DIMENSIUNI ALE STRESULUI OCUPAŢIONAL LA REZIDENŢII USMF „NICOLAE TESTEMIŢANU"

Alina Donici

Conducător ştiinţific: Margarita Cărăruş

Catedra de sănătate mintală, psihologie medicală şi psihoterapie, USMF „Nicolae Testemiţanu", Chişinău, Republica Moldova

Introducere. Rezidenţiatul este etapa formativă esenţială în cariera medicală, însă una dintre cele mai solicitante profesional şi emoţional. Rezidenţii se confruntă cu un volum crescut de muncă, responsabilităţi clinice, lipsa timpului personal, susţinere psihologică redusă, favorizând instalarea stresului ocupaţional. **Scop**. Evaluarea nivelului de stres ocupaţional în rândul rezidenţilor şi identificarea principalelor sale dimensiuni, în vederea propunerii unor măsuri de prevenire şi gestionare eficientă. **Material şi metode**. Studiul este realizat pe un lot de rezidenţi din diverse specialităţi şi an de rezidenţiat. Instrumentele utilizate sunt chestionare structurate, cu itemi adaptaţi din scala PSS-14 care analizează diferite dimensiuni ale stresului. Datele sunt analizate statistic, folosind indicatori de frecvenţă şi comparaţii între anul de rezidenţiat şi gen. **Rezultate**. Un studiu realizat pe un eşantion de 50 de medici rezidenţi din diferite specialităţi a evidenţiat că 64% dintre aceştia se confruntă cu un nivel ridicat de stres ocupaţional. Cele mai afectate dimensiuni au fost volumul mare de muncă, responsabilitatea deciziilor clinice şi dificultatea de a menţine un echilibru între viaţa profesională şi personală. Rezidenţii din primul şi ultimul an de pregătire medicală au înregistrat cele mai înalte scoruri ale stresului perceput. În acelaşi timp, un nivel mai crescut de inteligenţă emoţională a fost asociat cu un grad mai scăzut de stres, evidenţiind importanţa competenţelor de autoreglare emoţională. **Concluzii**. Stresul ocupaţional este frecvent întâlnit în rândul medicilor rezidenţi, influenţând negativ starea psihică şi performanţa profesională. Suportul emoţional, formarea în gestionarea stresului şi echilibrul muncă–viaţă sunt esenţiale pentru reducerea impactului stresului. **Cuvinte-cheie**: rezidenţi, stres ocupaţional, inteligenţă emoţională.

DIMENSIONS OF OCCUPATIONAL STRESS AMONG RESIDENTS OF *NICOLAE TESTEMIŢANU* UNIVERSITY

Alina Donici

Scientific adviser: Margarita Cărăruş

Department of Mental Health, Medical Psychology and Psychotherapy, *Nicolae Testemiţanu* University, Chişinău, Republic of Moldova

Introduction. Residency is the essential formative stage in a medical career, but one of the most professionally and emotionally demanding. Residents face an increased workload, clinical responsibilities, lack of personal time, and reduced psychological support, favoring the onset of occupational stress. **Objective**. Assessment of the level of occupational stress among residents and identification of its main dimensions, in order to propose effective prevention and management measures. **Material and methods**. The study is conducted on a group of residents from various specialties of residency. The instruments used are structured questionnaires, with items adapted from the PSS-14 scale that analyze different dimensions of stress. The data are analyzed statistically, using frequency indicators and comparisons between the year of residency and gender. **Results**. The study conducted on a sample of 50 resident physicians from various specialties revealed that 64% experience a high level of occupational stress. The most affected stress dimensions included excessive workload, clinical decision-making responsibility, and difficulty in maintaining work-life balance. Notably, residents in their first and final year of training reported the highest levels of perceived stress. Furthermore, the analysis showed a negative correlation between emotional intelligence and stress levels, indicating that emotional self-regulation skills may serve as a protective factor against occupational stress. **Conclusion**. Occupational stress negatively impacts residents' mental health and clinical performance. Emotional support, structured stress management programs, and institutional strategies to enhance work-life balance are essential to promote well-being, prevent burnout, and support career development. **Keywords**: residents, occupational stress, emotional intelligence.