

УДК 338.2.004  
DOI: 10.26140/anip-2021-1001-0015

## МЕХАНИЗМ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА СТУДЕНТАМИ В СОЦИАЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЕ

© Автор(ы) 2021  
SPIN: 4815-1720  
AuthorID: 1063632  
ORCID: 0000-0003-0191-5256

**ГРЕЧИХИН Сергей Сергеевич**, ассистент кафедры «Терапевтическая стоматология»  
*Курский государственный медицинский университет*  
(305041, Россия, Курск, ул. Карла Маркса, д. 3, e-mail: grechikhin2020@bk.ru)

**Аннотация.** Настоящее исследование посвящено изучению профессионального выгорания среди студентов стоматологического факультета. Профессиональный стресс является частью повседневной жизни студента. Статистические данные в области образования и клинической стоматологии почти во все мире подчеркивают то, что стрессовый фактор, возникающий на работе или учебе, является наиболее распространенным. Несмотря на эти доказательства, имеются минимальные данные о количестве случаев профессионального выгорания у студентов стоматологического факультета третьего курса обучения, работающих ассистентами врача стоматолога. Цель исследования – выявление механизма преодоления профессионального стресса у студентов стоматологов в образовательной сфере. В ходе исследования была отобрана группа 40 студентов стоматологического факультета третьего курса обучения, достигших экватора. Данная выборка позволяет провести анкетирования и выявить стрессорные факторы, факторы выгорания и механизм их преодоления. Таким образом, получены данные между выгоранием, измеренным с помощью шкалы В.В. Бойко, внутрииндивидуальными измерениями, представленными субъективным благополучием, самооценкой и локусом контроля с помощью шкал Лакерта, Роккерта и Диннера. Используя гибридную методологию и имея в качестве поддержки конкретные методы современного обучения и повышения мотивации, наши выводы побуждают нас на создание специальной программы обучения студентов начальных курсов для улучшения их мотивации и повышения внутрииндивидуальных качеств, способствующих преодолению трудностей в образовательной и клинической сфере. Полученные данные в ходе исследования указывают на необходимость внедрения данной программы и для медицинских учреждений с целью повышения качества профессиональных услуг.

**Ключевые слова:** стоматология, профессиональное выгорание, студенты, экватор, образование, современные методы, теоретическая и практическая подготовка, локус контроля, самооценка, шкала В.В Бойко, педагогика, психология.

## MECHANISM OF OVERCOMING PROFESSIONAL STRESS BY STUDENTS IN THE SOCIAL AND EDUCATIONAL SPHERE

© The Author(s) 2021

**GRECHIKHIN Sergey Sergeevich**, assistant of the «Therapeutic dentistry» department  
*Kursk State Medical University*  
(305041, Russia, Kursk, Karl Marx Street, 3 e-mail: grechikhin2020@bk.ru)

**Abstract.** This study is devoted to the study of professional burnout among students of the faculty of dentistry. Professional stress is a part of the student's daily life. Statistics in the field of education and clinical dentistry almost all over the world emphasize that the stress factor that occurs at work or school is the most common. Despite this evidence, there is minimal data on the number of cases of professional burnout among third-year dental students who work as dental assistants. The purpose of the study is to identify the mechanism of overcoming professional stress in dental students in the educational sphere. The study selected a group of 40 third-year dental students who reached the equator. This sample allows you to conduct surveys and identify stressors, burnout factors and the mechanism for overcoming them. Thus, data were obtained between burnout measured using the V. V. Boyko scale, intra-individual measurements represented by subjective well-being, self-esteem, and locus of control using the Lackert, Rockert, and Dinner scales. Using a hybrid methodology and having as support specific methods of modern training and increasing motivation, our findings encourage us to create a special training program for primary students to improve their motivation and increase intra-individual qualities that help overcome difficulties in the educational and clinical sphere. The data obtained in the course of the study indicate the need to implement this program for medical institutions in order to improve the quality of professional services.

**Keywords:** dentistry, professional burnout, students, equator, education, modern methods, theoretical and practical training, locus of control, self-assessment, scale B.In Boyko, pedagogy, psychology.

### ВВЕДЕНИЕ.

В настоящее время принято считать, что синдром эмоционального выгорания поражает все профессии и в основном он широко распространен среди профессий, связанных с педагогической деятельностью. Эта концепция нашла свои истоки среди педагогов медицинских и социальных наук в середине 1970-х годов. По прошествии тридцати лет эта концепция все еще представляет интерес для ученых и практиков, которые определяют его в своей первоначальной концепцией: «длительная реакция на хронические эмоциональные и межличностные стрессоры в работе врачей стоматологов», которые чаще возникают при работе с людьми.м с людьми [1-11].

Несмотря на сложность, разнообразные меры самоотчета или критики, литература по синдрому выгорания, основанная на работе Маслаха, возобновляет ее, как ядро тройственной структуры: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение личных достижений. Задачей нашего исследования является изучение рас-

пространности и источников синдрома эмоционального выгорания среди студентов стоматологического факультета, а так же раскрытие вероятной причинно-следственной связи между выгоранием, внешними факторами, связанными с работой, или внутренние психосоциальные признаки. Более того, мы фокусируемся на связи между негативным психологическим симптомом и положительными внутрииндивидуальными особенностями (самооценка, удовлетворенность жизнью и локус контроля). Для достижения этой цели мы уделяем особое внимание следующей гипотезе и исследовательскому вопросу: Синдром эмоционального выгорания у медицинского персонала определяется в большей степени интернализацией психосоциальных установок в большей степени, чем организационными и профессиональными факторами [12-17].

Согласно процентному анализу на нашей целевой выборке, мы можем говорить о высокой степени выгорания, учитывая баллы зарегистрированные в трех измере-

ниях. Как указывает К. Маслах, индекс выгорания определяется высоким баллом при ЭЭ и шкале DP, и низкий балл в шкалы Лайкерта. Самые высокие показатели заболеваемости регистрируется при эмоциональном истощении и деперсонализации измерений и наименьшее при личном достижении, что указывает на умеренную или прогрессирующую фазу выгорания среди студентов стоматологического факультета. Мы также были заинтересованы в устранении соответствующих ассоциаций между элементами, которые приводят к дисфункции симптомов эмоционального выгорания [18-22].

Настоящее исследование посвящено изучению профессионального выгорания среди студентов стоматологического факультета.

Профессиональный стресс является частью повседневной жизни студента. Статистические данные в области образования и клинической стоматологии почти во все мире подчеркивают то, что стрессовый фактор, возникающий на работе или учебе является наиболее распространенным. Несмотря на эти доказательства, имеются минимальные данные о количестве случаев профессионального выгорания у студентов стоматологического факультета третьего курса обучения, работающих ассистентами врача стоматолога [23-26].

#### МЕТОДОЛОГИЯ.

Цель исследование – выявление механизма преодоления профессионального стресса у студентов стоматологов в образовательной сфере. В ходе исследования была отобрана группа 40 студентов стоматологического факультета третьего курса обучения, достигших экватор. Данная выборка позволяет провести анкетирования и выявить стрессорные факторы, факторы выгорания и механизм их преодоления. Таким образом, получены данные между выгоранием, измеренным с помощью шкалы В.В. Бойко, внутрииндивидуальными измерениями, представленными субъективным благополучием, самооценкой и локусом контроля с помощью шкал Лакерта, Роккерта и Диннера [20-24]. Студенты осуществляют свою деятельность в основном как ассистенты врача стоматолога терапевта (7,8%), хирурга (8,7%), ортопеда (28,3%), ортодонта (12,6%) и врача общей практики (20,4%). Что касается их рабочей нагрузки, то участники заявляют, что работают около 51 часа в неделю, большинство регистрирует около 40 часов в неделю, количество пациентов составляет 20-50 для 44,7% респондентов. Трудовой стаж на текущей работе составляет в среднем до 1 года, у большинства – до трех лет. Был проведен опросник самоотчета, включающий вопросы, связанные с: (1) конструктами эмоционального выгорания, (2) субъективными: благополучие, (3) самооценка, (4) локус контроля и (5) социально-демографические характеристики. Для оценки частоты выгорания был использован опросник В.В. Бойко в терминах эмоционального истощения, деперсонализации и личностного выполнения. Точнее, шкала эмоционального истощения включала 9 пунктов (например, “я чувствую, что нахожусь в депрессии”, “я чувствую усталость, когда встаю утром и должен пойти на работу/ учебу”), шкала деперсонализации содержала 5 пунктов (например, “я стал более черствым по отношению к пациентам с тех пор, как начал работать”, “я чувствую, что отношусь к некоторым пациентам так, как если бы они были безличными объектами”), в то время как шкала личных достижений состояла из 8 восьми пунктов (например, “я совершил много достойных вещей в этой работе”, «Я чувствую, что я оказываю положительное влияние на жизнь других людей через мою работу»). Предметы измерялись по 7-балльной шкале Лайкерта (0 =никогда не испытывал такое чувство, чтобы 6= испытывать такие чувства каждый день). Самооценка измерялась с помощью шкалы самооценки Розенберга, состоящей из 10 пунктов самооценки и чувства собственного достоинства. Шкала удовлетворенности жизнью измерялась с помощью 5-балльной шкалы удовлетворенности жизнью Диннера. Внешний

и внутренний локус контроля измеряли по 5-балльной шкале Дж. Роттера. Также участникам было предложено предоставить информацию о возрасте, поле, профессии, специфике работы, еженедельной нагрузке на работе с пациентами, срок пребывания в организации, стаж работы на текущем рабочем месте как в государственной, так и в частной стоматологической клинике.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ.

Первое предположение гласит, что среди медицинского персонала возникновение эмоционального выгорания вызвано в большей степени индивидуальными признаками, чем внешними факторами. Для проверки такой гипотезы были использованы регрессионные модели, отдельно для каждой зависимой переменной: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение личностных качеств. Во всех трех случаях регрессионные модели включали контекстуальные независимые переменные, такие как: возраст, пол, еженедельная нагрузка на пациента, стаж работы на текущем рабочем месте, чрезвычайные ситуации, количество часов в неделю и две психосоциальные переменные: субъективное благополучие и самооценка. Контрольные переменные не улучшают прогнозирование и емкость паттерна / модели в случае зависимой переменной эмоционального выгорания. Если сравнить значение, полученное для первой регрессионной модели, где скорректировано  $R^2 = 0,004$ , с теми, что из второй модели, где вероятностная характеристика значительно возрастает (скорректированный  $R^2 = 0,185$ ). Ни одно из социально-демографических измерений не является значимым фактором со статистической точки зрения в случае переменной. Самый важный вес имеет самооценка ( $\beta = 0,363$ ,  $P < 0,001$ ), за которым следует субъективное благополучие ( $\beta = 0,243$ ,  $P = 0,018$ ).

В случае прогностического анализа для деперсонализации зависимой переменной, наибольшее на текущем уровне единственным фактором является место работы, несущим статистически значимое негативное влияние в качестве прогноза. Модель ( $\beta = -0,294$ ,  $P = 0,032$ ), первая модель, способная объяснить меньшее изменение зависимой переменной (59%), чем тот процент, который включает внутрииндивидуальные переменные (99%). Субъективное благополучие было главным фактором влияния коэффициента деперсонализации ( $\beta = 0,244$ ,  $P = 0,024$ ). Для личных достижений главным предиктором был субъективный фактор благополучия ( $\beta = 0,352$ ,  $P = 0,002$ ).

Проанализировав результаты, полученные на основе регрессионных моделей, мы можем утверждать, что наша исходная презумпция такова: внутрииндивидуальные измерения являются основополагающими факторами в определении элементов, характерных для выгорания.

При применении независимых процедур Т-тестов были обнаружены гендерные различия в отношении преобладание специфических симптомов эмоционального истощения. Женщины ( $M = 2,10$ ) оказались более подверженными риску, чем мужчины в возрасте до 25 лет при состоянии эмоционального истощения ( $t = -1,894$ ,  $p < .01$ ). Различия между этими же двумя категориями были выявлены при измерении эмоционального истощения. Высокий рабочий стаж может быть дискуссионным фактором для распространенности усталости и выгорания ( $M = 2,27$ ), ( $t = -1,850$ ,  $p < .05$ ). Кроме того, еженедельное изобилие пациентов отрицательно влияет на степень невыходов на работу ( $M = 1,97$ ), ( $t = 1,87$ ,  $p < .05$ ) и уменьшает симптомы усталости у исследуемой категории ( $M = 2,18$ ), ( $t = 1,771$ ,  $P < .001$ ). Используя гибридную методологию и имея в качестве поддержки конкретные методы современного обучения и повышения мотивации, наши выводы побуждают нас на создание специальной программы обучения студентов начальных курсов для улучшения их мотивации и повышения внутрииндивидуальных качеств, способствующих пре-

одолению трудностей в образовательной и клинической сфере. Полученные данные в ходе исследования указывают на необходимость внедрения данной программы и для медицинских учреждений с целью повышения качества профессиональных услуг.

#### ВЫВОДЫ.

Таким образом, важность нашего исследования неоспорима. Во-первых, наш анализ раскрывает состояние бытия, связанное с профессиональным выгоранием и его источниками, которые в нашем случае являются скорее психологического характера, чем физического или контекстуального. Во-вторых, наши рекомендации могут быть практическим инструментом для улучшения качества оказываемой стоматологической помощи и мотивации среди студентов. Для того чтобы справиться с эмоциональным выгоранием мы предлагаем реализацию плана образовательного вмешательства, который относится к индивидуальной стратегии профилактики (программы благополучия, субботняя неделя, личностное развитие и аутогенная терапия методы обучения, досуговые мероприятия), социальные и организационные программы преподавания. Данные программы направлены на выявление, предотвращение и уменьшение психологического и физического выгорания и симптомов профессионального стресса, улучшая таким образом качество профессиональных услуг.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Костылев Д.С., Кутепова Л.И., Трутанова А.В. Информационные технологии оценивания качества учебных достижений обучающихся // *Балтийский гуманитарный журнал*. 2017. Т. 6. № 3 (20). С. 190-192.
2. Бондарева А.Э., Ирышкова О.В., Тишков Д.С., Журбенко В.А., Саакян Э.С. Исследование эффективности учебного процесса на стоматологическом факультете и пути его повышения на основе обратной связи // *Успехи современного естествознания*. 2014. № 12-4. С. 492
3. Тишков Д.С. Влияние отношений преподаватель-студент и студент-студент на социальную вовлеченность учащихся // *Карельский научный журнал*. 2020. Т. 9. № 1 (30). С. 37-39.
4. Верна В.В., Изетдинова А.А.К. Профилактика профессионального выгорания медицинских работников в период распространения пандемии коронавирусной инфекции COVID-19 // *Азимут научных исследований: экономика и управление*. 2020. Т. 9. № 4 (33). С. 91-94.
5. Бочкарева Л.П., Виноградов О.С., Виноградова Н.А., Чернышев А.А., Яловой А.Е. Психологические факторы обеспечения техноферной безопасности сотрудниками МЧС // *XXI век: итоги прошлого и проблемы настоящего плюс*. 2020. Т. 9. № 4 (52). С. 131-135.
6. Penman J., & Oliver, M. Meeting the challenges of assessing clinical placement venues in a bachelor of nursing program // *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 2017, P.60-73.
7. Prensky M. Digital natives, digital immigrants // *Journal on the Horizon*, 2019, 6 p.
8. Хухлаева О.В. Психология развития и возрастная психология. М.: Юрайт, 2016. - 367 с.
9. Бондарева А.Э., Ирышкова О.В., Тишков Д.С. и др. Факторы, определяющие качество учебного процесса в вузах // *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*. - 2015. - № 5-3. - С. 520-520.
10. Likert R. A technique for the measurement of attitudes // *Archives of Psychology*. 2016.1-55p.
11. Жуков Г.Н. Общая и профессиональная педагогика. М.: Инфра-М. 2017. - 248 с.
12. Чалдини Р. Психология влияния // *Прогресс книга*, 2018. - 475 с.
13. Кульневич С. В. Управление современной школой // *Муниципальные методические службы*. М.: Учитель, 2016. - 224 с.
14. Загвязинский В.И. Педагогика. М.: Academia, 2017. - 160 с.
15. Ивановская О.Г. Педагогика текста и психолнгвистка. М.: Форум, 2018. - 256 с.
16. Бодина О.В., Писковацкова А.Э., Макарова М.В., Тишков Д.С. Современное состояние образовательного процесса в вузах и пути повышения его эффективности. Современные проблемы науки и образования. 2018. № 4. С. 17.
17. Аверченко Л. К. Дистанционная педагогика в обучении взрослых // *Философия образования*. - 2016. - № 6 (39). - С. 322-329.
18. Коджаспирова, Г.М. Педагогика в схемах и таблицах. М.: Проспект 2016. - 248 с.
19. Кравченко А. Психология и педагогика. М.: Проспект, 2019. - 400 с.
20. Піковець Н.В. Обґрунтування програми збереження й оптимізації психічного здоров'я викладача закладу вищої освіти // *Journal of Umanitar Modern*. 2020. Т. 3. № 1 (3). С. 13-16.
21. Дерев'яко С.П., Панченко Т.С., Кондратенко О.Е. Характеристики емоційної креативності представників різних типів професій у контексті психологічної безпеки // *Балканско научно обзрение*. 2020. Т. 4. № 3 (9). С. 65-68.
22. Гриньова М.В., Сагайдак В.Р., Гриньова В.С. Зона комфорту

як оздоровче середовище для сучасного вчителя // *Revistă științifică progresivă*. 2020. Т. 3. № 4 (6). С. 9-13.

23. Лобанов А. П. Модульный подход в системе высшего образования // *Основы структуризации и метапознания*. - М.: РИВШ, 2016. - 733 с.

24. Хилько М.Е. Возрастная психология. М.: Юрайт, 2016. - 200 с.

25. Супрунова Л.Л. Сравнительная педагогика. М.: Academia, 2017. - 312 с.

26. Тишков Д.С., Брусенцова А.Е., Перетягина И.Н., Макарова М.В. Использование активных форм обучения студентов на кафедре терапевтической стоматологии // *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*. - 2015. - № 12-8. - С. 1519-1521.

Статья поступила в редакцию 08.12.2020

Статья принята к публикации 27.02.2021