

УДК 159.943:159.923:378.648.2

Перфекционизм и уровень стрессового состояния у клинических ординаторов разных специальностей

Башкина Ольга Александровна

Доктор медицинских наук, профессор,
ректор, завкафедрой факультетской педиатрии,
Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: bashkina1@mail.ru

Шаповалова Марина Александровна

Доктор медицинских наук, профессор,
проректор по последипломному образованию,
завкафедрой экономики и управления здравоохранением
с курсом последипломного образования,
Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: mshap67@gmail.com

Абдуллаева Алия Салаватовна

Кандидат психологических наук,
доцент кафедры экономики и здравоохранения
с курсом последипломного образования,
Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Аннотация

В статье показаны результаты проведенного эмпирического исследования оценки уровня перфекционизма и стрессового состояния врачей-ординаторов разных специальностей с целью разработки превентивных мероприятий и своевременной психологической подготовки молодых врачей. В исследовании приняли участие клинические ординаторы второго года обучения в количестве 88 человек по специальностям «Хирургия» и «Терапия» в возрасте от 23 до 30 лет, проходящих обучение в ординатуре в ФГБОУ ВО «Астраханский ГМУ» Минздрава России. Применялись две психодиагностические методики: 1) многомерная шкала перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS) Хьюитт П., Флетт Г. (в рос. адаптации Грачева И.И.); 2) Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (в рос. адаптации А.А. Золотарева). Статистическая обработка данных была произведена с помощью U-критерия Манна-Уитни. Все респонденты были

разделены на две группы: с высоким и средним уровнем перфекционизма. Согласно полученным эмпирическим данным, у первой группы ординаторов с высоким уровнем перфекционизма сильнее выражено стрессовое состояние, тревога и депрессия. В третьей группе ординаторов со средним уровнем перфекционизма средние значения стрессового состояния. Возникает необходимость в разработке и организации психолого-педагогических мероприятий, нацеленных на студентов-медиков и ординаторов, чтобы оптимизировать их психологическое благополучие и профессиональную карьеру.

Для цитирования в научных исследованиях

Башкина О.А., Шаповалова М.А., Абдуллаева А.С. Перфекционизм и уровень стрессового состояния у клинических ординаторов разных специальностей // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 2А. С. 82-89.

Ключевые слова

Клинические ординаторы, перфекционизм, стрессовое состояние, тревога, стресс, психологическая подготовка, здоровье врача.

Введение

Актуальность исследования обусловлена необходимостью оценки уровня перфекционизма и стрессового состояния врачей-ординаторов разных специальностей с целью разработки превентивных мероприятий и своевременной психологической подготовки молодых врачей. Под перфекционизмом понимается стремление к безупречности при высоком уровне притязаний. Перфекционизм может быть как нормальным, так и патологическим. Медицинская деятельность является той сферой, где перфекционизм оказывает значительное влияние, поскольку деятельность врачей связана с жизнями пациентов. В исследованиях показано, что контроль уровня перфекционизма в процессе обучения необходим для лучшего понимания взаимосвязь между личностью и темпераментом, факторами окружающей среды [Билецкая, 2023; Гаранян, Андрусенко, Хломов, 2009; Голенков и др., 2020]. В исследовании Горьковой И.А., Билецкой М.В. [Горьковая, Билецкая, 2023] установлено, что у врачей-ординаторов психиатрического и неврологического профилей с разным уровнем общего перфекционизма отличаются когнитивным стилем. Соответственно, для того чтобы избежать ошибок, медицинские работники стремятся к высоким результатам, что напрямую оказывает на них психологическое давление и стресс. У большинства ординаторов с низким и средним уровнем перфекционизма отсутствует депрессия, тревога и стресс. В работе Романовой М.В. [Романова, 2018] определена взаимосвязь между социально-предписанным перфекционизмом и прокрастинацией, а также перфекционизмом, ориентированным на себя и различными уровнями прокрастинации. Зацепина О.А., Батурина Н.В. [Зацепина, Батурина, 2021] установили, что у студентов со средним уровнем выгорания имеется связь деперсонализации с перфекционизмом, что свидетельствует о важности межличностного общения в студенческой среде. Таким образом, исходя из теоретического анализа, можно сделать вывод о том, что перфекционизм приводит к различным психоэмоциональным нарушениям, таким как стресс, повышенный уровень тревожности, эмоциональное выгорание и т.д. Требуется особое внимание психоэмоциональному состоянию и эмоциональной стабильности медицинских работников. Возникает необходимость в разработке и организации психолого-педагогических

мероприятий, нацеленных на студентов-медиков и ординаторов, чтобы оптимизировать их психологическое благополучие и профессиональную карьеру.

Цель исследования: оценка уровня перфекционизма и стрессового состояния врачей-ординаторов хирургического и терапевтического профилей с целью разработки превентивных мероприятий и своевременной психологической подготовки молодых врачей.

Материалы и методы исследования

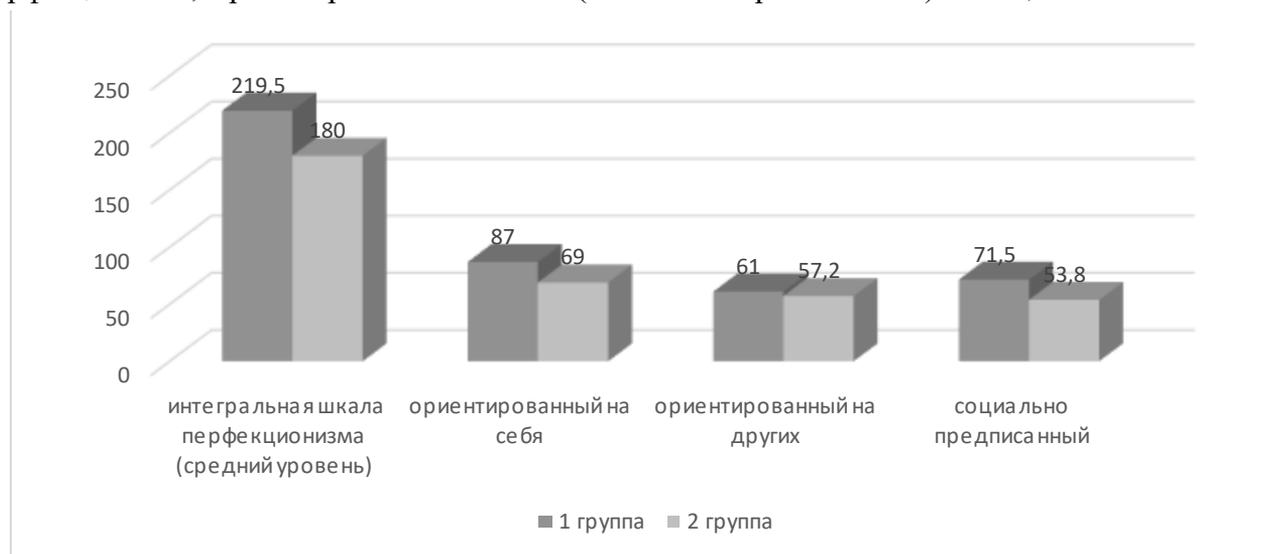
Клиническим ординаторам, обучающимся в ФГБОУ ВО «Астраханский государственный медицинский университет» Минздрава России, было предложено на основании анонимности и добровольности заполнить диагностические опросники. В исследовании приняли участие клинические ординаторы второго года обучения в количестве 88 человек по специальностям «Хирургия» и «Терапия» в возрасте от 23 до 30 лет, проходящих обучение в ординатуре в ФГБОУ ВО «Астраханский ГМУ» Минздрава России. Применялись две психодиагностические методики: 1) многомерная шкала перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS) Хьюитт П., Флетт Г. (в рос. адаптации Грачева И.И.) [Грачева, 2006; Многомерная шкала перфекционизма..., www]. Многомерная шкала перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS) разработана канадскими психологами П. Хьюиттом и Г. Флеттом для измерения уровня перфекционизма (то есть, стремления быть совершенным, безупречным во всем) и определения характера соотношения его составляющих у испытуемого. 2) Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (в рос. адаптации А.А. Золотарева) [Золотарева, 2021; Шкала депрессии, тревоги и стресса..., www]. Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) является одной из наиболее распространенных современных шкал психологического дискомфорта. Методика содержит три шкалы самоотчета, предназначенных для диагностики депрессии, тревоги и стресса. Статистическая обработка данных была произведена с помощью U-критерия Манна-Уитни и компьютерная программа Statistica Standart Version 21.0 [Сидоренко, 2010]. Все респонденты были разделены на две группы: с высоким и средним уровнем перфекционизма. Результаты исследования представлены в рисунках.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате анализа показателей по методике многомерной шкалы перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS) Хьюитт П., Флетт Г. (в рос. адаптации Грачева И.И.) респонденты были разделены на две группы: с высоким и средним уровнем перфекционизма (рисунок 1). Ординаторов с низким уровнем перфекционизма установлено не было.

По данным рисунка 1 у 36,6% ординаторов как хирургического, так терапевтического профиля отмечается высокий уровень перфекционизма (первая группа), 64,4% респондентов были отнесены во вторую группу со средним уровнем перфекционизма. В результате интерпретации полученных эмпирических данных по интегральным шкалам перфекционизма, в первой группе ординаторов показатели перфекционизма увеличиваются в сравнении со второй группой респондентов. В первой группе ординаторов с высоким уровнем перфекционизма установлены высокие значения по шкале «Перфекционизм, ориентированный на себя (self oriented perfectionism)» – 87,0%. Данный показатель отражает завышенные и нереалистичные требования, предъявляемые к себе, при высоких значениях такая личность склонна к самокритике, что, в свою очередь, делают невозможным принятие собственных

изъянов, недостатков и неудач. Кроме того, в первой группе установлены высокие значения по интегральной шкале «Социально-предписанный перфекционизм» (socially pre-scripted perfectionism) – 71,5%. Приданной шкале у такой личности присутствует убеждение, что другие предъявляют к субъекту нереалистичные требования, которым трудно, но необходимо соответствовать, чтобы заслужить одобрение и принятие. Во второй группе респондентов со средним уровнем перфекционизма было установлено высокое значение по шкале «Перфекционизм, ориентированный на себя (self oriented perfectionism)» – 69,0%.



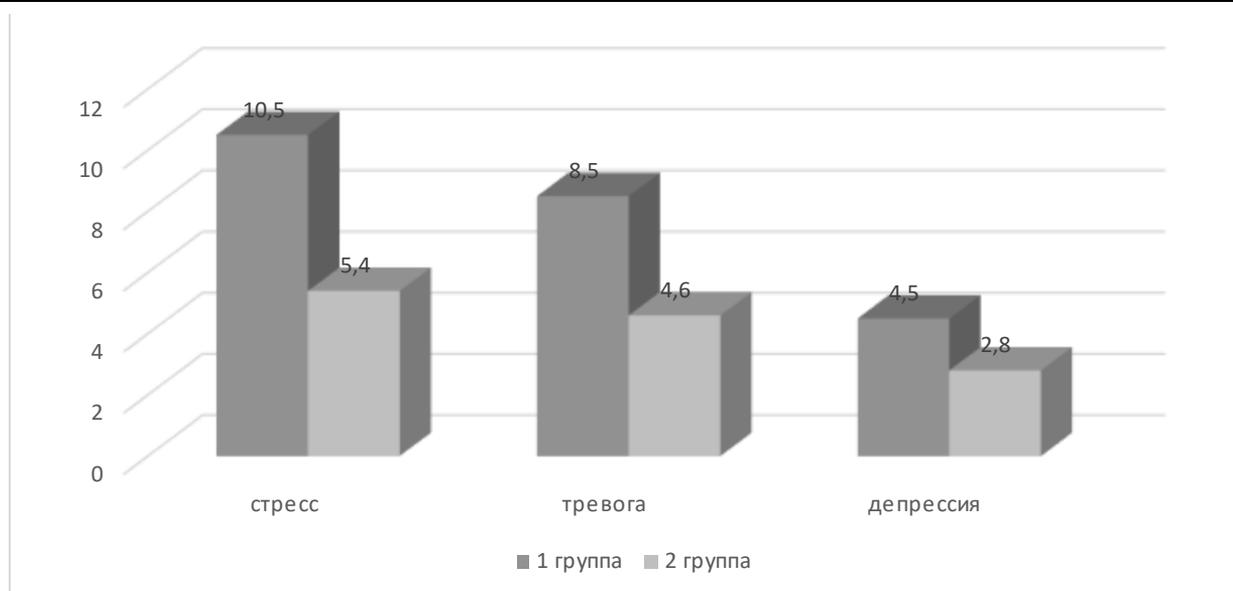
(составлено авторами по материалам исследования)

Рисунок 1 - Средние значения по многомерной шкале перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS) Хьюитт П., Флетт Г. (в рос. адаптации Грачева И.И.) у клинических ординаторов

Таким образом, высокий перфекционизм является патологическим и опасным для врачей, поскольку приводит к чрезмерному стрессу и эмоциональному выгоранию. Они могут постоянно беспокоиться о возможных ошибках и их последствиях.

Далее представлено распределение клинических ординаторов в зависимости от выраженности депрессии, тревоги и стресса внутри выделенных групп по методике «Шкала депрессии, тревоги и стресса» (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (в рос. адаптации А.А. Золотарева) (рисунок 2).

Как видно из рисунка 2, в первой группе ординаторов с высоким уровнем перфекционизма распределение степени выраженности эмоционального состояния выше в сравнении со второй группой ординаторов со средним уровнем перфекционизма. В первой группе шкала стресса была установлена в значении 10,5% (высокое значение), что свидетельствует о чувствительности к хроническому неспецифическому возбуждению и диагностирует трудности с расслаблением, нервное возбуждение и повышенную раздражительность. Шкала тревоги в первой группе ординаторов зафиксировано на высоком значении – 8,5%, что означает вегетативное возбуждение, напряжение скелетных мышц, ситуативную тревогу и субъективный опыт переживания тревожных состояний. Шкала депрессии в первой группе имеет низкое значение – 4,5%. Во второй группе ординаторов со средним уровнем перфекционизма выявлено отсутствие депрессии, тревоги и стресса, 2,8%; 4,6%; 5,4%, соответственно.



(составлено авторами по материалам исследования)

Рисунок 2 - Средние значения по шкале депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (в рос. адаптации А.А. Золотарева) у врачей-ординаторов

Таким образом, из результатов проведенного анализа, у врачей-ординаторов с высоким перфекционизмом имеют выраженные значения стресса и тревоги. Другими словами, постоянное стремление к совершенству влияет по высокий уровень стресса и тревогу у медицинских работников. Они могут постоянно беспокоиться о возможных ошибках и их последствиях.

Таблица 1 - Депрессия, тревога и стресс у клинических ординаторов с разным уровнем перфекционизма

№ п/п	психологические показатели	ординаторы первой группы	ординаторы второй группы	P<
1	стресс (шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond)	10,5±0,29	5,4±0,19	0,000
2	тревога (шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond)	8,5±0,46	4,6±0,35	0,002

(составлено авторами по материалам исследования)

Примечания: Достоверные различия при $p \leq 0,05$: * - достоверные различия между показателями двух групп

Согласно таблице 1, существуют статистически значимые различия по двум шкалам между группой ординаторов с высоким уровнем перфекционизма и группой со средним уровнем перфекционизма. Показатели стресса и тревоги достоверно выше в первой группе респондентов ($p < 0,05$).

Таким образом, на данном этапе профессиогенеза ординаторы предъявляют высокие требования к себе, высокое стремление к самосовершенствованию в освоении новой профессии, а также склонность к самокритике. Среди практических рекомендаций необходимо выделить

следующее: 1) обучение управлению стрессом: медицинские работники могут изучить методы управления стрессом, такие как медитация, эриксоновский гипноз, глубокое дыхание, чтобы снизить уровень эмоционального напряжения; 2) развитие профессиональной самооценки: медицинские работники могут работать над развитием своей профессиональной самооценки и принятием того факта, что ошибки иногда бывают их неотъемлемой частью.

Заключение

Согласно полученным эмпирическим данным, у первой группы ординаторов с высоким уровнем перфекционизма сильнее выражено стрессовое состояние, тревога и депрессия. Во второй группе ординаторов со средним уровнем перфекционизма средние значения стрессового состояния. Возникает необходимость в разработке и организации психолого-педагогических мероприятий, нацеленных на студентов-медиков и ординаторов, чтобы оптимизировать их психологическое благополучие и профессиональную карьеру.

Библиография

1. Билецкая М.В. Взаимосвязь перфекционизма и эмпатии у врачей-ординаторов психиатрического и неврологического профилей // Педиатр. 2023. Т. 14. № 5. С. 107-114.
2. Гаранян Н.Г., Андрусенко Д.А., Хломов И.Д. Перфекционизм как фактор студенческой дезадаптации // Психологическая наука и образование. 2009. Т. 14. № 1. С. 72-81.
3. Голенков А.В. и др. Перфекционизм и депрессия как факторы риска суицида студентов-медиков // Академический журнал Западной Сибири. 2020. Т. 16. № 3 (86). С. 23-25.
4. Горьковая И.А., Билецкая М.В. Перфекционизм, депрессия, тревога и стресс у врачей-ординаторов психиатрического и неврологического профилей // Вестник психотерапии. 2023. № 88. С. 5-13.
5. Грачева И.И. Адаптация методики «Многомерная шкала перфекционизма» П. Хьюитта и Г. Флетта // Психологический журнал. 2006. № 6. С. 73-89.
6. Зацепина О.А., Батурина Н.В. Взаимосвязь характеристик профессионального выгорания и перфекционизма у студентов // Мир педагогики и психологии. 2021. № 07 (60). С. 37-44.
7. Золотарева А.А. Психометрическая оценка русскоязычной версии шкалы депрессии, тревоги и стресса (DASS-21) // Психологический журнал. 2021. № 5. С. 80-88.
8. Многомерная шкала перфекционизма (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS). URL: <https://psytests.org/trait/mps.html>
9. Романова М.В. Связь перфекционизма и прокрастинации у студентов различных направлений подготовки // Russian Journal of Education and Psychology. 2018. Т. 9. № 7. С. 189-200.
10. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб.: Речь, 2010. 350 с.
11. Шкала депрессии, тревоги и стресса (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (в пос. адаптации А.А. Золотарева). URL: <https://psytests.org/depr/dass.html>

Perfectionism and the level of stress among clinical residents of different specialties

Ol'ga A. Bashkina

Doctor of Medicine, Professor, University Rector,
Head of the Department of Faculty Pediatrics,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: bashkina1@mail.ru

Marina A. Shapovalova

Doctor of Medicine, Professor,
Vice-Rector for Postgraduate Education,
Head of Department of Economics and Health Management
with a Postgraduate Course,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: mshap67@gmail.com

Aliya S. Abdullaeva

PhD in Psychology,
Senior Lecturer of Department of Economics and Health Management
with a Postgraduate Course,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Abstract

The article shows the results of an empirical study assessing the level of perfectionism and stress state of resident doctors of various specialties with the aim of developing preventive measures and timely psychological training of young doctors. The study involved 88 second-year clinical residents in the specialties of Surgery and Therapy, aged 23 to 30 years, undergoing residency training at the Astrakhan State Medical University of the Russian Ministry of Health. Two psychodiagnostic methods were used: 1) multidimensional perfectionism scale (MPS) Hewitt P., Flett G. (in Russian adaptation by Grachev I.I.); 2) Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (in Russian adaptation by A.A. Zolotarev). Statistical processing of the data was performed using the Mann-Whitney U test. All respondents were divided into two groups: with high and average levels of perfectionism. According to the empirical data obtained, the first group of residents with a high level of perfectionism has a more pronounced state of stress, anxiety and depression. In the third group of residents with an average level of perfectionism, the stress levels were average. There is a need to develop and organize psychological and pedagogical activities aimed at medical students and residents in order to optimize their psychological well-being and professional career.

For citation

Bashkina O.A., Shapovalova M.A., Abdullaeva A.S. (2024) Perfeksionizm i uroven' stressovogo sostoyaniya u klinicheskikh ordinatorov raznykh spetsial'nostei [Perfectionism and the level of stress among clinical residents of different specialties]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (2A), pp. 82-89.

Keywords

Clinical residents, perfectionism, stressful state, anxiety, stress, psychological preparation, doctor's health.

References

1. Biletskaya M.V. (2023) Vzaimosvyaz' perfektsionizma i empatii u vrachei-ordinatorov psikiatricheskogo i nevrologicheskogo profilei [The relationship between perfectionism and empathy in psychiatric and neurological residents]. *Pediatr* [Pediatrician], 14, 5, pp. 107-114.
2. Garanyan N.G., Andrusenko D.A., Khlomov I.D. (2009) Perfeksionizm kak faktor studencheskoi dezadaptatsii [Perfectionism as a factor of student maladjustment]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education.], 14, 1, pp. 72-81.
3. Golenkov A.V. et al. (2020) Perfeksionizm i depressiya kak faktory riska suitsida studentov-medikov [Perfectionism and depression as risk factors for suicide of medical students]. *Akademicheskii zhurnal Zapadnoi Sibiri* [Academic Journal of Western Siberia], 16, 3 (86), pp. 23-25.
4. Gor'kovaya I.A., Biletskaya M.V. (2023) Perfeksionizm, depressiya, trevoga i stress u vrachei-ordinatorov psikiatricheskogo i nevrologicheskogo profilei [Perfectionism, depression, anxiety and stress among psychiatric and neurological residents]. *Vestnik psikhoterapii* [Bulletin of Psychotherapy], 88, pp. 5-13.
5. Gracheva I.I. (2006) Adaptatsiya metodiki «Mnogomernaya shkala perfektsionizma» P. Kh'yuita i G. Fletta [Adaptation of the "Multidimensional Perfectionism Scale" method by P. Hewitt and G. Flett]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 6, pp. 73-89.
6. *Mnogomernaya shkala perfektsionizma (Multidimensional Perfectionism Scale, MPS)* [Multidimensional Perfectionism Scale (MPS)]. Available at: <https://psytests.org/trait/mps.html> [Accessed 02/02/2024]
7. Romanova M.V. (2028) Svyaz' perfektsionizma i prokrastinatsii u studentov razlichnykh napravlenii podgotovki [The connection between perfectionism and procrastination among students of various fields of study]. *Russian Journal of Education and Psychology*, 9, 7, pp. 189-200.
8. *Shkala depressii, trevogi i stressa (Depression Anxiety and Stress Scale, DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (v ros. adaptatsii A.A. Zolotareva)* [Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) S. Lovibond, P. Lovibond (in Russian adaptation by A.A. Zolotarev)]. Available at: <https://psytests.org/depr/dass.html> [Accessed 02/02/2024]
9. Sidorenko E.V. (2010) *Metody matematicheskoi obrabotki v psikhologii* [Methods of mathematical processing in psychology]. St. Petersburg: Rech' Publ.
10. Zatsepina O.A., Baturina N.V. (2021) Vzaimosvyaz' kharakteristik professional'nogo vygoraniya i perfektsionizma u studentov [The relationship between the characteristics of professional burnout and perfectionism among students]. *Mir pedagogiki i psikhologii* [World of Pedagogy and Psychology], 07 (60), pp. 37-44.
11. Zolotareva A.A. (2021) Psikhometricheskaya otsenka russkoyazychnoi versii shkaly depressii, trevogi i stressa (DASS-21) [Psychometric evaluation of the Russian version of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21)]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 5, pp. 80-88.