

RELAȚIA DINTRE MOTIVAȚIE ȘI STRESUL OCUPAȚIONAL AL ASISTENȚILOR MEDICALI

Diana Crivițchi

Conducător științific: Margareta Căraruș

Catedra de sănătate mintală, psihologie medicală și psihoterapie, USMF
„Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

Introducere. Asistenții medicali se confruntă zilnic cu provocări care le afectează motivația și sănătatea mintală ocupațională. Presiunea generată de volumul ridicat de muncă, lipsa resurselor, și lipsa recunoașterii profesionale contribuie la instalarea stresului ocupațional și a stărilor de epuizare psihică. **Scop.** Evidențierea principalilor factori care influențează nivelul de motivație și stres ocupațional în rândul asistenților medicali din sistemul sanitar actual din Republica Moldova. **Material și metode.** Lucrarea se bazează pe o revizuire a literaturii de specialitate utilizând surse științifice relevante accesate prin baze de date precum PubMed, Google Scholar și Academia.edu. Studiul este cantitativ, transversal, realizat prin aplicarea unui chestionar standardizat, folosind scale validate pentru motivație și stres ocupațional. **Rezultate.** Între 2015–2016, un studiu la SCM „Sf. Arhanghel Mihail” pe 205 asistenți medicali a arătat că 53% prezentau simptome psihosomatice (stres, depresie, insomnie) asociate stresului ocupațional. Cei mai afectați erau din grupa 41–50 ani, cu 31–40 ani vechime, în special cei care lucrau în ture. Un alt studiu a evidențiat că oboseală cronică (49%) și dereglările vegetative (44%) ca efecte ale stresului ocupațional, iar depresia (55%) și irascibilitatea (51%) ca reacții emoționale frecvente. Asistențele din mediul urban sunt mai expuse din cauza turelor de noapte, aglomerației, lipsei de personal, deși salariile pot fi un factor motivator. **Concluzii.** Relația dintre motivație și stresul ocupațional în rândul asistenților medicali este invers proporțională: când nivelul de stres crește, motivația scade. O bună echilibrare între cerințele profesionale și motivație este crucială pentru prevenirea burnoutului și asigurarea serviciilor de calitate. **Cuvinte-cheie:** stres ocupațional, sănătate mintală, asistent medical, motivare.

THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTIVATION AND OCCUPATIONAL STRESS OF NURSES

Diana Crivițchi

Scientific adviser: Margareta Căraruș

Department of Mental Health, Medical Psychology and Psychotherapy,
Nicolae Testemițanu University, Chișinău, Republic of Moldova

Introduction. Nurses face daily challenges that affect their motivation and occupational mental health. The pressure generated by high workload, lack of resources, and lack of professional recognition contribute to the installation of occupational stress and persistent states of severe mental exhaustion. **Objective.** Highlighting the main factors that significantly influence the level of motivation and occupational stress among nurses in the current healthcare system of the Republic of Moldova. **Material and methods.** The paper is based on a review of the specialized literature using relevant scientific sources accessed through databases such as PubMed, Google Scholar and Academia.edu. The study is quantitative, cross-sectional, conducted by applying a standardized questionnaire, using validated scales for motivation and occupational stress. **Results.** Between 2015–2016, a study at *St. Archangel Mihail* MCH on 205 nurses showed that 53% presented psychosomatic symptoms (stress, depression, insomnia) associated with occupational stress. The most affected were in the 41–50 age group, with 31–40 years of experience, especially those who worked in shifts. Another study highlighted chronic fatigue (49%) and vegetative disorders (44%) as effects of occupational stress, and depression (55%) and irritability (51%) as frequent emotional reactions. Nurses in urban areas are more exposed due to night shifts, crowding, and lack of staff, although salaries can be a motivating factor. **Conclusion.** The relationship between motivation and occupational stress among nurses is inversely proportional: when stress levels increase, motivation decreases. A good balance between professional demands and motivation is crucial for preventing burnout and ensuring quality services. **Keywords:** occupational stress, mental health, nurse, motivation.