

проф. Аллаева М.Д. (Ташкент)

проф. Хамдамов Б.З. (Бухара)

проф. Ирискулов Б.У. (Ташкент)

проф. Каримов М.Ш. (Ташкент)

проф. Маматкулов Б.М. (Ташкент)

проф. Охунов А.О. (Ташкент)

проф. Парпиева Н.Н. (Ташкент)

проф. Рахимбаева Г.С. (Ташкент)

проф. Хамраев А.А. (Ташкент)

проф. Холматова Б.Т. (Ташкент)

проф. Шагазатова Б.Х. (Ташкент)

Herald TMA, 2023

EDITORIAL BOARD

Editor in chief

prof. A.K. Shadmanov

Deputy Chief Editor

prof. O.R. Teshaev

Responsible secretary

prof. F.Kh. Inoyatova

EDITORIAL TEAM

academician Alyavi A.L.

prof. Bilalov E.N.

prof. Gadaev A.G.

prof. Jae Wook Choi (Korea)

academician Karimov Sh.I.

prof. Tatyana Silina (Ukraine)

academician Kurbanov R.D.

prof. Lyudmila Zueva (Russia)

prof. Metin Onerc (Turkey)

prof. Mee Yeun (Korea)

prof. Najmutdinova D.K.

prof. Salomova F.I.

prof. Sascha Treskatch (Germany)

prof. Shaykhova G.I.

EDITORIAL COUNCIL

DSc. Abdullaeva R.M.

prof. Akilov F.O. (Tashkent)

prof. Allaeva M.D. (Tashkent)

prof. Khamdamov B.Z. (Bukhara)

prof. Iriskulov B.U. (Tashkent)

prof. Karimov M.Sh. (Tashkent)

prof. Mamatkulov B.M. (Tashkent)

prof. Okhunov A.A. (Tashkent)

prof. Parpieva N.N. (Tashkent)

prof. Rakhimbaeva G.S. (Tashkent)

prof. Khamraev A.A. (Tashkent)

prof. Kholmatova B.T. (Tashkent)

prof. Shagizatova B.X. (Tashkent)

*Journal edited and printed in the computer of Tashkent
Medical Academy editorial department*

Editorial board of Tashkent Medical Academy

Head of the department: M.N. Aslonov

Russian language editor: O.A. Kozlova

Uzbek language editor: M.G. Fayzieva

English language editor: A.X. Juraev

Corrector: Z.T. Alyusheva

Organizer: Tashkent Medical Academy

*Publication registered in editorial and information
department of Tashkent city*

Registered certificate 02-00128

*Journal approved and numbered under the order 201/3 from 30 of
December 2013 in Medical Sciences department OF SUPREME ATTESTATION*

COMMISSION

COMPLETED MANUSCRIPTS PLEASE SEND following address:

*2-Farobiy street, 4 floor room 444. Administration building of TMA.
Tashkent. 100109, Toshkent, ul. Farobi, 2, TMA bosh o'quv binosi, 4-qavat,
444-xona.*

Contact number: 71- 214 90 64

e-mail: rio-tma@mail.ru. rio@tma.uz

Format 60x84 1/8. Usl. printer. l. 9.75.

Listening means «Cambria».

Circulation 150.

Negotiable price

Printed in TMA editorial and publisher department risograph

2 Farobiy street, Tashkent, 100109.

СОДЕРЖАНИЕ	
ОБЗОРЫ	
Kuchkarov H.N., Yadgarova N.F., Khairtdinova I.I., Shadmanova L.Sh., Userbayeva R.K. TIBBIYOT OLIYGOHLARI TALABALARIDA EMOTSIONAL SHARCHASH	6
Рустамова Ж. Т., Ирмухамедов Т. Б., Мирварисова З. Ш. КЛИНИЧЕСКАЯ КАРТИНА ХИМИЧЕСКОЙ АДДИКЦИИ, ВЫЗВАННОЙ УПОТРЕБЛЕНИЕМ АЛЬФА-ПВП	10
Усербаета Р.к., Ашуров З.ш., Шукуров Б.л. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВМЕШАТЕЛЬСТВ, ОСНОВАННЫХ НА ОСОЗНАННОСТИ, ПРИ ТЕРАПИИ ТРЕВОЖНЫХ РАССТРОЙСТВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СТАДИИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	14
Хамидуллаев Х.Ш., Ашуров З.Ш. АКТУАЛЬНОСТЬ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПОМОЩИ БОЛЬНЫМ ПАРАНОИДНОЙ ШИЗОФРЕНИЕЙ (ПО ОБЗОРУ ЛИТЕРАТУРНЫХ ДАННЫХ)	17
КЛИНИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА	
Abdumannonova N. Z., Vosikova K.A., Talipova N.Sh. ANXIETY AND DEPRESSIV DISORDERS IN PATIENTS WITH DIABETES II	20
Аграновский М.Л., Рахматов А.Б., Махмудов Р.Х. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО И ПСИХОФАРМАКОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ НЕВРОТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ У БОЛЬНЫХ С РАЗЛИЧНЫМИ ФОРМАМИ ПСОРИАЗА	23
Аграновский М.Л., Долимова М.А., Маматханов М.М., Солиев Д.М. Гуломқодиров М.М. ВЛИЯНИЕ ЭКЗОГЕНИЙ НА РАЗВИТИИ ПРИСТУПОВ ШИЗОФРЕНИИ С РЕКУРРЕНТНЫМ ТИПОМ ТЕЧЕНИЯ	28
Abdullaeva V.K., Matveeva A.A., Rogov A.V., Irmukhamedov T.B., Ganikhanov A.A. CLINICAL AND TYPOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE, QUALITY OF LIFE AND SOCIAL FUNCTIONING OF PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA	32
Арзуманов Ю.Л., Березина И.Ю., Изумнов С.А., Михайлов А.Ю. ПОКАЗАТЕЛИ СУММАРНОЙ СПОНТАННОЙ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ГОЛОВНОГО МОЗГА У ПАЦИЕНТОВ С СИНДРОМОМ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ	36
Axrorov A.A., Ziyadullayev Sh.X. Imomov A. Imatov Sh. A. XURUJSIMON PARANOID SHIZOFRENIYADA XURUJLAR PAYDO BO`LISHINING EHTIMOLLIK PROGNOZI VA UNING QAYTALANISH MASALALARI	41
Бабарахимова С. Б., Абдуллаева В. К. д.м.н., Сулейманов Ш.Р. Шарипова Ф.К. СЕМЕЙНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ СУИЦИДАЛЬНЫХ ТЕНДЕНЦИЙ У ПОДРОСТКОВ	43
Имамов Ш.Ш., З.Ш. Ашуров, Имамов А., Имамов Ш.А. НЕКОТОРЫЕ КЛИНИКО-ПАТОГЕНЕТИЧЕСКИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ СИНДРОМОГЕНЕЗА АТИПИЧНОГО АЛКОГОЛЬНОГО ДЕЛИРИЯ	47
Mirvorisova Z.Sh., Fayzullaeva K.R., Babarakhimova S.B. FEATURES OF PSYCHOCORRECTION OF DIGESTIVE DISORDERS IN PATIENTS WITH PARANOID SCHIZOPHRENIA	50
Мухторов Б.О., Абдуллаева В.К. СЕМЕЙНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА В ФОРМИРОВАНИИ НЕСУИЦИДАЛЬНОГО САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ	53
Ashurov Z.Sh., Sultonov Sh.X., Rajapov M.Sh., Shadmanova L.Sh. . BEQAROR SHAXSIYAT BUZILISHI BO`LGAN BEMORLARDA IJTIMOIIY FAOLIYAT VA HAYOT SIFATI	57
Rajapov M.Sh.,Xodjayeva N.I, Ashurov Z.Sh., ,Sultonov Sh.X. , Shadmanova L.Sh. SHAXSIYATNING BUZILISHI FONIDA SHAKLLANGAN ALKOGOLGA QARAMLIK	60
Rogov A. V., Palvanov R. O., Sharipova F. K. Irmuhamedov T.B. PARANOID SHIZOFRENIYA BILAN KASALLANGAN BEMORLARDA NEGATIV SIMPTOMLARNING SHAKLLANISHIDA ETNOMADANIY OMILLARNING AHAMIYATI	64
Султанова К.Б., Рогов А.В., Ирмухамедов Т.Б., Абдуллаева В.К. КЛИНИКО-ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХОГЕННЫХ РАССТРОЙСТВ У ПОДРОСТКОВ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ 1 ТИПА	67
Фадеева Е.В. ДИЗАЙН, МЕТОДОЛОГИЯ И ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ БЕРЕМЕННЫМИ ЖЕНЩИНАМИ И ОЦЕНКЕ ВЛИЯНИЯ НАЧАЛЬНОГО ПЕРИОДА ПАНДЕМИИ COVID-19	72
Хасанова К.Д., научный руководитель проф. Алимов У.Х., проф. Гафур-Ахунов М.А. ПСИХИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА У БОЛЬНЫХ РАКОМ ОРОФАРИНГЕАЛЬНОЙ ОБЛАСТИ	81
Xayatov R.B., Scientific supervisor: Velilyaeva A.S. COMORBIDITY OF THE COURSE OF AFFECTIVE DISORDERS IN OPIATE ADDICTION WITH THE CONSEQUENCES OF TRAUMATIC BRAIN INJURY	83

Ходжаева Н.И., Султанов Ш.Х., Кучкаров У.И. ³ КОГНИТИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА У БОЛЬНЫХ ЭПИЛЕПСИЕЙ	86
Khodjaeva N.I., Shadmanova L.Sh. KEKSA YOSH DAGI BEMORLARDA AFFEKTIV-IPOXONDRIAL BUZILISHLARNING KLINIK XUSUSIYATLARI	92
Шадманова Л.Ш., Ражапов М.Ш., Ходжаева Н.И., Султанов Ш.Х., Ядгарова Н.Ф. СУРУНКАЛИ АЛКОГОЛИЗМ БИЛАН БЕМОРЛАРДА ШАХСИЯТ БУЗИЛИШНИНГ КЛИНИК ХУСУСИЯТЛАРИ	95
Шадманова Л.Ш., Ходжаева Н.И., Ядгарова Н.Ф., Ражабов М.Н., Ражабов М.Ш. ҚОН-ТОМИР ГЕНЕЗЛИ ДЕМЕНЦИЯДА АФФЕКТИВ БУЗИЛИШЛАР ШАКЛЛАНИШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ХУСУСИЯТЛАРИ	101
Шпорт С.В., Шайдеггер Ю. М., Клименко Т. В. Усманова Н. Н. НАРУШЕНИЯ ВОСПРИЯТИЯ У ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В РАМКАХ СИНДРОМА ДЛИТЕЛЬНОГО РАССТРОЙСТВА ВОСПРИЯТИЯ, ВЫЗВАННОГО ГАЛЛЮЦИНОГЕНАМИ	104
Yadgarova N.F., Hayretdinova I.I., Shadmanova L.Sh., Tojiboev A.A., Zokirov M.M. AYOLLARDA O'TKIR POLIMORF PSIXOTIK BUZILISHLARDAGI KOGNITIV O'ZGARISHLAR	109
Yadgarova N.F., Hayretdinova I.I., Shadmanova L.Sh., Tojiboev A.A., Zokirov M.M. SHIZOFRENIYA KASALLIGIDA KUZATILADIGAN DEFECTNING KLINIK PATOXARAKTEROLOGIK HUSUSIYATLARI	115
ГИГИЕНА, САНИТАРИЯ И ЭПИДЕМИОЛОГИЯ	
Магзумова Ш.Ш., Ганиханов А.А. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ПСИХИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН В ПЕРИОД 2018-2022 ГГ.	121
Таджибаев У.А., Ашуров З.Ш., Хайрединова И.И. ВЛИЯНИЕ ПАНДЕМИИ COVID – 19 НА НАРКОСИТУАЦИЮ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН	124
ИСТОКИ	
Abdullayeva M. IBN SINONING ILMIY MEROSIDA ZAMONAVIY PSIXOTERAPIYA	127

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Кучкаров Х.Н., Ядгарова Н.Ф., Хайретдинова И.И., Shadmanova Л.Ш., Усербаева Р.К.

TIBBIYOT OLIYGOHLARI TALABALARIDA EMOTSIONAL CHARCHASH

Kuchkarov H.N., Yadgarova N.F., Khairatdinova I.I., Shadmanova L.Sh., Userbayeva R.K.

EMOTIONAL BURNOUT IN MEDICAL STUDENTS

Kuchkarov H.N., Yadgarova N.F., Khairatdinova I.I., Shadmanova L.Sh., Userbayeva R.K.

Tashkent Tibbiyot Akademiyasi, Toshkent, Uzbekistan

Hissiy charchash sindromi uzoq vaqtdan beri o'rganilib kelgan, ammo uni tibbiyot talabalari o'rtasida har tomonlama o'rganilgan deb aytib bo'lmaydi. Ushbu ishning asosiy maqsadi charchash sindromi darajasini, uning asosiy tarkibiy qismlarini (hissiy charchoq, depersonalizatsiya, shaxsiy yutuqlarning pasayishi) aniqlash va talabalar va bitiruvchilarda olingan natijalarni taqqoslash, uning ta'sirini kamaytirish bo'yicha keyingi ishlarning oldini olish, har bir inson hayotidagi salbiy va ijobiy omillarni birlashtirish. Hissiy charchash uchun xavf guruhi o'z faoliyatining tabiati bo'yicha turli odamlar bilan ko'p va intensiv muloqot qilishga majbur bo'lgan xodimlardan iborat. Bugungi kunga kelib, ta'lim, sog'liqni saqlash va psixologlar o'rtasida kasbiy faoliyatda hissiy charchash belgilari ilmiy izlanuvchilarda katta qiziqish uyg'otmoqda.

Kalit so'zlar: *charchash sindromi, hissiy charchash, hissiy charchash sabablari, hissiy charchashning profilaktikasi.*

Occupational burnout has been studied a long time, but it is not fully explored. The article analyzes the professional «outburning» syndrome developing on a background chronic stress and causing exhaustion of emotional and personal resources of a professional. There is a few researches about occupational burnout within medical students. The aim of this work was to identify the level of burnout and its main components (emotional exhaustion, depersonalization, reduction of personal achievements) and compare the results of first- and six-year students. The phenomenon of «outburning» syndrome in professional activity can increase and gain a foothold because of a lack of diagnostics and subsequent work on the reduction of negative factors and fixing of positive ones in the vital functions of a person. The high-risk group inclined to professional «outburning» includes employees who intensively communicate with people according to their professional duties. Nowadays the professional «outburning» is of great interest in the spheres of education, health protection.

Keywords: *emotional «outburning» syndrome, emotional «outburning», causes of emotional «outburning», ways to prevention of emotional «outburning».*

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) – это реакция организма, возникающая вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности. На Европейской конференции ВОЗ (2005 г.) было отмечено, что стресс, связанный с работой, – важная проблема приблизительно одной трети трудящихся стран Европейского союза, а стоимость устранения проблем с психическим здоровьем в связи с этим составляет в среднем 3–4 % валового национального дохода [4].

Понятие «burnout» (выгорание) было введено в науку американским психиатром Х.Дж. Фрейденбергом в 1974 г. для описания особого расстройства личности у здоровых людей, возникающего вследствие эмоционально насыщенного и интенсивного общения в процессе профессиональной работы с клиентами, пациентами, учениками [5].

Выделяют следующие виды стрессов, возникающих в процессе трудовой деятельности: рабочий стресс (связанный с условиями труда, местом работы), профессиональный стресс (касающийся профессии, рода или вида деятельности), организационный стресс (как следствие негативного влияния на человека особенностей той организации, в которой он работает) [1].

Эмоциональное выгорание не случайно определяют как синдром, ведь оно имеет системный характер, разнообразие проявлений которого реализуется в совокупности связанных симптомов. Известно много определений сущности эмоционального выгорания, данных в работах Х. Фрейденберга, А. Пинес, К. Чернисс, В. Бойко, ВОЗ, М. Буриша, Р. Кочюнас, Т. Форманюк, А. Лэнгле, М. Кинга, Л. Морроу, Л. Деминой, И. Ральниковой, Д. Эделвич, А. Бродски, С. Геллерштейна, П. Брилл, Н. Самоукиной, Н. Водопьяновой, А. Широу, Н. Гришиной, Г. Абрамовой и Ю. Юдчиц, Д. Этзион, К. Маслак и М. Ляйтер, Энциклопедическом словаре, Международной классификации болезней (МКБ-Х, рубрика Z73), Большой энциклопедии по психиатрии [8].

В последнее время синдром эмоционального выгорания является актуальной темой для обсуждения. Отмечается, что синдрому эмоционального выгорания в большей степени подвержены люди, работающие в сфере «человек – человек».

Ситуативная, или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую

ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичным во времени.

На сегодняшний день синдром эмоционального выгорания является серьезной биопсихосоциальной проблемой и вызывает беспокойство со стороны специалистов, в связи с серьезностью его последствий на индивидуальном организационном уровнях [3].

Негативные последствия выгорания распространяются на все сферы жизни, включая семейные отношения, профессиональную деятельность, психологическое и физическое состояние. Выгорание может истощать защитные свойства организма, повышая вероятность возникновения соматических заболеваний. Обращает на себя внимание формирование синдрома выгорания уже на начальных этапах своего профессионального пути у студентов медицинских учебных заведений, что повышает риски ухода из профессии [4].

О негативном влиянии кризиса COVID-19 на психическое здоровье студентов немедицинских университетов уже сообщалось ранее, при этом все больше студентов испытывают более высокий уровень стресса и ощущают социальную изоляцию, а также более высокую распространенность тревожности и депрессии, чем в эпоху до COVID-19. Студенты-медики, испытывающие усиление ухудшения своего психического здоровья во время пандемии, также выразили обеспокоенность по поводу того, что пандемия помешает их учебе и не позволит им должным образом подготовиться к клинической практике.

Нет сомнений в том, что пандемия COVID-19 повлияла как на доклинические, так и на клинические аспекты медицинского образования с очень быстрым первоначальным переходом в форматы онлайн-обучения и обучения в малых группах. Хотя электронное обучение предоставляет много возможностей, оно может не полностью подходить для таких дисциплин, как медицина, которые требуют практического подхода. Внезапные изменения в формате обучения, требующие интенсивного использования экрана, могут негативно повлиять на эмоциональное выгорание, помимо психического здоровья, и сообщалось, что студенты-медики проводят больше времени на онлайн-платформах обучения во время пандемии по сравнению с до пандемического периода [1].

Исследования, проведенные в США Шанафельтом и его коллегами, показали, что распространенность выгорания среди студентов-медиков колеблется от 17,6% до 82%. Эмоциональное выгорание связано со снижением профессионализма, продуктивности и качества медицинской помощи, а также с увеличением врачебных ошибок и намерений уйти. В исследованиях, проведенных Баковичем и его коллегами было выявлено, что учебное выгорание студентов включает:

- эмоциональное истощение, которое относится к усталости, вызванной сильными учебными потребностями студентов;
- обезличивание, которое считается развитием скептицизма и апатии к учебе;
- низкая профессиональная эффективность, проявляющаяся в низкой эффективности обучения студентов. В настоящее время изучение медицины является

более сложным, что подчеркивает характеристики профессионализма, автономии и исследования [2].

Существуют несколько моделей психо-эмоционального выгорания.

1. Однофакторная модель (Р. Aronson, 1988). Согласно ей, психоэмоциональное выгорание – это состояние физического, эмоционального и когнитивного истощения, вызванного длительным пребыванием в эмоционально перегруженных ситуациях. Авторы данного подхода рассматривают истощение как главную причину, тогда как остальные проявления считают следствием.

2. Двухфакторная модель. Ее авторы – D. Dierendonck, W. Schaufeli, H. Sixma, 1994. Согласно ей, данный синдром сводится к двумерной конструкции, состоящей из эмоционального истощения и деперсонализации. Первый («аффективный») компонент складывается из жалоб на свое здоровье, нервное напряжение, физическое недомогание, эмоциональное истощение. Второй – деперсонализация – проявляется в изменении отношений либо к себе, либо к пациентам.

Данный симптом проявляется в широком диапазоне фона настроения и поступков профессионала в процессе общения. Прежде всего отмечается полная или частичная утрата интереса к человеку – субъекту профессионального действия. Он воспринимается как неодушевленный предмет, как объект для манипуляции – с ним приходится что-то делать. Объект тяготит своими проблемами, потребностями, неприятно его присутствие, сам факт его существования.

Возникает деперсонализированный защитный эмоционально-волевой антигуманистический настрой. Личность утверждает, что работа с людьми неинтересна, не доставляет удовлетворения, не представляет социальной ценности. В более тяжелых формах «выгорания» личность резко защищает свою антигуманистическую философию «ненавижу», «презираю». В этих случаях «выгорание» смыкается с психопатологическими проявлениями личности – невротоподобными психопатическими состояниями.

3. Трехфакторная модель (К. Маслак и С. Джонсон). Эта модель включает в себя, помимо составляющих вышеописанных компонентов, еще и редукцию личных достижений, проявляющуюся в тенденции негативно оценивать свои профессиональные достижения и успехи, в преуменьшении собственного достоинства [5].

Синдром эмоционального выгорания имеет следующие симптомы:

- эмоциональное и психическое истощение,
- личностная отстраненность,
- ощущение утраты эффективности.

Под эмоциональным или психическим истощением понимается чувство перенапряжения и истощения эмоциональных и физических ресурсов, чувство усталости, которое не проходит после ночного сна. Так человек может чувствовать себя предельно уставшим от чрезмерной занятости работой, он может вкладывать огромные усилия в ее доскональное исполнение. Истощение выступает основным компонентом синдрома эмоционального выгорания.

Личностная отстраненность – это межличностный аспект синдрома эмоционального выгорания.

Личностная отстраненность характеризуется как негативный, бездушный или чрезмерно отдаленный ответ на различные аспекты работы. Человек перестает сочувствовать, сопереживать тем, с кем работает. Человек становится формальным, безразличным в контактах. В деятельности медицинской сестры синдром эмоционального выгорания может проявляться невниманием по отношению к пациентам, безразличием и безучастностью по отношению к ним.

Также распространенным при синдроме эмоционального выгорания является ощущение утраты эффективности. Ощущение утраты эффективности можно рассматривать как сниженную самооценку в рамках синдрома эмоционального выгорания. Человек не видит перспектив для своей профессиональной деятельности, у него снижается удовлетворенность работой, человек утрачивает веру в свои профессиональные возможности [4].

Динамика процесса выгорания, согласно К. Маслак, протекает следующим образом:

- 1) идеализм и чрезмерные требования;
- 2) психическое и эмоциональное истощение;
- 3) дегуманизация как средство противодействия;
- 4) конечная стадия: синдром отворачивания (против себя – против других – против всего) и, наконец, крах – увольнение, болезнь [5].

Исследование показателей СЭВ осуществлялось с помощью опросника «Профессиональное (эмоциональное) выгорание», разработанного на основе трехфакторной модели К. Маслак и С. Джексона и адаптированного Н.Е. Водопьяновой. Методика предназначена для диагностики эмоционального истощения, деперсонализации и редукции профессиональных достижений.

По результатам исследования можно определить некоторые общие мотивационные характеристики, которые следует учитывать при организации психопрофилактической работы со студентами медицинского вуза накануне их выпуска.

1. Мотивационные факторы в значительной степени зависят от представлений о профессии врача в общественном сознании, состоянии медицинской отрасли в стране, обеспечения экономической и юридической защищенности работников системы здравоохранения.

2. Узколичная мотивация занимает значительное место в общей структуре мотивов и в наибольшей степени подвержена изменчивости в зависимости от творческих и самообразовательных устремлений студентов накануне их перехода в профессиональную среду.

3. Мотивационные характеристики профессиональной деятельности в сфере здравоохранения имеют вариативное содержание у будущих специалистов с различной выраженностью ЭВ. В значимые для личности (возможно, кризисные) моменты профессиональной карьеры агрессия или пафос в речи, сопровождающие заметные изменения в отношении к трудовой деятельности, будут сигнализировать о крайне неблагоприятном положении.

4. Статистически значимое преобладание мужчин с высокими показателями ЭВ следует учитывать при разработке психопрофилактических программ активизирующего типа. Предпочтительными для них будут обусловленные полоролевыми разли-

чиями рациональные формы канализации эмоциональных переживаний [8].

В заключении важно отметить возможные направления психокоррекционной работы:

1. Так как выявлено, что неконструктивные стратегии адаптации повышают вероятность возникновения синдрома выгорания, а в основе неадаптивных стратегий лежит неумение эффективно преодолевать стресс. Поэтому в целях профилактики синдрома выгорания целесообразно использование программы «Стресс менеджмент», которая направлена на обучение и тренировку способов эффективного выхода из сложных стрессовых ситуаций и сохранение ресурсного состояния, а также изучение различных релаксационных техник. Работы с обучающимися являются неадаптивные стратегии адаптации, способы преодоления стресса и негативная оценка перспектив. Конфликт интересов отсутствует. С учетом того, что чрезмерная нагрузка является фактором, повышающим вероятность развития синдрома выгорания, в комплекс психокоррекционных мероприятий должно быть включено обучение рациональному подходу к планированию режима труда-отдыха.

2. Так как в 90% случаев наблюдается недооценка собственных знаний и достижений, но начальный период профессиональной деятельности, к которому можно отнести все 3 группы, неизбежно связан с осознанием некоторой недостаточности своих знаний и умений. Поэтому данный факт не следует интерпретировать как симптом выгорания. Это, скорее, может свидетельствовать о сниженной самооценке, недооценки значимости действительно достигнутых результатов. К факторам, повышающим устойчивость личности, относят склонность к положительной оценке перспектив. Поэтому в комплекс психокоррекционных мероприятий должны быть включены программы, направленные на обучение навыкам целеполагания и построения жизненной перспективы, тренировке проактивного мышления.

3. С учетом того, что чрезмерная нагрузка является фактором, повышающим вероятность развития синдрома выгорания, в комплекс психокоррекционных мероприятий должно быть включено обучение рациональному подходу к планированию режима труда-отдыха [9].

Для профилактики развития синдрома эмоционального выгорания нами был разработан тренинг.

1. Общие сведения о СЭВ. Методы релаксации.
2. Арт-терапия в профилактике СЭВ. Рисунок психологического состояния.
3. Арт-терапия в профилактике СЭВ. Методика «Я могу себе позволить веселиться как ребенок».
4. Арт-терапия в профилактике СЭВ. Методика «Психологически здоровый и психологически нездоровый человек» (групповая).

5. Аутотренинг в профилактике СЭВ. [10] Ежегодно эти данные обобщаем и передаем в деканат для их практического использования коллегами в последующем обучении студентов на старших курсах. Учитывая важность данной проблемы, с целью профилактики развития настоящего синдрома работу мы осуществляем в трех направлениях:

1. Меры, направленные на повышение мотивации обучения:

а. Индивидуализация обучения с учетом выяснения причины избрания настоящей специальности студентом и профессиональной направленности личности (имеется ли склонность к фундаментальным наукам, или имеющие склонность к быстрому и качественному овладению практическими навыками, или преуспевающие в области информационных технологий, или имеющие более высокий уровень эстетической подготовки);

б. Конкретизация перспектив развития отечественного здравоохранения на доступных восприятию примерах;

в. Воспитание студентов на трудовых традициях коллектива;

г. Широкое приобщение студентов к научной деятельности через СНО кафедры;

д. Повышение акцента на обоснование актуальности изучаемых тем на занятии;

е. Постоянное совершенствование учебной программы;

ж. Внедрение системы поощрений по результатам обучения.

2. Меры по укреплению психоэмоционального состояния студентов при оптимизированном учебном процессе:

а. Совершенствование расписания практических занятий (занятия по хирургии должны проходить в первой половине дня);

б. Внедрение производственной гимнастики во время перерывов занятий;

в. Более широкое использование тренажеров для отработки практических навыков, требующих особого деонтологического подхода к больным (исследование органов сексуальной сферы и т. д.), вызывающих, как правило, существенное эмоциональное напряжение студентов и больных;

г. Обоснованное, продуманное, а не тотальное бессмысленное использование технических средств обучения в хирургии, следуя моде;

д. Использование функциональной музыки в процессе обучения (во время работы в операционной);

е. Создание условий для полноценного отдыха студентов и приема пищи на территории клиники и больницы.

3. Меры по укреплению демократических принципов в хирургической клинике и дидактике:

а. Уважительное отношение к студентам, демонстрация высокого уровня культуры в общении между сотрудниками клиники;

б. Отсутствие какой-либо предвзятости и несправедливости во время контроля знаний студентов (создание возможностей для обязательного контроля студентами объективности их оценки при итоговом контроле знаний); в. Создание условий для поощрения хорошо успевающих студентов (награждение, публичная оценка на уровне университета, совместные публикации и др.) [7].

Литература:

1. COVID-19 and the mental well-being of Australian medical students: impact, concerns and coping strategies

used. Lyons Z, Wilcox H, Leung L, Dearsley O. *Australas Psychiatry*, 2020 Dec, vol. 28(6), pp. 649-652. <https://doi.org/10.1177/1039856220947945>

2. Emotional burnout and signs of depression in medical students a.m. Akhmetova, L.D. Sadretdinova, D.M. Gabitova, A.N. Ishmukhametova, T.M. Ilyasova, *Siberian Journal of Life Sciences and Agriculture*, Vol. 14, №3, Part 2, 2022

3. Manual burnout assessment tool, Wilmar Schaufeli, Hans De Witte & Steffie Desart, Belgium, 2020

4. The professional «outburning» syndrome T.V. Moskaleva, *Вестник МИТУ-МАСИ № 4 / 2018*

5. Синдром эмоционального выгорания у врачей и студентов медицинских вузов. Н.А. Огнерубов, Е.Б. Карпова, *Вестник ТГУ, т.22, вып.1, 2017*

6. Синдром эмоционального выгорания: сравнительная характеристика студентов первого и шестого курсов смоленского государственного медицинского университета Литвинова Е.С., Шпаков А.В., Новикова Е.В., Новиков В.Д. *Журнал Смоленский медицинский Алманах*, 2018

7. Синдром эмоционального выгорания у студентов медицинского вуза на клинической кафедре (о вероятности возникновения и мерах профилактики), Иващенко В.В., Иващенко А.В. *ВІСНИК ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія» Том 13, Випуск 1(41), 2013*

8. Эмоциональное выгорание у студентов-выпускников медицинского вуза как проекция их профессиональной мотивации. Т.В. Черникова (Волгоград) *Психологические проблемы современного образования*, 2012

9. Психологические особенности синдрома эмоционального выгорания у студентов медицинских вузов, Гуреева И.Л., Великанов А.А., Корайкина К.М., Исаева Е.Р., сетевой научный журнал «Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие» Том 9, № 4 (35), 2021

10. Профилактика эмоционального выгорания у студентов медицинского вуза С. М. Колкова, М. С. Кокоурова *Сибирское медицинское обозрение*, 2014, 6.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Кучкаров Х.Н., Ядгарова Н.Ф., Хайретдинова И.И., Shadmanova Л.Ш., Усербаева Р.К.

Синдром эмоционального выгорания исследуется достаточно давно, однако нельзя сказать, что он всесторонне изучен. Главной целью настоящей работы явилось выявление уровня синдрома эмоционального выгорания по его основным составляющим (эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция личностных достижений) и сравнение полученных результатов у поступивших и заканчивающих обучение. Проявление синдрома выгорания в профессиональной деятельности может усилиться и закрепиться при отсутствии диагностики, профилактики последующей работы по снижению воздействия отрицательных и закреплению положительных факторов в жизнедеятельности каждого человека. На сегодняшний день представляют интерес симптомы эмоционального выгорания в профессиональной деятельности у работников сферы образования, здравоохранения, психологов.

Ключевые слова: синдром эмоционального выгорания, эмоциональное выгорание, причины эмоционального выгорания, способы профилактики эмоционального выгорания.