

УДК: 316.6

DOI: 10.25629/НС.2023.03.07

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19

Башилова-Селезнева Е.В.

Волгоградский государственный университет

Городская клиническая больница скорой медицинской помощи № 25

Аннотация. В статье показана необходимость и инструменты психологического сопровождения всех категорий медицинского персонала в условиях коронавирусной инфекции, которая повлекла за собой ухудшение психического здоровья медиков в результате их деятельности в сложных условиях.

Ключевые слова: пандемии COVID-19, медицинский персонал, психологическое сопровождение, психическое здоровье.

Введение

Сегодня человечество столкнулось с новым большим вызовом, масштабные последствия которого уже наблюдаются во всех сферах жизнедеятельности современного общества. Специфика распространения новой пандемии COVID-19 предопределила введение ряда ограничительных и превентивно-профилактических мер, направленных на снижение рисков заражения населения. Вместе с тем как коронавирусная инфекция, так и принятые меры, направленные на борьбу с ней, стали катализаторами существенных структурных изменений социального, психологического и экономического характера. В период пандемии COVID-19 деятельность медицинского персонала не просто усложняется, а требует от данной категории работников высокого профессионализма, самоотверженности, самоотдачи и повышенной стрессоустойчивости [1]. Психологическое сопровождение медицинских работников особенно актуально, т.к. от их эмоционального, общего психического состояния зависит качество оказываемой населению медицинской помощи.

Краткий обзор литературы

Тема психологического сопровождения вообще, медицинских работников, в частности не нова. Внимание к данной проблеме возникло еще в конце 90-х годов XX века и первой четверти XXI века, но сосредоточено оно было в рамках различных врачебных специализаций (онколог, стоматолог, кардиолог и т.п.) [2]. Значимость психологического сопровождения людей, в т.ч. медиков в условиях пандемии нашла свое подтверждение в многочисленных научных изысканиях, еще до начала коронавирусной инфекции, сегодня данная проблема находится в центре внимания психологов.

Методы

научное познание, аналитический обзор разных источников и литературы, анализ имеющихся в открытых источниках информации.

Результаты и их обсуждение

Возникающие социальные и психологические проблемы в системе здравоохранения обостряются в разы. Сегодня в медицине присутствует модель отношений, которая базируется на этической доктрине «информированного согласия» и ориентированная на «клиент-ориентированный подход», т.е. взаимодействие врача и пациента. Указанная модель все еще входит в

конфликт с традицией – нозоцентрической модели в основе, которой находится взаимодействие в системе врач – болезнь (субъект – объект), что усложняет работу медицинского персонала [3, с.4]. Это происходит по ряду причин, среди которых:

- отсутствие четкого коммуникативного пространства между участниками лечебного процесса (врача и пациента);

- отсутствие эффективного взаимодействия врача с самим собой, сомнения, которые не позволяют в полной мере опираться на собственные потенциальные возможности;

- представления врача о пациенте как пассивном участнике лечения, который только выполняет его предписания и не может судить о назначениях, манипуляциях, т.к. не компетентен в данных вопросах [3, с.5].

Усиление нагрузки практически на всех специалистов в здравоохранении, несомненно, негативно отражается на их психическом состоянии, так как в условиях эпидемии приходится работать не один месяц. И, не представляется возможным прогнозировать, как далее будут разворачиваться события в стране, мире.

Очевидным является то, что победить коронавирус, другие болезни, укрепить здоровье населения смогут те, медицинские работники, которые в состоянии преодолевать трудности, опираясь на внутреннюю дисциплину, самообладание, волю противостоять напряжению. И в этом деле особая роль отводится психологической поддержке, а зачастую и психологической помощи медикам.

С психологической точки зрения – сопровождать это значит осуществлять совместные действия с кем-либо. В данной ситуации – это сопровождение медицинских работников практическими психологами по осуществлению медиками своей профессиональной деятельности.

Как отмечает ряд авторов, сопровождение – деятельный процесс «предусматривает поддержку естественно развивающихся реакций, процессов и состояний личности» [4].

В случае эффективной организации психологического сопровождения, решаются не только определенные проблемы, возникающие в трудовой деятельности, но и появляются возможности личностного роста человека, профессионала для вхождения его «зону развития» ранее недоступной, которая позволяет ему двигаться дальше, поднимаясь на новую ступень [5, с. 18].

Психологическое сопровождение – это комплексная деятельность, включающая в себя следующие направления: психологический патронаж; интегративная технология для восстановления потенциала развития и саморазвития личности; бытийные отношений между сопровождающим и теми, кто нуждается в помощи.

Психологическое сопровождение медицинских работников – это деятельность, которая направлена на поддержание благоприятных условий лечебного процесса, через сохранение психологического благополучия врачей, среднего и младшего медицинского персонала и повышение их адаптивных возможностей [4].

Представим авторскую трактовку системы психологического сопровождения медперсонала – это комплекс мероприятий, направленный на их эмоциональную поддержку, профилактику депрессивных состояний и психологически безопасные варианты выхода из кризисных ситуаций, как индивида, так и трудового коллектива в целом.

Целью психологического сопровождения медицинских работников в период коронавирусной инфекции выступает, прежде всего, сохранение их психического здоровья в неблагоприятных условиях осуществления своих компетенций.

В учредительных документах ВОЗ психическое здоровье рассматривается как благополучие и возможности человека реализовать свои способности, противостоять стрессам и иным сложным жизненным ситуациям, эффективно трудиться, внося свой вклад на благо не только своего коллектива, семьи, но и общества в целом [6].

Задачи психологической поддержки медработников представлены на рис. 1.



Рисунок 1 – Система задач психологической поддержки медработников

Указанный список задач не является исчерпывающим и может изменяться в зависимости от условий труда медиков в определенный момент, например, когда присутствует пик пандемии или его спад, медицинская организация получает дополнительные средства защиты, у населения вырабатывается коллективный иммунитет под влиянием прививочной компании и т.п.

Отметим, что психологическая поддержка медиков должна носить системный характер и опираться на комплекс имеющихся средств. Инструментарий психологического сопровождения персонала, представлен на рис. 2.

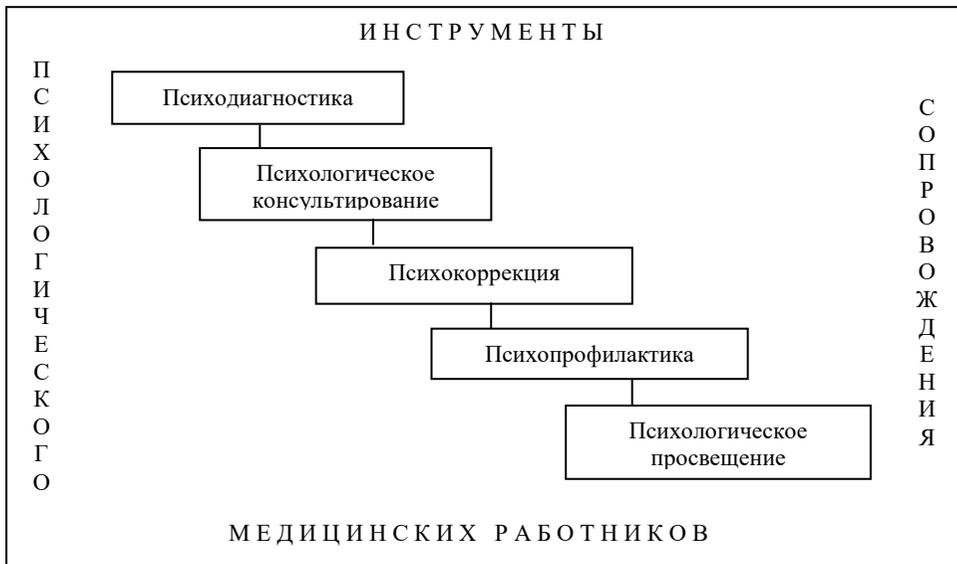


Рисунок 2 – Инструменты психологического сопровождения медицинских работников

Первоначальным этапом психологической поддержки сотрудников выступает диагностика, которая направлена как на оценку личностных качеств человека, так и его реакций на работу в неблагоприятных условиях и определения используемых им стратегий копинга в условиях пандемии.

Следовательно, психодиагностика только тогда будет полной, когда психолог представляет полную картину оценки эмоционально-волевой сферы и личности сотрудников, его психологический статус и коллектива в целом в динамике на протяжении обычно года.

Психодиагностика медицинских работников имеет ряд специфических черт.

1. Сугубо практический характер, в отличие от научно-исследовательских задач психодиагностики. Основная задача: выявить причину конкретного психического явления, разработать рекомендации по выходу из трудной ситуации и устранить имеющиеся деструктивные изменения (если таковые определены).

2. Психодиагностика в медицинской организации тесно связана с профессиональной проблематикой (контроль состояния динамики психического состояния медиков, и коррекцию с целью создания возможностей и условий для работы в условиях пандемии).

3. Специфика психодиагностики в том, перед практическим психологом стоит задача определения того, как конкретный медработник осуществляет свои обязанности, участвует в социальных отношениях с другими.

Очевидно, в диагностике значимым выступает выделение психологической проблемы, оптимальный подбор методики исследования, получение полной информации, её анализ и соответствующие выводы. Это позволит в дальнейшем разработать и предложить профилактические или коррекционные мероприятия. Нами были изучены общие аспекты психодиагностики, результаты которых касаются населения, а, следовательно, и медиков.

Наиболее часто в качестве инструментария исследования психического состояния врачей, среднего медицинского персонала применяются опросники «Большая пятерка» (Costa, McCrae, 1992) [7], HEXACO (Ashton, Lee, De Vries, 2014) [8], позволяющие смоделировать личностные черты сотрудников, которые отражают восприятие их друг другом в коллективе, Диагностика личности для выявления основных черт поведения в условиях коронавирусной инфекции в странах Северной Европы, показала склонность населения к обеспокоенности, нейротизму, растерянности (Zettler et al., 2021) [9]. Полномасштабные исследования, которые были проведены на базе 22 стран (Garbe, Rau, Torpe, 2020) подтвердили гипотезу о том, что чрезмерно эмоциональное восприятие населением пандемии приводит к хаотичности в их поведении [10].

Группой итальянских исследователей в 2022 году были получены данные свидетельствующие об общем ухудшении психического здоровья, очерчивая своего рода «психологический синдром COVID-19», характеризующийся повышенной тревогой, стрессом и депрессией, а также ухудшением самочувствия и качества сна [11]. Влияние COVID-19 на психологические аспекты не было одинаковым для всех. Отдельные социально-демографические переменные усугубили последствия пандемии для психического здоровья населения. В частности, работники здравоохранения, образования оказались наименее устойчивыми к последствиям пандемии [11]. Большая часть проведенных в условиях пандемии страновых исследований подтвердила факт того, что жителей захлестнули отрицательные эмоции, ведущие к нейротизму.

Относительно психического здоровья медицинских работников активный этап психодиагностики пришелся на 2020 год. Психологи НИИ скорой помощи им. Н.В. Склифосовского и специалисты Московского государственного психолого-педагогического университета (МГППУ) в это период проводили полномасштабные исследования, направленные на определение психологического состояния врачей во время пандемии COVID-19, и тех, кто работает в Красных зонах [12, с. 8-45]. Исследование проводилось через систему Google при использовании следующего инструментария психодиагностики: опросник профвыгорания К. Маслач (Maslach Burnout Inventory, MBI) адаптирован для медицинских работников Н.Е. Водопьяно-

вой и Е.С. Старченковой [13]; шкал депрессии А. Бека, оценки дистресса (Термометр дистресса) J. Holland и В. Vultz для определения эмоционального дискомфорта врачей [14]. В результате были получены данные, подтверждающие необходимость психологической помощи всем категориям медиков. Врачи и медицинские сестры, работающие с ковид-пациентами, показали высокую степень профессионального выгорания, эмоционального истощения и деперсонализации, склонности к депрессии, тревожности [15, с. 44-45].

Другое исследование, связанное с деятельностью медиков, было организовано и проведено на базе мобильного приложения «Справочник врача», объединяющий в себя почти миллион пользователей в России [16]. По опросу 2020 года более чем 2,8 тыс. респондентов из числа медработников в «красной зоне» работало более 600 участников опроса, т.е. практически каждый 5 сотрудник [16].

Отношение руководства лечебно-профилактических учреждений к рядовым сотрудникам оставляет желать лучшего, на претензии медиков, работающих с ковид-пациентами, они часто слышат фразу: «Не нравится – увольняйся», только чуть более 12% респондентов были полны сил, чтобы работать в таких сложнейших условиях. Все чаще медицинский персонал из-за усталости и перегрузок задумывался об увольнении – 58%, работающих в «красных зонах», готовы уволиться и медики из «зеленых зон» – около 40%, т.е. пандемия пагубно отразилась на всех работающих в медицинских организациях [17].

Medscape – международное медицинское онлайн-издание опубликовало национальный отчет «Эмоциональное выгорание медицинских работников. Осложнение депрессивных состояний из-за пандемии». В опросе приняли участие 13 тысяч американских врачей 29 специальностей [18]. Полученные данные свидетельствуют о том, что 60% медиков ощутили эмоциональное выгорание, 10% – стресс от лечения больных коронавирусной инфекцией, 24% медиков имели ярко выраженную клиническую депрессию, а различные признаки не диагностированной депрессии встречались у 64% респондентов [18].

По итогам опроса 2021 года медиков в России (более 500 человек) был выявлен факт того, что 87,7% респондентов посчитали необходимым психологическую поддержку врачей из-за усложняющихся условий работы [16]. Представляется, что данные, полученные в мае 2020 и за период 2021 года, будут иметь тенденцию к ухудшению из-за новых волн ковидной инфекции.

Следующий инструмент психологического сопровождения – это психологическое консультирование. Согласно Р. Нельсону-Джоунсу, психологическое консультирование, по своей сути, является видом отношений помощи. Сложным является вопрос о соотношении и разграничении психологического консультирования и психотерапии [19], мы добавим психокоррекцию.

Рассмотрим направления психологического консультирования и психокоррекции медицинских работников за рубежом и России. Отметим, что есть международные организации, которые занимаются проблемами психологического сопровождения медицинских работников, например, ассоциация психологических наук (Association for Psychological Science), которая разработает теоретический материал и дает практические рекомендации по данному направлению [20].

В странах Европейского союза (ЕС) и США психологическая помощь предоставляется, как правило, дипломированными психотерапевтами либо некоммерческими профильными общественными организациями психологов, научными государственными структурами в лице ассоциаций и объединений, например, Международной ассоциацией борьбы со стрессом (ISMA), филиалы которой представлены в странах Латинской Америки, США, Канаде, Индии, Гонконге, Франции, Японии, России и других странах. Психологическую поддержку медицинских работников, европейские и американские специалисты оказывают на основе схему трех R (рис.3).

В зарубежных медицинских организациях структуры, оказывающие психологическую поддержку медикам, отсутствуют, такие службы предусмотрены только для пациентов. В России сегодня практически в любом учреждении здравоохранения в штатном расписании предусмотрены должности клинического, социального психологов, которые оказывают психологическую поддержку медицинскому персоналу.

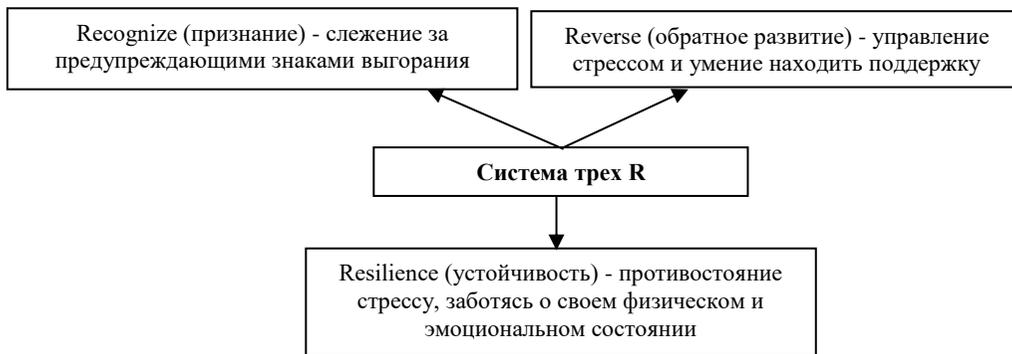


Рисунок 3 – Система трех R [21]

Сегодня в мире популярным инструментом борьбы с деструктивными проявлениями личности (профвыгоранием, дистрессом и т.п.) в организации выступает когнитивно-поведенческая психотерапия (cognitive behavioral therapy), предложенная Балинтом [22]. Присутствует Балинговская ассоциация в России (Ассоциация). Основные цели Ассоциации представлены на рис. 4.

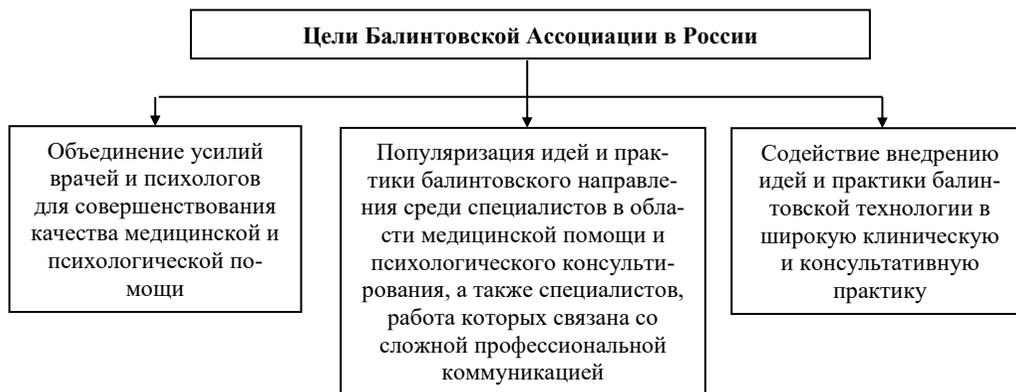


Рисунок 4 – Цели Балинговской Ассоциации в России [23]

Спецификой занятий в балинговских группах является не только обсуждение имеющихся проблем, обусловленных трудными жизненными ситуациями, но и различные психологические приемы, направленные на коррекцию поведения, которые позволяют определить в дальнейшем эффективные копинг-стратегии [24].

Представляется, что в условиях загрузки российских медицинских работников данный формат психокоррекции не исключен, но весьма проблематичен.

Научно-исследовательским институтом медицины труда РАМН разработаны методы, которые позволяют прогнозировать вероятность нарушения здоровья медработников от психоэмоциональных факторов трудового процесса и оценки риска развития профессиональной деятельности. В нашей стране принят стандарт «Эргономические принципы обеспечения адекватности умственной нагрузки» [25], который регулирует психическую нагрузку работников, указывая на недопустимость трудовой деятельности в условиях психического напряжения.

К сожалению, в Российской Федерации психологическое сопровождение медицинских работников пока регулируется только локально, что не дает нам возможность говорить о какой-либо системе психологического сопровождения медиков. Например, для данной категории ра-

ботников было издано два пособия «Рекомендации для медицинских работников, находящихся в условиях повышенных психоэмоциональных нагрузок в период пандемии COVID-19» [26] и «Пандемия COVID-19. Стресс-связанные последствия» [27], т.е. мы имеем дело не с практическими, а просветительско-информационными мероприятиями.

Психологическое сопровождение медицинских работников в условиях пандемии COVID-19 осуществляется в основном на уровне территорий отдельными учреждениями здравоохранения и консультационными службами (в основном онлайн).

Большинство врачей, работающих с ковидными пациентами, испытывают сильное эмоциональное напряжение и психологические трудности. Организацией семинаров для медработников занимается Благотворительный фонд «Кораблик» Морозовской больницы (Москва) с 2019 года организовал психологическую поддержку медицинских работников [28].

С 2020 года в Ивановской области действует Проект по оказанию правовой и психологической поддержки медицинским организациям и медицинским работникам в условиях пандемии COVID-19 [29].

Цель проекта: оказание правовой помощи медицинским организациям, правовой и психологической помощи медицинским работникам в условиях распространения пандемии коронавируса COVID-19, снижение социальной напряженности и профилактика профессионального выгорания среди медицинских работников, участвующих в оказании медицинской помощи больным, инфицированным коронавирусом.

Задачи проекта:

- проведение правового консультирования медицинских организаций, медработников по вопросам оказания медицинской помощи по профилактике, диагностике и лечению новой коронавирусной инфекции (COVID-19);
- проведение психологического консультирования медработников, работающих в условиях пандемии;
- создание информационной электронной платформы, где медицинские работники могли бы получать правовую и психологическую помощь;
- доведение до профессионального сообщества возможности электронной платформы в плане получения правовой и психологической помощи;
- проведение семинаров, вебинаров и других обучающих мероприятий для работников медицинских организаций.

Проект предусматривает мероприятия по правовому просвещению медицинских работников в форме индивидуальных консультаций, тренингов, семинаров; реализация мероприятий по психологической поддержке медработников в форме индивидуальных консультаций, тренингов, семинаров. Ожидаемые результаты – это обеспечение правовой поддержки медработников, санитарно-эпидемиологической безопасности в условиях пандемии; улучшение эмоционального фона и психологического климата среди медработников, участвующих в оказании медицинской помощи гражданам, инфицированным коронавирусом COVID-19.

В условиях пандемии в российских регионах в случае, если отсутствуют штатные психологи в МО, функционируют общегородские фонды и психологические службы психологической помощи медработников.

В Ступино (Московская область) с марта 2020 года запущен и успешно работает проект по психологической онлайн поддержке врачей и среднего медицинского персонала «Феникс». Помощь предоставляется всем нуждающимся медработникам в формате дистанционной консультации на безвозмездной основе. В проекте задействованы пять клинических психологов Ступинской ЦРКБ [30]. Психологи разработали памятку для медицинского персонала, где рассказали, в каких случаях стоит обратиться к психологу и как это сделать. Время онлайн-приема у психологов идет в вечерние часы, так как днем врачи и медсестры дежурят на работе. Консультации индивидуальные, как и методики. Все будет зависеть от того, с каким именно запросом обратится медработник [30].

Благотворительный фонд «Свет в руках» совместно Волгоградским областным центром медицинской профилактики усиливает поддержку медицинских специалистов. Психологи Фонда и Центра имеют квалификацию для оказания психологической поддержки медицинским работникам любых специальностей с целью снижения эмоционального напряжения, профилактики эмоционального выгорания, а также психологической разгрузки медработников в текущей напряженной обстановке [31].

Специалисты Фонда оказывают поддержку в онлайн формате: индивидуальных консультаций психологов для медицинских работников любых специальностей – 2 раза в неделю. Срочная консультация оказывается в чате сайта Фонда (www.lightinhands.ru) или по бесплатной телефонной линии Фонда.

Выводы и заключение

В условиях пандемии роль и необходимость психологического сопровождения медицинского персонала, несомненно, возрастает. Неблагоприятная санитарно-эпидемиологическая обстановка оказывает негативное влияние не только на условия труда медиков, но и на их психологическое здоровье, которое, как показали многочисленные исследования, имеет тенденцию к ухудшению. Медицинский персонал, выполняющий свои профессиональные обязанности, работает в условиях постоянного дистресса, страха быть инфицированным, что порождает профессиональное выгорание, депрессию, алармизм и другие негативные проявления, которые требуют принятия неотложных мер. Одной из таких мер выступает психологическое сопровождение.

Под системой психологического сопровождения медицинского персонала мы понимаем комплекс мероприятий, направленный на их эмоциональную поддержку, профилактику депрессивных состояний и психологически безопасные варианты выхода из кризисных ситуаций, как индивида, так и трудового коллектива в целом. Главной целью психологического сопровождения данной категории работников в период коронавирусной инфекции выступает сохранение их психического здоровья.

Инструментами психологического сопровождения выступают: психодиагностика, психоконсультирование, психокоррекция, психопрофилактика и психологическое просвещение.

В России психологическое сопровождение медиков имеет не такие ясные очертания, как за рубежом. Это скорее отдельные мероприятия, вызванные условиями пандемии. Психологическое сопровождение медицинских работников в нашей стране следует привести в систему на всех уровнях от федерального до регионального, локального. Только тогда можно будет говорить о ее эффективности. Игнорирование данного процесса может привести к разрушительным и невосполнимым последствиям.

Библиография

1. Правовая и психологическая поддержка медицинских работников и медицинских организаций в условиях пандемии COVID-19. URL: <https://xn--80afcdbalict6afooklqi5o.xn--p1ai/public/application/item?id=AA99E288-6E0B-428C-8B9D-EC998E7C6AB9> (дата обращения 29.09.2022).

2. Хусаинова И.Р., Каусова Г.К. Психологическое сопровождение медицинского персонала в онкологическом стационаре // Вестник Казахского Национального медицинского университета, 2016. URL: <https://cyberleninka.ru/article>. (дата обращения 29.09.2022).

3. Церковский, А.Л. Психологические основы профессиональной деятельности врача / А.Л. Церковский, В.П. Дуброва. - Витебск, ВГМУ, 2007. - С.4.

4. Расторгуева Т.И. Психологическое сопровождение деятельности медицинских работников (теоретический аспект) / Т.И. Расторгуева, Т.Н. Проклова // Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко, 2019. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskoe-soprovozhdenie-deyatelnosti-meditsinskih-rabotnikov-teoreticheskiy-aspekt> (дата обращения 02.10.2022).

5. Исхакова, Э.В. Основные аспекты психологического сопровождения медицинского персонала/ Э.В. Исхакова, И.П. Хусаинова // Онкология и радиология Казахстана. - 2016. - №1(39). - С.18-20.
6. Психическое здоровье. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>(дата обращения 02.10.2022).
7. Costa, P. T., & McCrae, R. R. Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1992. – URL: <https://www.scirp.org/>(дата обращения 02.10.2022).
8. Ashton, M. C., Lee, K., & de Vries, R. E. (2014). The HEXACO Honesty-Humility, agreeableness, and emotionality factors: A review of research and theory // Personality and Social Psychology Review. – 2014. - 18(2), pp. 139–152. –URL: <https://doi.org/10.1177/1088868314523838> (дата обращения 02.10.2022).
9. Zettler, I., Schild, C., Lilleholt, L., Kroencke, L., Utesch, T., Moshagen, M., Böhm, R., Back, M. D., & Geukes, K. The role of personality in COVID-19 related perceptions, evaluations, and behaviors: Findings across five samples, nine traits, and 17 Criteria // Social Psychological and Personality Science, 2021. – p.41.
10. Garbe, L.; Rau, R.; Toppe, T. Influence of perceived threat of COVID-19 and HEXACO personality traits on toilet paper stockpiling. PLoS ONE 2020, 15.
11. Viola Filindassi, Chiara Pedrini, Clarissa Sabadini, Mirko Duradoni, Andrea Guazzini Impact of COVID-19 First Wave on Psychological and Psychosocial Dimensions: A Systematic Review COVID 2022, 2(3), 273-340. –URL <https://www.mdpi.com/2673-8112/2/3/22/htm> (дата обращения 02.10.2022).
12. Петриков, С.С. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 / С.С. Петриков, А.Б. Холмогорова, А.Ю. Суроегина, О.Ю. Микита, А.П. Рой А.А. Рахманина // Консультативная психология и психотерапия. - 2020. - № 2, Т. 28. - С. 8-45.
13. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика: практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – Москва, Юрайт, - 2021. 299 с.
14. Holland J.C., Bultz B.D. The NCCN guideline for distress management: a case for making distress the sixth vital sign // Journal of the National Comprehensive Cancer Network. 2007. Vol. 5 (1). P. 3–7. –URL: [doi:10.6004/jnccn.2007.0003](https://doi.org/10.6004/jnccn.2007.0003) (дата обращения 02.10.2022).
15. Петриков, С.С. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 / С.С. Петриков, А.Б. Холмогорова, А.Ю. Суроегина, О.Ю. Микита, А.П. Рой, А.А. Рахманина // Консультативная психология и психотерапия. - 2020. - № 2, Т. 28. - С. 44-45.
16. Справочник врача. URL: <https://trashbox.ru/link/spravochnik-vracha-android>(дата обращения 02.10.2022).
17. Костарнова, Н. Врачи жалуются на выгорание и дефицит общественной поддержки / Н. Костарнова [Электронный ресурс]. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/5060180> (дата обращения 02.10.2022).
18. Medscape: в 2021 году 47% врачей в США испытали эмоциональное выгорание [Электронный ресурс]. – URL: <https://vademec.ru/news/2022/01/28/medscape-v-2021-godu-47-vrachey-v-ssha-ispytali-emotsionalnoe-vygoranie/> (дата обращения 02.10.2022).
19. Нельсон-Джоунс, Р. Теория и практика консультирования = The Theory and Practice of Counselling / Р. Нельсон-Джоунс, Ричард. – Санкт- Петербург.: Питер, 2019. – С.126-127.
20. American Psychological Association (APA). URL: <https://www.apa.org> (дата обращения 02.10.2022).

21. Smith M, Segal J, Segal R. Preventing Burnout Online. 2015. Cited on 07.11.2015. Available from. URL: <http://www.helpguide.org/articles/stress/preventing-burnout.htm> (дата обращения 05.10.2022).

22. Кобякова, О.С. Эмоциональное выгорание у врачей и медицинские ошибки. есть ли связь? / С. Кобякова, И.А. Деев, Е.С. Куликов и [др.] // Электронный научный журнал «Социальные аспекты здоровья населения»: URL: <http://vestnik.mednet.ru> (дата обращения 15.09.2022).

23. Балинтовская Ассоциация (Россия). Электронный ресурс]. URL: https://balint.ru/?page_id=191 (дата обращения 15.09.2022).

24. Скугаревская М. М. Диагностика, профилактика и терапия синдрома эмоционального выгорания. Минск: БГМУ; 2003. URL: <http://med.by/methods/pdf/160-1202.pdf> (дата обращения 15.09.2022).

25. ГОСТ Р ИСО 10075-1-2019 «Эргономические принципы обеспечения адекватности умственной нагрузки». URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200167488> (дата обращения 15.09.2022).

26. Рекомендации для медицинских работников, находящихся в условиях повышенных психоэмоциональных нагрузок в период пандемии COVID-19. –Москва, 2020. – 46 с.

27. Пандемия COVID-19. Стресс-связанные последствия. Учебное пособие для врачей. Издание второе, исправленное и дополненное. – Москва: ООО «Медицина-Информ», 2020. – 32 с.

28. В Морозовской больнице открывается группа психологической поддержки врачей. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.asi.org.ru/news/2019/01/21/v-morozovskoj-bolnitse-otkryvaetsya-gruppa-psihologicheskoy-podderzhki-vrachej>. (дата обращения 02.10.2022).

29. Правовая и психологическая поддержка медицинских работников и медицинских организаций в условиях пандемии COVID-19. [Электронный ресурс]. URL: <https://xn--80afcdbalict6afooklqi5o.xn--p1ai/public/application/item?id=AA99E288-6E0B-428C-8B9D-EC998E7C6AB9> (дата обращения 02.10.2022).

30. Проект, помогающий медикам справиться со стрессом, создали психологи Ступино. [Электронный ресурс]. URL: <https://mosregtoday.ru/soc/proekt-pomogayuschiy-medikam-spravit-sya-so-stressom-sozdali-psihologi-stupino> (дата обращения 02.10.2022).

31. Психологическая поддержка медицинским работникам! [Электронный ресурс]. URL: <http://vosmp.oblzdrav.ru/category/informaciya-dlya-med-rabotnikov> (дата обращения 02.10.2022).

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF MEDICAL WORKERS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Bashilova-Selezneva E.V.

Volgograd State University

City Clinical Emergency Hospital No. 25

Abstract. The article shows the need and tools for psychological support for all categories of medical personnel in the context of a coronavirus infection, which has led to a deterioration in the mental health of doctors as a result of their activities in difficult conditions.

Key words: COVID-19 pandemics, medical personnel, psychological support, mental health.