ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΣΤΡΕΣ ΣΕ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ. ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ.

Συμεού Μικαέλλα, Ευσταθίου Άντρη, Καϊτελίδου Δάφνη, Χαραλάμπους Γεώργιος, Γελαστοπούλου Ελένη.

Εισαγωγή: Το στρεσογόνο περιβάλλον εργασίας των νοσηλευτών δημιουργεί την ανάγκη ανάπτυξης συναισθηματικών ικανοτήτων τόσο για τη βελτίωση της εργασιακής απόδοσης όσο και για την καλή συναισθηματική υγεία των εργαζομένων.

Σκοπός: Η παρούσα εργασία αποσκοπεί στην διερεύνηση της επίδρασης της συναισθηματικής νοημοσύνης (ΣΝ) στο εργασιακό στρες των νοσηλευτών.

Μέθοδος: Πραγματοποιήθηκε συστηματική ανασκόπηση στις βάσεις δεδομένων PubMed, Science Direct, Cochrane Library, Wiley online Library και μέσω της μηχανής αναζήτησης Google Scholar από το 1985 μέχρι και το 2016 με τις λέξεις κλειδιά: «συναισθηματική νοημοσύνη», «νοσηλευτές», «εργασιακό στρες». Η αναζήτηση της βιβλιογραφίας πραγματοποιήθηκε μεταξύ 2/16-3/16. Κριτήρια ένταξης των μελετών ήταν η σαφής συσχέτιση ανάμεσα στην ΣΝ και το στρες στους νοσηλευτές, οι δημοσιεύσεις να είναι στην αγγλική και ελληνική γλώσσα και οι μελέτες να αφορούν επαγγελματίες νοσηλευτές.

Αποτελέσματα: Από τα 134 δημοσιευμένα άρθρα που εντοπίστηκαν τα 8 πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης στην παρούσα ανασκόπηση. Τα 7 αποτελούσαν συγχρονικές ποσοτικές έρευνες και ένα άρθρο παρεμβατική μελέτη. Βρέθηκε πως η ΣΝ των νοσηλευτών έχει άμεσο αντίκτυπο στον τρόπο αντιμετώπισης του στρες που βιώνουν, στρες αφού αποτελεί προστατευτικό παράγοντα. Πιο συγκεκριμένα η υψηλή ΣΝ βρέθηκε να σχετίζεται με χαμηλότερο στρες και λιγότερη επαγγελματική εξουθένωση. Η ανάπτυξη των δεξιοτήτων που σχετίζονται με την ΣΝ μπορεί να βοηθήσει τους εργαζόμενους να αντιμετωπίσουν πιο αποτελεσματικά τα συναισθήματά τους, και έτσι να μειωθεί άμεσα το εργασιακό στρες και κατ’ επέκταση οι κίνδυνοι που υπάρχουν για την υγεία τους.

Συμπεράσματα: Δεδομένου ότι η υψηλή ΣΝ μπορεί να βοηθήσει τους νοσηλευτές να αντιμετωπίζουν με μεγαλύτερη δεξιότητα τις διάφορες προκλήσεις αλλά και να μειώσουν το στρες, η επικέντρωση σε αυτή θα είναι προς όφελος των νοσηλευτών, των ασθενών, των εργοδοτών τους αλλά και ολόκληρου του συστήματος υγείας.