

ЗНАЧЕНИЕ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И НАВЫКОВ ПСИХОГИГИЕНЫ ПРИ ПОДГОТОВКЕ БУДУЩЕГО ВРАЧА

Королева А.В.

Россия, Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина
anna-valerevna@yandex.ru

Аннотация. Рассматриваются особенности профессиональной подготовки и будущей деятельности врача с точки зрения формирования важных личностных качеств и умений, необходимых для его личностно-профессиональной эффективности.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, будущий врач, эмоциональный интеллект, психические процессы, психогигиена, рефлексия.

В процессе профессионализации врача происходят значительные изменения не только в знаниевой сфере – усвоение общих и специальных компетенций, развивающихся на основе получаемых знаний, умений и навыков, но даже в большей степени в сфере мировоззрения. Как отмечает Р.М. Абдулгалимов: «Междисциплинарный характер медицины проявляется в сложном переплетении процессов дифференциации и интеграции естественнонаучных и социально-гуманитарных знаний уже в силу того, что этиология многих заболеваний выходит за рамки соматики, чему находится подтверждение, когда в ходе более глубокого и всестороннего изучения выявляются психические, личностные, социальные причины и условия возникновения заболеваний» [1, с. 4]. Специфика подготовки будущих медицинских работников заключается в изменении отношения к человеку, восприятие его в большей степени с точки зрения биологии. Однако в профессиональные обязанности врача входит не только лечение болезни, но и профилактическая работа по предупреждению развития заболеваний. И профилактическая работа и взаимодействие в процессе лечения требуют от врача наличия хорошо развитых навыков общения, одним из условий которого является эмпатия. Ключевым требованием к медицинскому работнику считается развитие у него гуманного отношения к больному и высокий уровень ответственности за свои действия [2]. В.М. Бехтерев писал: «Если больному не стало легче после разговора с врачом, значит, это плохой врач» [3, с. 68].

Игнорирование развития специальных психолого-педагогических компетенций, направленных на личностное развитие, развитие эмоционального интеллекта самого врача в процессе профессионализации может привести его к механическому отношению к профессии. Пациент при этом будет восприниматься как предмет профессиональной деятельности, лишенный субъектности, обезличенный индивид. Такой подход отрицает влияние психического состояния пациента на его лечение, ставит его в полностью зависимое от врача положение и автоматически снимает с него личную ответственность за собственное здоровье. Вместе с тем врач при таком подходе, напротив, полностью принимает всю ответственность за лечение пациента. То есть возникает классический вариант построения отношений по типу драматического треугольника С. Карпмана: пациент - жертва и преследователь, врач - спасатель и преследователь. Пациент может обвинять врача в неуспешности своего лечения, подчеркивая свою зависимость от него. Врач будет пытаться повысить эффективность лечения за счет собственных ресурсов и обвинять пациента, что тот не выполняет его предписания. Такая непродуктивная форма взаимодействия, воспроизводимая в среде, где и так специалист находится под высоким давлением ответственности, неизбежно приводит к снижению эмпатии, что, в свою очередь, значительно влияет на эмоциональную сферу. Эмоции же отвечают за пополнение психической энергии, мотивационную сферу, от которой зависит качество протекания психических процессов. Поэтому важное значение имеет развитие эмоционального интеллекта будущего врача.

Врачу для сохранения продуктивности профессиональной деятельности необходимо поддерживать высокую активность психических процессов. Его ощущение и восприятие нацелены на сбор первичной информации о симптомах, соединение которых в сфере воображения позволяет вызвать из долгосрочной памяти описания различных заболеваний, с учетом которых врач ставит предварительный диагноз и назначает дополнительные исследования. Результаты исследований дополняют общую картину заболевания и путем соединения всех данных также в сфере воображения посредством мышления ставится окончательный диагноз и назначается необходимое лечение.

Однако, психические процессы протекают как в сознательной, так и в бессознательной частях психики. Поэтому часть процессов скрыта от сознания и в него поступает только продукт, выработанный психическими процессами. Такое явление в психологии получило название «инсайт» или «интуитивная догадка». Академик А.Н. Колмогоров писал: «В развитии сознания современного человека аппарат формального мышления не занимает центрального положения. Это скорее некоторое вспомогательное вычислительное устройство, запускаемое в ход по мере надобности» [4, с. 15]. В деятельности врача интуиция имеет весомое инструментальное значение, так как является квинтэссенцией профессиональных врачебных диагностических и прогностических навыков (механизм которых был описан выше), закрепленной в качестве эффективных, но скрытых (автоматизированных) психических процессов. Современный исследователь роли интуиции в работе врача Ю.К. Абаев пишет: «Интуицию нельзя считать каким-то принципиальным отклонением от обычных путей постижения истины. Интуиция – продукт мысли и большого опыта. Она является закономерной формой их проявления, опосредованной логическим мышлением и практикой. Умение же «внезапно» угадывать истину объясняется наличием опыта и знаний, помноженных на ассоциативные способности» [5, с. 24]. Рассмотрением вопросов о роли и значения интуиции в профессиональной деятельности врача занимаются довольно много современных исследователей: Ю.К. Абаев, А.С. Селиванова, Э.В. Шайдурова, Г.А. Шеметов и др.

Результаты, публикуемые исследователями, свидетельствуют о необходимости уделять особое внимание у студентов при подготовке к профессиональной медицинской деятельности развитию совокупности психических процессов, а также навыкам и умениям эти процессы отслеживать и сознательно регулировать их протекание. Это позволит быстрее и качественнее выстроить индивидуальную профессиональную структуру умений и навыков, довести ее до автоматизма, но вместе с тем иметь возможность вносить необходимые корректировки посредством приращения профессиональных компетенций. Этот высокочувствительный процесс усугубляет большая степень ответственности за здоровье и жизнь человека, о которой уже упоминалось выше. Поэтому, чтобы быть в хорошей профессиональной форме, врачу необходимы, как мы полагаем, специфические навыки в области: эмоционального интеллекта; психогигиены; саморегуляции, развития и тренировки сферы психических процессов. Здесь очевидно возникает вопрос о первичности. С чего начинать или на что делать больший упор из перечисленного? Прибегнем к анализу сути и развития каждого навыка.

Эмоциональный интеллект формируется в процессе социализации путем научения ребенка взрослыми идентификации совокупности переживаемых им эмоций как чувства. Однако саморефлексия, на основе которой этот процесс строится, относится к интеллектуальной или мыслительной сфере. Поэтому возник и получил распространение термин «эмоциональный интеллект», подчеркивающий роль психических процессов в сфере эмоций (ранее же в психологической науке эти две сферы часто противопоставлялись). Он же отвечает и за понимание эмоционального состояния других людей, то есть за эмпатию. Современный исследователь в области влияния эмоционального интеллекта на деятельность врача Ю.С. Филатова подчеркивает: «Важно также владение врачом собственными эмоциями, способность сохранять уверенность, контролировать свои реакции и поведение в целом. Адекватная коммуникация предполагает правильное понимание больного и соответствующее реагирование на его поведение, которая так же включает в себя грамотное поведения в возникающих конфликтных ситуациях, посредством выбора ведущего типа реагирования в них» [6, с. 374]. В деятельности врача это так же важно для понимания того, насколько активно и адекватно пациент будет заниматься своим здоровьем, насколько он нуждается во внешней мотивации и поддержке для выздоровления.

Из приведенного анализа следует, что хотя эмоции и возникают в психике как первейшая психическая реакция, для ее использования или работы с ней необходим специальный психический процесс оценки и регулирования – эмоциональный интеллект. То есть изначально работать следует с научением пониманию и регуляции психических процессов, в частности: эмоций (занимают пограничное положение между психическими процессами и состояниями), ощущений, восприятия, памяти, мышления, воображения. Пример использования во врачебной деятельности этих процессов был описан выше. Психогигиена - это как раз те знания, умения и навыки, которые использует личность для регуляции протекания собственных психических процессов и отслеживания состояния среды, влияющей на них.

Л.Н. Лежепекова и Б.А. Якубов отмечают, что «причинами психологического кризиса в работе врача и «эмоционального выгорания» могут служить и негативные влияния среды. Сюда относятся: сложная психологическая атмосфера в коллективе, неблагоприятные условия работы (недостаточная обеспеченность диагностическими и лечебными средствами, чрезмерная нагрузка и т.д.), низкая моральная и материальная оценка результатов труда. Негативные последствия для психики и общего здоровья врача могут выражаться в нарастающей невротизации, психосоматических расстройствах и заболеваниях, увлечении психоактивными средствами, включая кофеин и табакокурение» [7, с 36]. Психогигиена помогает расставлять приоритеты в использовании психических ресурсов на основе рационального подхода. Главный принцип такого подхода: деятельность, на которую тратится ресурс, должна этот ресурс или восполнять или приумножать.

Конечно, существуют такие виды деятельности, при которых требуется большое количество ресурсов, но их возврат или приумножение отсрочен во времени, но и здесь правило рационального подхода так же работает. Согласно ему следует разделять большую проблему на отдельные задачи, но таким образом, чтобы решение каждой задачи приносило любую выгоду (материальную или нематериальную), причем эта выгода может не прямым образом проистекать из выполняемых действий, а представлять из себя «вознаграждение». Также психогигиена помогает мониторить собственные ресурсы и вовремя заботиться об организации процесса их пополнения через специальные действия. Для овладения навыками психогигиены необходимо понимать собственные психические процессы и состояния, общие и индивидуальные закономерности их протекания и развития, владеть инструментами управления ими. Таким образом, нам удалось путем анализа выявить один из вероятно эффективных способов развития личности будущего врача через последовательное обучение обнаружению, рефлексии и регулированию психических процессов, эмоционального интеллекта и психогигиене.

Литература

1. Абдулгалимов Р.М. Образовательный процесс в формировании мировоззрения будущего врача в медицинском вузе // Проблемы современного педагогического образования. Серия: Педагогика и психология. Ялта: РИОГПА, 2018. Вып. 59. Ч. 2. С. 4-6.
2. Коршунов Н.И., Филатова Ю.С., Яльцева Н.В., Речкина Е.В. Оценка большим некоторыми личностных качеств и эффективность терапии // Научно-практическая ревматология. 2007. № 2. С.77-80.
3. Ситдикова Г.Ф., Маринович Р.А., Костюшко В.В. Владимир Михайлович Бехтерев. Казань: Изд-во Казанского ун-та, 2003.
4. Колмогоров А.Н. Автоматы и жизнь // Кибернетика ожидаемая и кибернетика неожиданная. М.: Наука, 1968. С. 12-30.
5. Абаев Ю.К. Интуиция врача // Клиническая медицина. 2012. №12. С. 70-73.
6. Филатова Ю.С. Эмоциональный интеллект как фактор формирования духовности в процессе профессионализации врача терапевта // Духовно-нравственное развитие молодежи: междисциплинарная проблема XXI века / под ред. Г.С. Прыгина. Набережные Челны. 2016. № 5. С. 374 – 382.
7. Лежепекова Л.Н., Якубов Б.А. Вопросы психогигиены и психопрофилактики в работе практического врача. Л.: Медицина, 1977.