

Оригинальная статья / Original article

УДК 616.89

Взаимосвязи способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19)**Л.Н. Молчанова¹ ✉, К.В. Блинова¹**

¹Курский государственный медицинский университет
ул. К. Маркса, 3, г. Курск 305000, Российская Федерация

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Резюме

Медицинское волонтерство становится популярной профессионально-ориентированной деятельностью студентов, стрессовой в связи со специфичностью проводимых манипуляций, личностными особенностями самих пациентов и способов их реагирования при различных заболеваниях, работы в специальных условиях (чрезвычайные ситуации, пандемии). Адаптивные копинг-стратегии преодоления стрессов в данном виде деятельности являются факторами устойчивости к психическому выгоранию. Так, целью исследования является изучение взаимосвязей способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19). В нем приняли участие 66 студентов ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России в возрасте от 18 лет до 24 лет (из них: 37 девушек и 29 юношей), обучающихся на специальностях 31.05.02 Педиатрия (44 человека) и 31.05.01 Лечебное дело (22 человека) и занимающихся профессионально-ориентированной волонтерской деятельностью (волонтеры-медики) до 2 лет в период пандемии COVID-19. Для сбора данных использовали наблюдение и беседу, а также стандартизированные психодиагностические методики исследования «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русская версия Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова) и «Способы совладающего поведения» Р. Лазарус и С. Фолкман (в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык). Обработка результатов осуществлялась с помощью методов описательной статистики, сравнительного (непараметрического критерия Н-Краскела-Уоллиса, корреляционного и регрессионного видов анализа данных. Находясь в ситуации стресса, волонтеры-медики, используют различные способы совладающего поведения для адаптации в работе, особенно в условиях распространения коронавирусной инфекции COVID-19. Так, целенаправленное подавление и сдерживание негативных переживаний, влияющих на восприятие проблемной ситуации, высокий контроль поведения и чрезмерное переосмысление собственных действий, – все это может привести к психическому выгоранию волонтеров-медиков. Поиск социальных ресурсов, ориентированность на взаимодействие с другими людьми, рационализация проблемной ситуации, использование приемов переключения внимания, отстранения, юмора способствуют повышению их самооценки профессиональной эффективности.

Ключевые слова: способы совладающего поведения; психическое выгорание; волонтеры-медики; профессионально-ориентированная волонтерская деятельность; пандемия COVID-19.

Конфликт интересов: Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Для цитирования: Молчанова Л.Н., Блинова К.В. Взаимосвязи способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19) // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2021. Т. 11, № 4. С. 202–213.

Статья поступила в редакцию 24.08.2021 Статья подписана в печать 15.09.2021

Статья опубликована 20.12.2021

© Молчанова Л.Н., Блинова К.В., 2021

Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика / Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics. 2021; 11(4): 202–213

Interconnection of Controlling Behavior Methods and Mental Burnout of Medicine Volunteers in the Conditions of Professionally Oriented Volunteering Activities (During the Covid-19 Pandemic)

Ludmila N. Molchanova¹, Christina V. Blinova¹ ✉

¹Kursk State Medical University
3, K. Marx str., Kursk 305000, Russian Federation

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Abstract

Medical volunteering is becoming a popular professionally oriented activity of students, stressful due to the specificity of the manipulations being performed, the personal characteristics of the patients themselves and the way they respond to various diseases; work in special conditions (emergencies, pandemics). Adaptive coping strategies for coping with stress in this type of activity are factors of resistance to mental burnout. So, the study of the relationship between coping behavior and mental burnout of medical volunteers in a professionally oriented volunteer activity (during the COVID-19 pandemic) is the purpose of the study. 66 students of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education KSMU of the Ministry of Health of Russia aged 18 to 24 years (of which: 37 girls and 29 boys), studying in the specialties 31.05.02 Pediatrics (44 people) and 31.05.01 Medicine (22 people) and professionally -oriented volunteer activities (medical volunteers) up to 2 years during the COVID-19 pandemic took part in it. Observation and conversation, as well as standardized psychodiagnostic research methods "Professional burnout" (PB) (Russian version of N.E. Vodopyanova, E.S. Starchenkova) and "Methods of coping behavior" R. Lazarus and S. Folkman (adapted by T.L. Kryukova, E.V. Kuftiyak) were used for data collection. The processing of the results was carried out using the methods of descriptive statistics, comparative (nonparametric H-Kruskal-Wallis test, correlation and regression types of data analysis. In a stressful situation, medical volunteers use various coping behaviors to adapt at work, especially in the context of the spread of the coronavirus infection COVID-19. So, purposeful suppression and containment of negative experiences that affect the perception of a problem situation, high control of behavior and excessive rethinking of one's own actions – all this can lead to mental burnout of medical volunteers. The search for social resources, focus on interaction with other people, rationalization of the problem situation, the use of methods of switching attention, detachment, humor contribute to an increase in their self-esteem of professional efficiency.

Keywords: coping behaviors; mental burnout; medical volunteers; vocational volunteering; COVID-19 pandemic.

Conflict of interest: The Authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

For citation: Molchanova L.N., Blinova K.V. Interconnection of Controlling Behavior Methods and Mental Burnout of Medicine Volunteers in the Conditions of Professionally Oriented Volunteering Activities (During the Covid-19 Pandemic). *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics*. 2021, 11(4): 202–213 (In Russ.).

Received 24.08.2021

Accepted 15.09.2021

Published 20.12.2021

Введение

Об актуальности волонтерского движения в России свидетельствует внесение поправок в Конституцию Российской Федерации от 2020 года в ст. 114: «Правительство РФ осуществляет меры по поддержке гражданского общества, в том числе некоммерческих организаций, обеспечивает их участие в выработке и про-

ведении государственной политики; осуществляет меры по поддержке добровольческой (волонтерской) деятельности» [1].

Медицинское волонтерство становится популярной профессионально-ориентированной деятельностью студентов [2], которая не исключает наличие стрессовых ситуаций ввиду специфично-

сти проводимых манипуляций, особенностей личности пациентов и способов их реагирования при различных заболеваниях, работы в специальных условиях (чрезвычайные ситуации, пандемии). Адаптивные копинг-стратегии преодоления стрессов в данном виде деятельности являются факторами устойчивости к психическому выгоранию [3].

По Т.Л. Крюковой (2010) структура совладающего поведения анализируется и описывается через копинг-стратегии [4]. Понятие копинговые стратегии является интегративным и объединяет в себе когнитивные, эмоциональные и поведенческие стратегии. Так, способы совладающего поведения направлены на преодоление стресса с помощью когнитивных, эмоциональных и поведенческих усилий личности. Причем в процессе психологической адаптации проявляются индивидуальные тенденции [5]. При наличии

дезадаптивных копинг-стратегий увеличивается риск возникновения психического выгорания, что может отрицательно отразиться на качестве оказываемой помощи и проявиться в трудностях преодоления неблагоприятных жизненных ситуаций [6].

В исследовании А. А. Шевченко (2016) раскрывается взаимовлияние совладающего поведения и психического выгорания: совладающее поведение является одновременно и фактором выгорания, и его результатом [7].

В ходе библиометрического анализа в электронном информационном пространстве Elibrary.ru было выявлено, что общий объем публикаций по ключевому запросу «способы совладающего поведения волонтеров» и «копинг-стратегии волонтеров» за последние 10 лет (2011 – 2021 гг.) составляет 3 источника из 37294623 имеющихся (рис.1).

№	Тематическая рубрика	Статей
	Психология	

Рис. 1. Распределение публикаций по тематическим рубрикам по запросу «способы совладающего поведения волонтеров» и «копинг-стратегии волонтеров»

Fig. 1. Distribution of publications by thematic headings on request "ways of coping behavior of volunteers" and "coping strategies of volunteers"

Наблюдается возрастающая динамика исследовательского интереса по данной тематике с 2018 года с пиком активности в 2019 году (рис.2).

Тематический анализ показал, что достаточно активно у волонтеров, в том числе у представителей студенческой молодежи, изучаются способы совладающего поведения в стрессовых ситуациях [8], во взаимодействии с паллиативными па-

Год	Статей
2021	
2020	
2019	
2018	

Рис. 2. Распределение публикаций по годам по запросу «способы совладающего поведения волонтеров» и «копинг-стратегии волонтеров»

Fig. 2. Distribution of publications by year on request "ways of coping behavior of volunteers" and "coping strategies of volunteers"

циентами [9] и как системообразующий фактор их личности [10].

Принимая во внимание мировые масштабы коронавирусного заболевания 2019 (COVID-19) и его негативное психологическое влияние на все население, вызывающее тревогу, одиночество, истощение, а также стрессовую природу психического выгорания и относительно недавний научный интерес, сочли целе-

сообразным осуществить оценку публикационной активности на базе электронной библиотеки Elibrary.ru (исследуемый период: 2019–2021 гг.) по проблеме волонтерства в условиях пандемии. Количество научных статей составило 45 из 34219415 шт. имеющихся в приблизи-

тельно равном распределении в 2020 г. и 2021 году (рис. 3). Как видно из рис. 4, наибольшее их количество приходится на тематическую рубрику «Медицина и здравоохранение» (11 статей) и лишь 8 статей – на рубрику «Психология».

Год	Статей	№	Тематическая рубрика	Статей
<u>2021</u>	<u>23</u>	1	Медицина и здравоохранение	11
<u>2020</u>	<u>22</u>	2	Народное образование. Педагогика	9
		3	Социология	8
		4	Психология	8
		5	Экономика. Экономические науки	3
		6	Языкознание	2
		7	Государство и право. Юридические науки	1
		8	Физическая культура и спорт	1
		9	Организация и управление	1
		10	Политика. Политические науки	1

Рис. 3. Распределение публикаций по годам по запросу «волонтерство в период пандемии»

Fig. 3. Distribution of publications by year on request "volunteering during a pandemic"

Ведущими направлениями в этом массиве данных выступили исследования тревожности [11], мотивационно-смысловой сферы личности студентов-волонтеров, работающих в условиях пандемии COVID-19 [12].

Следует отметить, что по проблеме взаимосвязи способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19) не найдено ни одной научной публикации. Вместе с тем исследование данной проблемы также предусматривает выявление как факторов возникновения, так и

Рис. 4. Распределение публикаций по тематическим рубрикам по запросу «волонтерство в период пандемии»

Fig. 4. Distribution of publications by thematic headings on the request "volunteering during a pandemic"

преодоления психического выгорания волонтеров-медиков, что определяет как актуальность настоящего исследования, так и перспективность её дальнейшего тщательного изучения.

За объект исследования принимаем психическое выгорание волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19), а его предмет – его взаимосвязи со способами совладающего поведения.

Материалы и методы

Общий объем выборки участников исследования включал 66 студентов

ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России в возрасте от 18 лет до 24 лет (из них: 37 девушек и 29 юношей), обучающихся на специальностях 31.05.02 Педиатрия (44 человека) и 31.05.01 Лечебное дело (22 человека) и занимающихся профессионально-ориентированной волонтерской деятельностью (волонтеры-медики) до 2 лет в период пандемии COVID-19.

Психодиагностика осуществлялась с использованием опросников «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова) [13] и опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазарус и С. Фолкман (в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык [14]) на основе информированного согласия участников исследования.

Полученные результаты обрабатывались с помощью компьютерной программы «Statistica 11.0». Используемые математические методы: описательная статистика, сравнительный (непараметрический критерий Н-Критерий Краскела-Уоллиса) корреляционный и регрессионный виды анализа данных.

Результаты и обсуждение

Диагностика выраженности психического выгорания и отдельных его компонентов у волонтеров-медиков была проведена с помощью опросника «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова) [13], средние значения показателей которого составили: «Эмоциональное истощение»: $X_{cp.\pm\sigma x}=23,14\pm6,2$; «Деперсонализация»: $X_{cp.\pm\sigma x}=9,27\pm5,32$ и «Профессиональная успешность (редукция персональных достижений)»: $X_{cp.\pm\sigma x}=34,18\pm5,75$; «Интегративный показатель психического выгорания»: $X_{cp.\pm\sigma x}=66,59\pm12,37$. Полученные результаты находятся на среднем уровне выраженности, что свидетельствует о наличии эмоциональной истощенности, присутствии негативных установок в отношении благополучателей,

демонстрации отстраненности от процесса оказания поддержки и помощи, снижении уровня собственной продуктивности и профессиональной компетентности в виду отсутствия социальной поддержки.

Оценивание способов совладающего поведения волонтеров-медиков осуществлялась с помощью опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазарус и С. Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык [14] и засвидетельствовало следующие результаты. Средние значения по шкалам: «Конфронтационный копинг» $X_{cp.\pm\sigma x}=8,82\pm2,8$; «Дистанцирование»: $X_{cp.\pm\sigma x}=8,27\pm2,9$; «Поиск социальной поддержки»: $X_{cp.\pm\sigma x}=12,73\pm3,33$; «Принятие ответственности»: $X_{cp.\pm\sigma x}=7,45\pm2,39$; «Бегство-избегание»: $X_{cp.\pm\sigma x}=10,91\pm4,41$ указывают на способность к сопротивлению трудностям, энергичность и предприимчивость при разрешении проблемной ситуации, преодоление негативных переживаний за счет субъективного снижения ее значимости и привлечения внешних ресурсов, а также за счет механизмов психологической защиты (отрицания, фантазирования и др.).

Высокие показатели шкал «Самоконтроль»: $X_{cp.\pm\sigma x}=13,05\pm3,03$, «Планирование решения проблемы»: $X_{cp.\pm\sigma x}=13,41\pm1,86$ и «Положительная переоценка»: $X_{cp.\pm\sigma x}=13,41\pm2,84$ свидетельствуют о трудностях в выражении переживаний, сверхконтроле собственных поступков, планомерном решении проблемы, преодолении негативных переживаний за счет переоценки с опорой на прошлый опыт. Действительно, деятельность волонтеров-медиков требует рационального анализа ситуации для более эффективного оказания помощи.

Оценка значимости различий в показателях способов совладающего поведения волонтеров-медиков в зависимости от выраженности психического выгорания проводилась с использованием непараметрического критерия Н-критерий Краскела-Уоллиса (табл. 1):

Таблица 1. Значимость различий показателей копинг-стратегий волонтеров-медиков в зависимости от выраженности психического выгорания (Н-критерий Краскела-Уоллиса)**Table 1.** Significance of differences in coping strategies of medical volunteers depending on the severity of mental burnout (Kruskal-Wallis H-test)

Наименование показателя	Интегральный показатель психического выгорания						(1)-(2)-(3)	
	низкий (n=6) (1)		средний (n=57) (2)		высокий (n=3) (3)			
	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ствен- ный	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ствен- ный/	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ствен- ный/	$H_{\text{эмп}} / \chi^2$	p
Конфронтацион- ный копинг	6,00± 3,29	низкий	9,32± 2,49	средний	5,33± 0,58	низкий	10,92 ^{**} / 7,21	0,004
Дистанцирование	7,50± 4,93	средний	8,47± 2,69	средний	6,33± 0,58	низкий	3,45/ 2,32	0,179
Самоконтроль	11,50± 0,55	средний	12,95± 3,01	средний	17,67± 0,58	высокий	9,84 ^{**} / 9,16	0,007
Поиск социаль- ной поддержки	10,50± 1,64	средний	12,79± 3,40	средний	16,33± 0,58	высокий	7,28 [*] / 8,52	0,026
Принятие ответ- ственности	4,00± 0,00	низкий	7,84± 2,27	средний	7,33± 0,58	средний	13,70/ ^{**} 10,42	0,001
Бегство-избегание	6,00± 4,38	низкий	11,74± 3,97	средний	5,33± 0,58	низкий	12,63 ^{**} / 8,68	0,002
Планирование решения пробле- мы	12,00 1,10	средний	13,47± 1,89	высокий	15,33± 0,58	высокий	6,61 [*] / 8,68	0,037
Положительная переоценка	9,50± 3,83	средний	13,74± 2,49	высокий	15,33± 0,58	высокий	8,08 ^{**} / 8,68	0,018

Примечание: * – статистическая значимость при $p \leq 0,05$; ** – статистическая значимость при $p \leq 0,01$.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень психического выгорания детерминирует преимущественно все (за исключением копинга по шкале «Дистанцирование») способы совладающего поведения в трудных жизненных и профессиональных ситуациях волонтеров-медиков.

При исследовании взаимосвязей способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности использовали процедуру корреляционного анализа (r-Спирмен) (табл. 2):

Таблица 2. Корреляционные взаимосвязи показателей способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков (r-Спирмен)**Table 2.** Correlation relationships between indicators of coping behavior and mental burnout of medical volunteers (r-Spearman)

Наименование показателя	1	2	3	4
Конфронтационный копинг	0,14	0,13	0,12	0,18
Дистанцирование	0,35**	0,26*	-0,31*	0,14
Самоконтроль	0,23	0,12	0,19	0,25*
Поиск социальной поддержки	0,03	-0,16	0,09	-0,01
Принятие ответственности	0,27*	0,06	0,16	0,23
Бегство-избегание	0,27*	0,09	0,05	0,19
Планирование решение проблемы	-0,11	-0,18	0,33**	0,02
Положительная переоценка	0,28*	0,17	0,31*	0,35**

Примечание: 1 – «Эмоциональное истощение»; 2 – «Деперсонализация»; 3 – «Редукция личных достижений»; 4 – «Интегративный показатель общего психического выгорания»; * – статистическая значимость при $p \leq 0,05$; ** – статистическая значимость при $p \leq 0,01$.

Корреляционный анализ показал наличие слабо выраженных статистически значимых положительных корреляций показателя шкалы «Дистанцирование» с показателями шкал «Эмоциональное истощение» ($r=0,35^{**}$ при $p=0,004$) и «Деперсонализация» ($r=0,26^{*}$ при $p=0,036$), а также отрицательных – с показателями шкалы «Редукция личных достижений» ($r=-0,31^{*}$ при $p=0,011$) (см. табл. 2). Таким образом, преодоление негативных переживаний волонтерами-медиками в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности за счет субъективного снижения ее значимости или обесценивания эмоционально истощает, способствует возникновению негативизма и циничных установок в межличностных отношениях и повышению самооценки профессиональной эффективности.

Также выявлены положительно направленные достоверные корреляционные взаимосвязи слабой силы выраженности между показателями шкал «Эмоциональное истощение» и «Принятие ответственности» и ($r=0,27^{*}$ при $p=0,028$), «Положительная переоценка» ($r=0,28^{*}$ при $p=0,025$) (см. табл. 2). Полученные

результаты можно интерпретировать следующим образом: самокритика, переживание чувства вины и хронической неудовлетворенности собой, ориентированность на надличностное, положительное переосмысление проблемной профессиональной ситуации приводит к истощению энергетических и эмоциональных ресурсов.

Показатель шкалы «Редукция личных достижений» положительно коррелирует с показателями таких копинг-стратегий, как «Планирование решение проблемы» ($r=0,33^{**}$ при $p=0,007$) и «Положительная переоценка» ($r=0,31^{*}$ при $p=0,012$) (см. табл. 2). Таким образом, преодоление негативных переживаний проблемной ситуации профессиональной деятельности за счет чрезмерного планирования собственных действий с учетом имеющихся ресурсов, а также включение ее в контекст работы над личностным развитием может привести к обесцениванию собственных профессиональных достижений и появлению чувства профессиональной некомпетентности.

Наличие положительно направленной значимой корреляции между интегративным показателем психического выгорания волонтеров-медиков и показа-

телями копинг-стратегий «Самоконтроль» ($r=0,25^*$ при $p=0,04$), «Положительная переоценка» ($r=0,35^{**}$ при $p=0,004$) свидетельствует о том, что целенаправленное подавление и сдерживание негативных переживаний, влияющих на восприятие проблемной ситуации, высокий контроль поведения и чрезмерное переосмысление собственных действий, – все это может привести к возникновению психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности.

При исследовании взаимосвязей способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков использовали также процедуру множественного регрессионного анализа (метод forward stepwise). Выявленные по шкалам психического выгорания (от 50% и выше) величины дисперсии волонтеров-медиков как зависимой переменной в статистически значимых корреляциях между показателями шкал «Редукция личных достижений» и «Дистанцирование» ($\beta = -1,08$ при $p=0,000$), «Положительная переоценка» ($\beta = 0,757$ при $p = 0,000$), «Бегство-избегание» ($\beta = 0,320$ при $p = 0,00003$), «Самоконтроль» ($\beta = 0,346$ при $p = 0,001$), «Поиск социальной поддержки» ($\beta = -0,248$ при $p = 0,013$) ($F = 12,34$; КМД = 0,60; $df = 7,58$; $p = 0,0000$) свидетельствуют о двояком (как положительном, так и отрицательном) влиянии способов совладающего поведения на его возникновение. Таким образом, использование волонтерами-медиками в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19) таких копинг-стратегий, как «Положительная переоценка», «Бегство-избегание», «Самоконтроль» принимаем как факторы возникновения редукции личных достижений, а «Дистанцирование» и «Поиск социальной поддержки» – как факторы её преодоления.

Другими словами, усиленное, философское переосмысление проблемной си-

туации, целенаправленное подавление и сдерживание эмоций в связи с ней, высокий контроль поведения, реагирования по типу отрицания проблемы, фантазирования, отвлечения и т.д. способствует обесцениванию собственных профессиональных достижений, а поиск социальных ресурсов, ориентированность на взаимодействие с другими людьми, рационализация проблемной ситуации, использование приемов переключения внимания, отстранения, юмора, наоборот, – повышению самооценки профессиональной эффективности.

Полученные результаты согласуются с результатами, ранее полученными отечественными и зарубежными исследователями [10; 9; 15; 16; 17; 18].

В соответствии с результатами исследований О.А. Боковой О.А. и др. (2018) одним из системообразующих факторов личности студента-волонтера являются такие копинг-стратегии, как контроль своих эмоций и действий, предвидение положительных и отрицательных сторон собственных поступков, анализ прошлого опыта в решении проблем [10]. Кроме того, выявлено, что копинг-стратегии, используемые студентами-волонтерами и отделениями паллиативной помощи и студентами-волонтерами других учреждений, различны. Так, согласно результатам другого исследования (В.Ф. Мищенко, Н.В. Мозолевская, Ю.В. Соколов, 2019) ведущими способами совладающего поведения с профессиональными трудностями у волонтеров отделений паллиативной помощи выступают «Планирование решения проблем» и «Положительная переоценка». Иные волонтеры разрешают сложные ситуации в профессионально ориентированной деятельности за счет бегства-избегания и поиска социальной поддержки [9].

В исследовании L. Beal (1994) представлены два стиля преодоления кризисной ситуации: контроль и эскапизм и доказано наличие достоверно значимых корреляционных взаимосвязей эскапит-

ского совладания у добровольцев Кризисного центра с эмоциональным истощением и деперсонализацией [15]. А у добровольцев-самаритян высокий уровень эмоционального истощения и деперсонализации обусловлен использованием избегающего стиля совладающего поведения, а высокая редукция личных достижений обеспечивается высоким уровнем эмпатии [18]. Зарубежными исследователями (Essex Beth, Lisa Benz Scott, 2008; Stephen Claxton-Oldfield, 2015) выявлены наиболее часто используемые волонтерами стратегии преодоления стрессовых ситуаций профессиональной деятельности [16; 17]. Так, согласно имеющимся результатам исследования выгорания и стратегий его преодоления добровольцами службы экстренной медицинской помощи (Essex Beth, Lisa Benz Scott, 2008) показано, что именно социальная поддержка (предпочитаемые волонтерами стратегии общения с коллегами и супругой/супругом) является средством преодоления профессиональных трудностей [17].

Выводы

Информационно-аналитическая оценка публикационной активности по проблеме взаимосвязи способов совладающего поведения и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19) (анализируемый период с 2019 по 2021 гг.) не выявила ни одной научной публикации. Вместе с тем мировые масштабы коронавирусного заболевания 2019 (COVID-19) и его негативное психологическое влияние на все население, а также стрессовая природа самого

психического выгорания актуализируют данную проблему.

Волонтеры-медики в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности подвержены психическому выгоранию, о чем свидетельствует его средний диагностируемый уровень выраженности.

Доминирующими способами совладания с трудностями профессионально ориентированной волонтерской деятельности (в период пандемии COVID-19) выступают «Самоконтроль», «Планирование решения проблемы» и «Положительная переоценка». Волонтерам-медикам важно уметь контролировать собственные эмоции и продумывать действия для качественной оценки ситуации, планировать этапы оказания поддержки и помощи, выбирать наиболее благоприятные стратегии поведения, рефлексировать комментарии благополучателей. Среди используемых копинг-стратегий такие, как «Самоконтроль», «Положительная переоценка» и «Бегство-избегание» способствуют снижению самооценки профессиональной компетентности и успешности, а «Дистанцирование» и «Поиск социальной поддержки», наоборот, – её повышению.

Полученные результаты являются основанием в разработке системы коррекционно-профилактических мероприятий по преодолению психического выгорания и определяют перспективы дальнейшего изучения механизмов совладающего поведения в зависимости от пола и длительности стажа профессионально ориентированной волонтерской деятельности волонтеров-медиков при оказании помощи в условиях пандемии COVID-19.

Список литературы

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/820b4ecd6532a57dd0ff9871cd58c7e0e4542eec/#dst100694 (дата обращения: 01.08.2021).
2. Шкрумяк А.Р., Ананченкова П.И. Медицинское волонтерство в социально-ориентированной практике студентов-медиков в период пандемии COVID-19 // Проблемы стандартизации в здравоохранении. 2020. № 11-12. С. 73-78.
3. Молчанова Л.Н. Проблемы выгорания волонтеров в отечественных и зарубежных исследованиях: приоритетные научно-исследовательские направления // Региональный вестник. 2021. № 1 (57). С. 31-34.
4. Крюкова Т.Л. Стили совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях // Журнал практического психолога. 2010. № 2. С. 3–22.
5. Субботина Р.А., Акопян А.Н., Баксанский О.Е. Особенности копинг-поведения в юношеском возрасте на примере студентов медицинского вуза // Коллекция гуманитарных исследований. 2018. №4(13). С. 75-86.
6. Молчанова Л.Н., Малихова Л.Н., Лежепёков А.Н. Влияние стресс-преодолевающего поведения на эмоциональное выгорание педагогов, работающих с детьми, имеющими особые образовательные потребности // Перспективы науки и образования. 2020. № 2 (44). С. 317-326.
7. Шевченко А.А. Специфика совладающего поведения лиц с психическим выгоранием // Мир науки. 2016. Т. 4, № 3. С. 36.
8. Горбанева М.В. Стресс в работе студентов-волонтеров // Молодой ученый. 2019. № 2-1 (240). С. 10-13.
9. Мищенко В.Ф., Мозолевская Н.В., Соколов Ю.В. Изучение копинг-стратегий волонтеров отделения паллиативной помощи // Смальта. 2019. № 2. С. 34-40.
10. Системообразующие факторы личности студентов, занимающихся добровольческой деятельностью / О.А. Бокова, И.В. Григоричева, И.С. Рыбина и др. // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2018. Т. 8, № 5. С. 91-106.
11. Оконешникова Г.Е., Ковтун Т.Ю. Тревожность волонтеров во время эпидемиологической ситуации // Воспитание и обучение детей народов Севера в контексте индигенного подхода: сборник материалов Международной научно-практической конференции / под ред. Н.Д. Неустроева. 2020. С. 68-70.
12. Василенко Т.Д., Есенкова Н.Ю., Селин А.В. Мотивационно-смысловая сфера личности студентов-волонтеров, работающих в условиях пандемии COVID-19 // Современные вызовы для медицинского образования и их решения: сборник Материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 86-й годовщине Курского государственного медицинского университета / под ред. В.А. Лазаренко [и др.]. Курск, 2021. С. 453-456.
13. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2008. 358 с.
14. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93-112.
15. Beal Lisa. Burnout, Social Support, and Coping in Crisisline Volunteers // Honors Projects. 1994. P. 107.
16. Claxton-Oldfield Stephen. Hospice Palliative Care Volunteers: A Review of Commonly Encountered Stressors, How They Cope With them, and Implications for Volunteer // American

Journal of Hospice and Palliative Medicine. 2015. vol. 33(2). Pp. 201-204. <https://doi.org/10.1177/1049909115571545>

17. Essex Beth, Lisa Benz Scott. Chronic stress and associated coping strategies among volunteer EMS personnel // *Prehospital Emergency Care*. 2008. Vol. 12, no 1. Pp. 69-75. <https://doi.org/10.1080/10903120701707955>

18. Roche A., Ogden J. Predictors of burnout and health status in Samaritans' listening volunteers // *Psychology health & medicine*. 2017. Vol. 22(10), Pp. 1169-1174. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1280176>

References

1. *Konstituciya Rossijskoj Federacii (prinyata vsenarodnym golosovaniem 12.12.1993 s izmeneniyami, odobrennymi v hode obshcherossiyskogo golosovaniya 01.07.2020)* [The Constitution of the Russian Federation (adopted by popular vote on 12.12.1993 with amendments approved during the all-Russian vote on 01.07.2020)]. Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/820b4ecd6532a57dd0ff9871cd58c7e0e4542eec/#dst100694 (accessed 01.08.2021).

2. Shkrumyak A.R., Ananchenkova P.I. Medicinskoe volonterstvo v social'no-orientirovannoj praktike studentov-medikov v period pandemii COVID-19 [Medical volunteering in the socially-oriented practice of medical students during the COVID-19 pandemic]. *Problemy standartizacii v zdravooohranenii = Problems of Standardization in Healthcare*, 2020, no. 11-12, pp. 73-78.

3. Molchanova L.N. Problemy vygoraniya volonterov v otechestvennyh i zarubezhnyh issledovaniyah: prioritetye nauchno-issledovatel'skie napravleniya [Problems of volunteer burnout in domestic and foreign research: priority research areas]. *Regional'nyj vestnik = Regional Bulletin*, 2021, no. 1 (57), pp. 31-34.

4. Kryukova T.L. Stili sovladayushchego povedeniya v trudnyh zhiznennyh situatsiyah [Styles of coping behavior in difficult life situations]. *Zhurnal prakticheskogo psihologa = Journal of a practical psychologist*, 2010, no. 2, pp. 3-22.

5. Subbotina R.A., Akopyan A.N., Baksanskij O.E. Osobennosti koping-povedeniya v yunosheskom vozraste na primere studentov medicinskogo vuza [Features of coping behavior in adolescence on the example of medical university students]. *Kollekciya gumanitarnykh issledovanij = Collection of Humanitarian Studies*, 2018, no. 4(13), pp. 75-86.

6. Molchanova L.N., Malihova L.N., Lezhpyokov A.N. Vliyanie stress-preodolevayushchego povedeniya na emocional'noe vygoranie pedagogov, rabotayushchih s det'mi, imeyushchimi osoby obrazovatel'nye potrebnosti [The influence of stress-overcoming behavior on the emotional burnout of teachers working with children with special educational needs]. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Prospects of Science and Education*, 2020, no. 2 (44), pp. 317-326.

7. Shevchenko A.A. Specifika sovladayushchego povedeniya lic s psicheskim vygoraniem [Specifics of coping behavior of persons with mental burnout]. *Mir nauki = The World of science*, 2016, vol. 4, no. 3, pp. 36.

8. Gorbaneva M.V. Stress v rabote studentov-volonterov [Stress in the work of student volunteers]. *Molodoj uchenyj = Young Scientist*, 2019, no. 2-1 (240), pp. 10-13.

9. Mishchenko V.F., Mozolevskaya N.V., Sokolov Yu.V. Izuchenie koping-strategij volonterov otdeleniya palliativnoj pomoshchi [Studying coping strategies of palliative care department volunteers]. *Smal'ta = Smalta*, 2019, no. 2, pp. 34-40.

10. Bokova O.A., Grigorieva I.V., Rybina I.S. eds. Sistemoobrazuyushchie faktory lichnosti studentov, zanimayushchihsya dobrovol'cheskoj deyatel'nost'yu [System-forming factors of

the personality of students engaged in volunteer activities]. *Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* = *Bulletin of the Novosibirsk State Pedagogical University*, 2018, vol. 8, no. 5, pp. 91-106.

11. Okonshnikova G.E., Kovtun T.Yu. *Trevozhnost' volonterov vo vremya epidemiologicheskoy situatsii* [Anxiety of volunteers during the epidemiological situation]. *Vospitanie i obuchenie detej narodov Severa v kontekste indigennogo podhoda. Sbornik materialov Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii* [Education and training of children of the peoples of the North in the context of the indigenous approach. Collection of materials of the International scientific and Practical Conference]; ed. by. N.D. Neustroeva, 2020, pp. 68-70.

12. Vasilenko T.D., Esenkova N.YU., Selin A.V. [Motivational and semantic sphere of personality of volunteer students working in the conditions of the COVID-19 pandemic]. *Sovremennye vyzovy dlya medicinskogo obrazovaniya i ih resheniya. Sbornik Materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferencii, posvyashchennoj 86-j godovshchine Kurskogo gosudarstvennogo medicinskogo universiteta* [Modern challenges for medical education and their solutions. Collection of Materials of the International scientific and Practical Conference dedicated to the 86th anniversary of Kursk State Medical University]; ed. by V.A. Lazarenko. Kursk, 2021, pp. 453-456 (In Russ.).

13. Vodop'yanova N.E., Starchenkova E.S. *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. St. Petersburg, Piter Publ., 2008. 358 p.

14. Kryukova T.L., Kuftyak E.V. Oprosnik sposobov sovladaniya (adaptatsiya metodiki WCQ) [Questionnaire of coping methods (adaptation of WCQ methodology)]. *Zhurnal prakticheskogo psihologa* = *Journal of a Practical Psychologist*, 2007, no. 3, pp. 93-112.

15. Beal Lisa. Burnout, Social Support, and Coping in Crisisline Volunteers. *Honors Projects*, 1994, p. 107.

16. Claxton-Oldfield Stephen. Hospice Palliative Care Volunteers: A Review of Commonly Encountered Stressors, How They Cope With them, and Implications for Volunteer. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, 2015, vol. 33(2), pp. 201-204. <https://doi.org/10.1177/1049909115571545>

17. Essex Beth, Lisa Benz Scott. Chronic stress and associated coping strategies among volunteer EMS personnel. *Prehospital Emergency Care*, 2008, vol. 12, no 1, pp. 69-75. <https://doi.org/10.1080/10903120701707955>

18. Roche A., Ogden J. Predictors of burnout and health status in Samaritans' listening volunteers. *Psychology health & medicine*, 2017, vol. 22(10), pp. 1169-1174. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1280176>

Информация об авторах / Information about the Authors

Молчанова Людмила Николаевна, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет, Курск, Российская Федерация
e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru
ORCID: 0000-0001-6309-1825
Researcher ID: AAF-9625-2019

Lyudmila N. Molchanova, Doctor of Psychological Sciences, Professor Department of Psychology of Health and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation
e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru
ORCID: 0000-0001-6309-1825
Researcher ID: AAF-9625-2019

Блинова Кристина Викторовна, аспирант кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет, г. Курск, Российская Федерация
e-mail: sam.meteorit@yandex.ru

Kristina V. Blinova, Post-Graduate Student, Department of Health Psychology and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation
e-mail: sam.meteorit@yandex.ru