

Liite 1.

Myötätunnon ja itsemyötätunnon mittaamisesta

Myötätunto ja itsemyötätunto ovat suhteellisen uusia tutkimusalueita, joiden mittareiden kehityksessä ei olla vielä kovin pitkällä.

Myötätunnon mittaamiseen on kehitetty useita mittareita, joista usein käytettyjä ovat esimerkiksi Compassionate Love Scale (Chiesi ym. 2020) ja Santa Clara Brief Compassion Scale (Hwang ym. 2008). Näiden pelkästään myötätuntoon keskittyvien mittareiden lisäksi myötätunto on mukana erillisenä dimensiona joissain persoonallisuuden mittareissa kuten Cloningerin Temperament and Character Inventoryssä (Cloninger ym. 1993) ja The Dispositional Positive Emotions Scales –mittarissa (Shiota ym. 2006).

Itsemyötätunnon yksilöllisten erojen mittaamiseksi tieteellisissä tutkimuksissa on yleisimmin käytetty Kristin Neffin kehittämää Self-Compassion Scale (SCS) -mittaria (Neff 2003). Mittari sisältää 26 kysymyksen (tai lyhennetty versio 12 kysymyksen) kyselyn, jonka mitattavat osa-alueet pohjautuvat Neffin luomaan itsemyötätunnon teoriaan. Tämän mittarin validiteettia itsemyötätunnon mittaamiseksi on kritisoitu joissakin tutkimuksissa (Muris ym. 2018, Sinclair ym. 2017) ja mittarin perustana olevaa itsemyötätunnon rakennetta sekä sen mallin alakäsitteiden suhteita toisiinsa on kyseenalaistettu. Myös myötätuntoon keskittyvien mittareiden psykometrisia ominaisuuksia on kritisoitu (Strauss ym. 2016). Myötätunto ja itsemyötätunnomittareiden kehitys tulevaisuudessa on tärkeää.

Viitteet:

Chiesi F, Lau C, Saklofske DH. A revised short version of the compassionate love scale for humanity (CLS-H-SF): evidence from item response theory analyses and validity testing. BMC Psychol. 2020 Feb 22;8(1):20.

Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck TR. A psychobiological model of temperament and character. Arch Gen Psychiatry. 1993;50(12):975-90.

Hwang JY, Plante T, Lackey K. The Development of the Santa Clara Brief Compassion Scale: An Abbreviation of Sprecher and Fehr's Compassionate Love Scale. Pastoral Psychol 2008 56(4):421-428.

Muris P, van den Broek M, Otgaar H, Oudenhoven I, Lennartz J. Good and Bad Sides of Self-Compassion: A Face Validity Check of the Self-Compassion Scale and an Investigation of its Relations to Coping and Emotional Symptoms in Non-Clinical Adolescents. J Child Fam Stud. 2018;27(8):2411-2421.

Neff, K. D. Development and validation of a scale to measure self-compassion. Self and Identity, 2003 2, 223-250.

Shiota, M. N., Keltner, D., & John, O. P. Positive emotion dispositions differentially associated with Big Five personality and attachment style. The Journal of Positive Psychology, 2006; 1(2), 61-71.

Sinclair S, Kondejewski J, Raffin-Bouchal S, King-Shier KM, Singh P. Can Self-Compassion Promote Healthcare Provider Well-Being and Compassionate Care to Others? Results of a Systematic Review. Appl Psychol Health Well Being. 2017 Jul;9(2):168-206.

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus: Myötätunto, itsemyötätunto ja myötätuntuupumus lääketieteen opiskelija- ja lääkäriaineistoissa

Tietokantahaku ja mukaan otetut tutkimukset

Teimme systemaattisen tietokantahaun myötätunnosta ja itsemyötätunnosta lääkäri- ja lääketieteenopiskelija -aineistoissa. Tietokantahaut tehtiin Pubmed-, Scopus-, PsycArticles- ja CINAHL -tietokannoista 20.10.2020. Hakusanoina käytettiin tietokannasta riippuen sanoja "compassion", "self-compassion", "physician", "doctor", "resident" ja "medical student" ja hakutulokset rajattiin vain englanninkielisiin artikkeleihin. Hakutuloksia tuli yhteensä 3310. Hakutuloksista mukaan otettiin alkuperäistutkimukset, joissa oli tutkittu myötätunnon, itsemyötätunnon tai myötätuntuupumuksen määrää, muutosta tai niihin liittyviä tekijöitä lääketieteen opiskelija- tai lääkäri -aineistossa. Lisäksi mukaanottokriteereinä oli, että tutkimuksissa myötätuntoa tai itsemyötätuntoa oli tutkittu arviointiasteikolla, tutkittavien vähimmäismäärä oli 15 ja aineistosta vähintään 50% sisälsi lääketieteen opiskelijoita tai lääkäreitä.

Mukaan valikoitui 51 artikkelia (kts. Taulukko alla), joista 29 selvitti myötätuntuupumuksen yleisyyttä, 14 käsitteli itsemyötätuntoa, viisi myötätuntoa ja kolme tutkimusta selvitti myötätunnon kokemisen esteitä. Tutkimuksista valtaosa oli asetelmaltaan poikittaistutkimuksia, ja kaikki oli toteutettu kyselytutkimuksena.

Mukaan otetut artikkelit on esitelty alla olevassa taulukossa.

Suurin osa (n=49) oli julkaisu vuodesta 2010 alkaen. Suurin osa aineistoista oli USA:sta (n=20), muut esimerkiksi Israelista (n=6), Kanadasta (n=5) ja Uudesta-Seelannista (n=4). Suomesta ei ollut yhtään tutkimusta. Suurimmassa osassa tutkimusaineistoja oli tutkittu valmiita lääkäreitä tai erikoistuvia lääkäreitä (n=38). Eniten tutkittuja erikoisaloja olivat lastentaudit (n=12), syöpätaudit (n=4) ja yleislääketiede (n=2).

Sähköinen taulukko 1. Tutkimukset, joissa on tutkittu myötätuntoa, itsemyötätuntoa ja myötätuntuupumusta lääkäreillä ja lääketieteen opiskelijoilla.

Kirjoittajat (vuosi)	Aineiston kuvaus ja tutkimusasetelma	Aineiston koko	Käytetyt mittarit	Tulokset
Axisa ym. (2020) ¹	Erikoistuvat sisä- ja lastentautilääkärit poikkileikkaustutkimus	59, joista naisia oli 75 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Sijaistraumatisoituminen oli poikkeuksellisen korkeaa tutkimusaineistossa etenkin naisilla: naisista 98,% sai korkeat pisteet sijaistraumatisoitumista mittaavasta mittarista, kun taas miehistä korkeat pisteet sai 67,%. Koko aineistosta 90,% sai korkeat pisteet ja 10,% keskitasoiset pisteet.
Babenko ym. (2019a) ²	Lääketieteen opiskelijat poikkileikkaustutkimus	267, joista naisia oli 60 %.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Korkeampi itsemyötätuntomittarin pistemäärä oli yhteydessä korkeampaan sitoutuneisuutta mittaavan mittarin pistemäärään ja matalampaan uupumusta mittaavan mittarin pistemäärään.
Babenko ym. (2019b) ³	Lääketieteen opiskelijat poikkileikkaustutkimus	200, joista 60,4 % oli naisia.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Itsemyötätunto oli yhteydessä opintoihin sitoutumiseen. Matala itsemyötätunto oli yhteydessä opiskelijoiden kokemaan uupumukseen.
Babenko ym. (2018) ⁴	Lääketieteen opiskelijat poikkileikkaustutkimus	200, joista naisia oli 60,4 %.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Itsemyötätunto oli yhteydessä suurempaan opintoihin sitoutuneisuuteen. Matala itsemyötätunto oli yhteydessä opiskelijoiden kokemaan uupumukseen.
Babenko ja Oswald (2019) ⁵	Lääketieteen opiskelijoita poikkileikkaustutkimus	200, joista naisia oli 60 %.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Matalan itsemyötätunnon todettiin olevan yhteydessä hallintasuuntautuneisuutta välttelevään oppimistyyliin (mastery avoidance goal), joka on tutkimuksissa yhdistetty oppimisen kannalta haitalliseksi motivaatiotavaksi. Sen sijaan opiskelijat, joilla oli korkeampi itsemyötätunnon määrä, eivät käyttäneet oppimiseensa tätä motivaatiotapaa yhtä laajasti, kuin opiskelijat, joilla oli matalampi itsemyötätunto.
Bellolio ym. (2014) ⁶	Ensihoitoon erikoistuvia lääkäreitä verrattiin muihin aloihin erikoistuviin lääkäreihin poikkileikkaustutkimus	188, joista 47 % oli naisia. 18 % tutkittavista oli ensihoitoon erikoistuvia lääkäreitä.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntuupumuksen esiintyvyydestä ei löydetty eroja eri erikoisalojen välillä. Myötätuntuupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Tutkittavat saivat keskitasoisia tai matalia pisteitä sijaistraumatisoitumista mittaavasta mittarista; kukaan tutkittavista ei saanut korkeita pisteitä.
Budakoglu ym. (2014) ⁷	Prekliinisen vaiheen lääketieteen opiskelijat poikkileikkaustutkimus	225, joista naisia oli 54,2 %.	Self-Compassion Scale (SCS)	Itsemyötätunto oli yhteydessä vähäisempään ahdistuneisuuteen. Itsemyötätunnon määrä ei eronnut sukupuolen, opiskeluvuoden tai asuinpaikan mukaan.
Dar ym. (2020) ⁸	Konfliktialueella työskenteleviä eri erikoisalojen lääkäreitä poikkileikkaustutkimus	258, joista naisia oli 19,4 %.	the Secondary Traumatic Stress Scale (STSS)	Myötätuntuupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Tutkittavien keskimääräinen sijaistraumatisoitumista kuvaava pistemäärä oli mittarin keskitasoa.

Dev ym. (2020) ⁹	Aineisto koostui lääkäreistä, sairaanhoitajista ja lääketieteen opiskelijoista. poikkileikkaustutkimus	1700, joista naisia oli 74,2 %. Aineistosta lääkäreitä oli 30,4 %, lääketieteen opiskelijoita 22,5 % ja hoitajia 47,1 %.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Itsemyötätunto oli yhteydessä matalampaan työuupumuksen riskiin ja parempaan elämänlaatuun.
Dev ym. (2019) ¹⁰	Aineisto kerätty satunnaistamattomasti tutkijoiden pitämien luentosarjojen ja kliinisten kokousten sekä tutkijoiden lähettämien sähköpostiyhteydenottojen kautta. Aineistossa oli mukana lääkäreitä, sairaanhoitajia ja lääketieteen opiskelijoita. poikkileikkaustutkimus	1700, joista naisia oli 74,2 %. Aineistosta lääkäreitä oli 30,4 %, lääketieteen opiskelijoita 22,5 % ja hoitajia 47,1 %.	Barriers to Physician Compassion Questionnaire	Lääketieteen opiskelijat raportoivat enemmän myötätuntoon liittyviä esteitä kuin valmiit lääkärit ja hoitajat. Hoitajat kokivat kokonaisuudessaan vähemmän myötätuntoa estäviä tekijöitä kuin lääkärit ja lääketieteen opiskelijat, mutta toisaalta hoitajat kokivat enemmän työympäristöön liittyviä myötätuntoa estäviä tekijöitä. Pidempi työkokemus terveydenhuollon alalla oli yhteydessä matalampina koettuihin myötätunnon esteisiin, kun taas nuori ikä, vähäinen työkokemus ja työuupumus ennustivat suurempina koettuja myötätunnon esteitä.
Dhawan ym. (2007) ¹¹	Vankilassa työskenteleviä lääkäreitä verrattiin muihin kuin vankilassa työskenteleviin lääkäreihin, jotka työskentelivät useilla eri erikoisaloilla. poikkileikkaustutkimus	42 vankilassa työskentelevää lääkäriä ja 36 muualla kuin vankilassa työskentelevää lääkäriä. Aineistosta 17,9 % oli naisia, ja ryhmien välillä ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa miesten ja naisten määrissä.	the Interpersonal Reactivity Index questionnaire	Eri ryhmien lääkärien välillä ei ollut eroja empatian ja myötätunnon esittämisessä ja kokemisessa.
Doolittle (2020) ¹²	Sisätautilääkärit poikkileikkaustutkimus	337, joista naisia 44 %	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntuupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Työuupumuksen esiintyvyys oli 52 %. Työorganisaation tuki oli yhteydessä vähäisempään sijaistraumatisoitumisen määrään.
El-bar ym. (2013) ¹³	Yleislääkärit ja yleislääketieteeseen erikoistuvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	128, joista 52,4,% oli naisia.	Compassion Satisfaction and Fatigue Test questionnaires (CSFT)	Tutkittavista kohtalaisessa myötätuntuupumuksen riskissä oli 11,7,%, korkeassa riskissä 10,9,% ja erityisen korkeassa riskissä 35,2,%.

Fernando ja Consedine (2014) ¹⁴	Aineisto kerätty satunnaistamattomasti ensimmäisen kirjoittajan lääketieteellisissä kokouksissa pitämien luentosarjojen sekä kirjoittajan sairaaloihin tekemien yhteydenottojen kautta. Aineisto koostui lääkäreistä. poikkileikkaustutkimus	372, joista naisia oli 54 %.	Barriers to Physician Compassion Questionnaire	Tutkimuksessa tutkittiin ensisijaisesti Barriers to Physician Compassion Questionnaire -mittarin ominaisuuksia. Mittarista löydettiin tutkimuksessa neljä myötätunnon esteeksi muodostuvat tekijää, joita olivat lääkärin uupumus tai liiallinen työkuorma, ulkoiset myötätuntoa häiritsevät tekijät kuten keskeytykset, potilaan tai potilaan omaisten vuorovaikutussuhteeseen tuomat haasteet ja klinisen tilanteen monimutkaisuus
Fernando ja Consedine (2017) ¹⁵	Eri erikoisalojen lääkäreitä. poikkileikkaustutkimus	580, joista naisia oli 50,76 %.	Barriers to Physician Compassion Questionnaire	Myötätunnon esteiden havaittiin vaihtelevan paitsi työkokemuksen määrän, myös erikoisalan mukaan. Psykiatrit raportoivat kokevansa matalampia myötätuntoon liittyviä esteitä kuin yleislääkärit ja sisätautilääkärit.
Ghazanfar ym. (2018) ¹⁶	Kardiologit ja sydänleikkauksia tekevät kirurgit poikkileikkaustutkimus	200, joista 45 % oli naisia.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen taso oli matala 42 %:lla tutkittavista ja keskitasoa 58 %:lla tutkittavista. Kenelläkään tutkittavista myötätuntouupumus ei ollut korkeaa tasoa.
Giess ym. (2020) ¹⁷	Radiologit poikkileikkaustutkimus	159, joista naisia oli 47,7 %.	Tutkijoiden itse kehittämä mittari	Matala itsemyötätunto oli yhteydessä suurempaan työuupumuksen riskiin.
Gleichgerrcht ja Decety (2013) ¹⁸	Eri erikoisalojen lääkärit ja erikoituvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	7584, joista naisia oli 46,5 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Sijaistraumatisoitumista kuvaavat pistemäärät olivat 76,4 %:lla tutkittavista keskitasoa tai enemmän; 27,2 %:lla tutkittavista sijaistraumatisoitumista kuvaavat pistemäärät olivat korkeita.
Gleichgerrcht ja Decety (2014) ¹⁹	Tutkittavat olivat lääkäreitä (aineistoa ei kuvailtu tarkemmin). poikkileikkaustutkimus	1199, joista naisia oli 49,5 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli 19 %.
Granek ym. (2017) ²⁰	Syöpälääkärit poikkileikkaustutkimus	79, joista naisia oli 65,8 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Sijaistraumatisoitumisen määrä oli tutkimusaineistossa korkea.
Gribben ym. (2019a) ²¹	Yhdysvaltalaiset lasten teho-osastolla työskentelevät lääkärit ja erikoistuvat lääkärit	475, joista 54,5 % naisia	A modified Compassion Fatigue and Satisfaction Self-Test for Helpers	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli 25,7 %

	poikkileikkaustutkimus			
Gribben ym. (2019b) ²²	Yhdysvaltalaiset lasten ensihoitolääkärit poikkileikkaustutkimus	390, joista 62,1 % naisia	A modified Compassion Fatigue and Satisfaction Self-Test for Helpers	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli 16,4 %
Haber ym. (2013) ²³	Sairaalassa työskentelevät lääkärit poikkileikkaustutkimus	97, joista naisia oli 15,5 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Posttraumaattisen stressin oireet olivat yhteydessä myötätuntouupumukseen.
Hashem ja Zeinoun (2020) ²⁴	Terveystenhuollon ammattilaisia, kuten hoitajia, lääkäreitä ja erikoistuvia lääkäreitä sekä muita ammattilaisia. poikkileikkaustutkimus	93, joista naisia oli 66 %. Tutkittavista lääkäreitä oli 12 % ja erikoistuvia lääkäreitä 47 %.	Self-Compassion Scale (SCS)	Itsemyötätunnon määrä aineistossa oli keskitasoa, eikä itsemyötätunnon määrässä ollut eroja eri ammattiryhmien tai sukupuolien välillä. Itsemyötätunnon havaittiin suojaavan työuupumukselta.
Hayuni ym. (2019) ²⁵	Israelilaiset syöpälääkärit poikkileikkaustutkimus	71, joista naisia 59,2 %	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Syöpälääkärit saivat korkeita pistemääriä sijaistraumatisoitumista kuvaavasta mittarista sekä melko korkeita pistemääriä työuupumusta kuvaavasta mittarista.
Highfield ja Parry-Jones (2020) ²⁶	Tehohoidossa työskentelevät erikoislääkärit poikkileikkaustutkimus	799, joista naisia oli 22 % ja miehiä 66 %. Sukupuoltaan ei ilmoittanut 12 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli tutkimuksessa 0%. Iso osa tutkittavista oli kohtalaisessa riskissä joko työuupumukseen tai sijaistraumatisoitumiseen.
Huggard ja Dixon (2011) ²⁷	Eri alojen erikoistuvat lääkärit Uudessa-Seelannissa poikkileikkaustutkimus	253, joista 58,9 % naisia	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Tutkittavista 17,1 % oli myötätuntouupumuksen riskissä ja 19,5 % työuupumuksen riskissä
Jensen ym. (2020) ²⁸	Tutkittavat olivat lääkäreitä (aineistoa ei kuvailtu tarkemmin). poikkileikkaustutkimus	18 lääkärinä	the Interpersonal Reactivity Index questionnaire	Potilaan arvioima myötätunto oli karkeasti yhteydessä lääkärin itse kokeman myötätunnon määrään ja myötätuntoon ja palkitsemiseen liittyvien aivoalueiden aktivoitumiseen.
Kase ym. (2019) ²⁹	Lasten palliatiivisessa hoidossa työskentelevät lääkärit, sairaanhoitajat ja muut terveydenhuollon ammattilaiset Yhdysvalloissa	150, joista lääkäreitä 68,0 %, sairaanhoitajia 28,7 % ja muita ammattilaisia 3,3 % ; naisten osuus koko aineistosta oli 75 %	The Compassion Fatigue and Satisfaction Self-Test for Helpers	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli 18 % koko aineistossa. Lääkärien ja sairaanhoitajien välillä ei ole ollut tilastollisesti merkitsevää eroa myötätuntouupumuksen esiintyvyydessä.

	poikkileikkaustutkimus			
Kemper ym. (2019a) ³⁰	Lastenlääkäriksi erikoistuvat lääkärit prospektiivinen kohorttitutkimus	Osallistujia oli ensimmäisenä tutkimusvuonna 1108 ja toisena tutkimusvuonna 872. Tutkittavista oli naisia 72 % ensimmäisenä tutkimusvuonna.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Tutkittavien itsemystätunnon määrä oli korkeampi kuin yleisväestössä. Molempina tutkimusvuosina stressi ja työuupumus olivat yhteydessä matalampaan itsemystätuntoon. Itsemystätunto oli yhteydessä korkeampaan tietoiseen läsnäoloon ja matalampaan koettuun stressiin. Ensimmäisenä tutkimusvuonna todettu korkeampi itsemystätunnon määrä oli yhteydessä matalampaan seuraavana vuonna mitattuun stressiin ja työuupumukseen.
Kemper ym. (2020) ³¹	Lastenlääkäriksi erikoistuvat lääkärit 3 vuoden seurantatutkimus	Ensimmäisenä tutkimusvuonna osallistujia oli 1661, toisena tutkimusvuonna 2160 ja kolmantena 2231.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Työuupumuskriteerit täyttäneillä tutkittavilla oli alhaisempi itsemystätunto. Korkeampi itsemystätunto oli yhteydessä seuraavana tutkimusvuonna mitattuun vähäisempään stressiin.
Kemper ym. (2019b) ³²	Lastenlääkäriksi erikoistuvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	Ensimmäisenä tutkimusvuonna osallistujia oli 1758 ja toisena tutkimusvuonna 2148. Tutkittavista 72 % oli naisia.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Korkeat pisteet itsemystätuntoa mittaavasta mittarista vähensivät työuupumuksen riskiä, kun taas korkeat pisteet stressiä mittaavasta mittarista lisäsi työuupumuksen riskiä.
Kleiner ja Wallace (2017) ³³	Syöpälääkärit ja syöpätauteihin erikoistuvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	312, joista naisia oli 42 %.	Mukautetusti Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen tarkkaa esiintyvyyttä ei ilmoitettu: ilmoitettiin vain, että myötätuntouupumuksen esiintyminen aineistossa oli suhteellisen matala.
Laor-Maayany ym. (2020) ³⁴	Syöpälääkärit poikkileikkaustutkimus	74, joista naisia oli 56,2 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen tarkkaa esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Tutkittavien keskimääräinen sijaistraumatisoitumista kuvaava pistemäärä oli korkea.
Markwell ja Wainer (2009) ³⁵	Eri erikoisalojen erikoistuvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	914, joista 56 % oli naisia.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli koko aineistossa 54 %, miehillä 48 % ja naisilla 59 %.
McClafferty ym. (2018) ³⁶	Ensimmäistä vuotta lastenlääkäriksi erikoistuvia lääkäreitä poikkileikkaustutkimus	203, joista naisia oli 76 %.	the Interpersonal Reactivity Index questionnaire	Tutkittavat, jotka olivat uupumuksen suhteen matalassa riskissä, kokivat enemmän myötätuntoa. Naiset saivat enemmän pisteitä myötätuntoa mittaavasta mittarista kuin miehet.
McKinley ym. (2020) ³⁷	Eri erikoisalojen lääkärit	1651, joista naisia oli 79 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. 26,2% tutkittavista todettiin korkea sijaistraumatisoituminen.

	poikkileikkaustutkimus			
Montero-Marin ym. (2016) ³⁸	Perusterveydenhuollon lääkäreitä, erikoistuvia lääkäreitä ja sairaanhoitajia poikkileikkaustutkimus	440, joista lääkäreitä oli 48,6 %, erikoistuvia lääkäreitä 9,5 % ja sairaanhoitajia 41,8 %. Tutkittavista 70,3 % oli naisia.	Self-Compassion Scale (SCS)	Itsemyötätunnon negatiivisten alaosa-alueiden havaittiin olevan yhteydessä erilaisiin työuupumuksen kliinisiin ilmiöihin.
Mowlaie ym. (2017) ³⁹	Iranilaisia lääketieteen opiskelijoita poikkileikkaustutkimus	370, joista naisia oli 73,5 %.	Self-Compassion Scale (SCS)	Huolestuneisuuden havaittiin olevan yhteydessä matalampaan itsemyötätuntoon ja koherenssin tunteeseen. Älykkyyden havaittiin välittävän yhteyttä huolestuneisuuden ja itsemyötätunnon välillä, mutta sen ei havaittu välittävän yhteyttä huolestuneisuuden ja koherenssin kokemuksen välillä.
O'Hara ym. (2020) ⁴⁰	Lastenlääkärit poikkileikkaustutkimus	62, joista naisia 76 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. 44 %:lla tutkittavista sijaistraumatisoitumista kuvaava pistemäärä oli yli 50 persentiilin rajan.
Olson ym. (2015) ⁴¹	Lastenlääkäreiksi erikoistuvat lääkärit poikkileikkaustutkimus	45, joista naisia oli 64 %.	Self-Compassion Scale – short form (SCS-SF)	Myötätunto oli yhteydessä resilienssiin ja vähäisempään uupumuksen riskiin.
Račić ym. (2019) ⁴²	Yleislääkärit poikkileikkaustutkimus	120, joista naisia oli 80 %.	Professional Quality of Life (the ProQOL), Chalder fatigue scale	Suurin osa tutkittavista (55,8 %) sai keskitason pisteet sijaistraumatisoitumista mittaavasta mittarista. Korkeita pisteitä mittarista ei saanut kukaan tutkittavista, mutta matalia pisteitä sai 44,2 % tutkittavista.
Roden-Foreman ym. (2017) ⁴³	Ensihoidossa työskentelevät lääkärit sekä hoitajat. poikkileikkaustutkimus	118, joista lääkäreitä oli 72,9 %. Tutkittavista naisia oli 29,7 %.	the Secondary Traumatic Stress Scale (STSS)	Tarkkaa myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. 19,5 % tutkittavista sai keskitasoisia tai sitä suurempia pisteitä sijaistraumatisoitumista kuvaavasta mittarista. Matala resilienssi tai henkilökohtaisessa elämässä koettu traumaattinen tapahtuma olivat yhteydessä sijaistraumatisoitumiseen.
Solms ym. (2019) ⁴⁴	Erikoistuvia ja erikoislääkäreitä lastentaudeilta, sisätaudeilta ja neurologialta poikkileikkaustutkimus	193, joista naisia oli 78,2 %.	Self-Compassion Scale (SCS)	Itsemyötätunto oli yhteydessä työhön sitoutumiseen erikoislääkäreillä mutta ei erikoistuvilla lääkäreillä. Sen sijaan itsemyötätunto oli yhteydessä vähäisempään työuupumukseen erikoistuvilla lääkäreillä mutta ei erikoislääkäreillä.
Taycan ym. (2013) ⁴⁵	Eri erikoisalojen erikoislääkärit, joista osa suoritti Turkissa käytössä olevaa pakollista työpalvelusta. Osa tutkittavista taas oli tutkittavan alueen	139, joista naisia oli 33 %. Tutkittavista 71,9 % oli suorittamassa pakollista työpalvelusta.	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintymisessä ei havaittu eroa pakollista työpalvelua suorittavien ja alueella vapaaehtoisesti työskentelevien lääkärien välillä. Tarkkaa myötätuntouupumuksen ilmaantuvuutta ei ilmoitettu.

	sairaaloissa töissä vapaaehtoisesti.			
	poikkileikkaustutkimus			
Teel ym. (2019) ⁴⁶	Traumapotilaita hoitavat psykiatrit poikkileikkaustutkimus	88, joista naisia oli 51 %.	the Secondary Traumatic Stress Scale (STSS)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. 30 % tutkittavista sai sijaistraumatisoitumista mittaavasta mittarista keskitasoiset tai sitä suuremmat pisteet. Resilienssi, ulospäinsuuntautuneisuus ja emotionaalinen vakaus olivat yhteydessä mataliin sijaistraumatisoitumista kuvaaviin pisteisiin mittarista.
Thomas ym. (2019) ⁴⁷	Eri erikoisalojen lääkäreitä. poikkileikkaustutkimus	1289, joista naisia oli 36,8 %.	Tutkijoiden itse kehittämä mittari	Tunne lääkärin työstä kutsumusammattina oli yhteydessä suurempaan lääkärin kokemaan myötätunnon määrään. Samoin hengellisyys oli yhteydessä suurempaan myötätunnon määrään, mutta yhteyttä uskonnollisuuden ja myötätunnon välillä ei tutkimuksessa löytynyt
Weintraub ym. (2016) ⁴⁸	Neonatologistit poikkileikkaustutkimus	433, joista 51 % oli naisia.	A modified Compassion Fatigue and Satisfaction Self-Test	Myötätuntouupumuksen esiintyvyys oli 15,7 %.
Weintraub ym. (2020) ⁴⁹	Yhdysvaltalaiset lasten hemat-onkologit poikkileikkaustutkimus	363, joista 57,6 % naisia	A modified Compassion Fatigue and Satisfaction Self-Test for Helpers	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu, Myötätuntouupumukseen liittyvistä ennustetekijöistä työuupumuksen todettiin vaikuttavan merkittävimmin myötätuntouupumuksen riskiin.
Wu ym. (2017) ⁵⁰	Kyselytutkimus lähetettiin yhdysvaltalaiselle Members of the American College of Surgeon -nimisen yhdistyksen jäsenille poikkileikkaustutkimus	178, joista 33,7 % naisia	Professional Quality of Life (the ProQOL)	Tarkkaa myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. 53,4 % tutkittavista sai matalat pisteet myötätuntouupumusmittarista ja 46,4 % sai keskitasoiset pisteet. Kukaan tutkittavista ei saanut korkeita pisteitä myötätuntouupumusmittarista.
Zeidner ym. (2013) ⁵¹	Psykiatrian alalla työskentelevät psykiatrit, psykologit ja sosiaalityöntekijät sekä muualla kuin psykiatrialla työskentelevät lääkärit poikkileikkaustutkimus	182, joista 89 oli psykiatrian alalla työskenteleviä terveydenhuollon ammattilaisia ja 93 muualla kuin psykiatrialla työskenteleviä lääkäreitä. Psykiatrialla työskentelevistä 73 % oli	Mukautetusti Professional Quality of Life (the ProQOL)	Myötätuntouupumuksen esiintyvyyttä ei ilmoitettu. Psykiatrian alalla työskentelevien terveydenhuollon ammattilaisten ja muualla kuin psykiatrialla työskentelevien lääkärin väliltä ei löytynyt eroavaisuuksia myötätuntouupumuksen esiintyvyydessä. Sekä itse ilmoitettu, ominaisuuspiirteenä pidetty tunneäly että opitut sopeutumista edistävät tunteiden käsittelykeinot olivat käänteisesti yhteydessä myötätuntouupumuksen määrään.

		naisia, kun taas muualla kuin psykiatrialla työskentelevistä 37 % oli naisia. Psykiatrialla työskentelevistä 10 % oli psykiatreja, 28 % oli psykologeja ja 62 % oli sosiaalityöntekijöitä.		
--	--	--	--	--

Viitteet:

1. Axisa C, Nash L, Kelly P, Willcock S. Psychiatric morbidity, burnout and distress in australian physician trainees. *Aust Health Rev.* 2020;44(1):31-38.
2. Babenko O, Guo Q. Measuring self-compassion in medical students: Factorial validation of the self-compassion scale-short form (SCS-SF). *ACAD PSYCHIATRY.* 2019;43(6):590-594.
3. Babenko O, Mosewich AD, Lee A, Koppula S. Association of physicians' self-compassion with work engagement, exhaustion, and professional life satisfaction. *Med Sci (Basel).* 2019;7(2):29.
4. Babenko O, Mosewich A, Abraham J, Lai H. Contributions of psychological needs, self-compassion, leisure-time exercise, and achievement goals to academic engagement and exhaustion in canadian medical students. *J Educ Eval Health Prof.* 2018;15:2.
5. Babenko O, Oswald A. The roles of basic psychological needs, self-compassion, and self-efficacy in the development of mastery goals among medical students. *Med Teach.* 2019;41(4):478-481.
6. Bellolio MF, Cabrera D, Sadosty AT, et al. Compassion fatigue is similar in emergency medicine residents compared to other medical and surgical specialties. *West J Emerg Med.* 2014;15(6):629-635.
7. Budakoglu II, Karaoglu N, Coskun O. Loneliness, hopelessness, anxiety and self compassion of medical students: Gazi example. *Gazi Medical Journal.* 2014;25(4):165-170.
8. Dar IA, Iqbal N. Beyond linear evidence: The curvilinear relationship between secondary traumatic stress and vicarious posttraumatic growth among healthcare professionals. *Stress Health.* 2020;36(2):203-212.
9. Dev V, Fernando AT, 3rd, Consedine NS. Self-compassion as a stress moderator: A cross-sectional study of 1700 doctors, nurses, and medical students. *Mindfulness (N Y).* 2020;11(5):1170-1181.

10. Dev V, Fernando AT,3rd, Kirby JN, Consedine NS. Variation in the barriers to compassion across healthcare training and disciplines: A cross-sectional study of doctors, nurses, and medical students. *Int J Nurs Stud*. 2019;90:1-10.
11. Dhawan N, Steinbach AB, Halpern J. Physician empathy and compassion for inmate-patients in the correctional health care setting. *Journal of Correctional Health Care*. 2007;13(4):257-267.
12. Doolittle BR. Association of burnout with emotional coping strategies, friendship, and institutional support among internal medicine physicians. *J Clin Psychol Med Settings*. 2020:1-7.
13. El-bar N, Levy A, Wald HS, Biderman A. Compassion fatigue, burnout and compassion satisfaction among family physicians in the negev area - a cross-sectional study. *Israel Journal of Health Policy Research*. 2013;2(1).
14. Fernando AT,3rd, Consedine NS. Development and initial psychometric properties of the barriers to physician compassion questionnaire. *Postgrad Med J*. 2014;90(1065):388-395.
15. Fernando AT,3rd, Consedine NS. Barriers to medical compassion as a function of experience and specialization: Psychiatry, pediatrics, internal medicine, surgery, and general practice. *J Pain Symptom Manage*. 2017;53(6):979-987.
16. Ghazanfar H, Chaudhry MT, Asar ZU, Zahid U. Compassion satisfaction, burnout, and compassion fatigue in cardiac physicians working in tertiary care cardiac hospitals in pakistan. *Cureus*. 2018;10(10):e3416.
17. Giess CS, Ip IK, Cochon LR, et al. Predictors of self-reported burnout among radiology faculty at a large academic medical center. *J Am Coll Radiol*. 2020.
18. Gleichgerrcht E, Decety J. Empathy in clinical practice: How individual dispositions, gender, and experience moderate empathic concern, burnout, and emotional distress in physicians. *PLoS One*. 2013;8(4):e61526.
19. Gleichgerrcht E, Decety J. The relationship between different facets of empathy, pain perception and compassion fatigue among physicians. *Front Behav Neurosci*. 2014;8:243.
20. Granek L, Nakash O, Cohen M, Ben-David M, Ariad S. Oncologists' communication about end of life: The relationship among secondary traumatic stress, compassion satisfaction, and approach and avoidance communication. *Psychooncology*. 2017;26(11):1980-1986.
21. Gribben JL, Kase SM, Waldman ED, Weintraub AS. A cross-sectional analysis of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction in pediatric critical care physicians in the united states. *Pediatr Crit Care Med*. 2019;20(3):213-222.
22. Gribben JL, MacLean SA, Pour T, Waldman ED, Weintraub AS. A cross-sectional analysis of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction in pediatric emergency medicine physicians in the united states. *Acad Emerg Med*. 2019;26(7):732-743.
23. Haber Y, Palgi Y, Hamama-Raz Y, Shrira A, Ben-Ezra M. Predictors of professional quality of life among physicians in a conflict setting: The role of risk and protective factors. *Isr J Psychiatry Relat Sci*. 2013;50(3):174-180.
24. Hashem Z, Zeinoun P. Self-compassion explains less burnout among healthcare professionals. *Mindfulness (N Y)*. 2020:1-10.

25. Hayuni G, Hasson-Ohayon I, Goldzweig G, Bar Sela G, Braun M. Between empathy and grief: The mediating effect of compassion fatigue among oncologists. *Psychooncology*. 2019;28(12):2344-2350.
26. Highfield J, Parry-Jones J. Professional quality of life in intensive care medicine: The 2018 faculty of intensive care medicine workforce survey. *Journal of the Intensive Care Society*. 2019.
27. Huggard P, Dixon R. "Tired of caring": The impact of caring on resident doctors. *Australas J Disaster Trauma Stud*. 2011;2011(3):105-112.
28. Jensen K, Gollub RL, Kong J, Lamm C, Kaptchuk TJ, Petrovic P. Reward and empathy in the treating clinician: The neural correlates of successful doctor-patient interactions. *Transl Psychiatry*. 2020;10(1):17-2.
29. Kase SM, Waldman ED, Weintraub AS. A cross-sectional pilot study of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction in pediatric palliative care providers in the united states. *Palliat Support Care*. 2019;17(3):269-275.
30. Kemper KJ, McClafferty H, Wilson PM, et al. Do mindfulness and self-compassion predict burnout in pediatric residents? *Acad Med*. 2019;94(6):876-884.
31. Kemper KJ, Schwartz A, Wilson PM, et al. Burnout in pediatric residents: Three years of national survey data. *Pediatrics*. 2020;145(1):e20191030.
32. Kemper KJ, Wilson PM, Schwartz A, et al. Burnout in pediatric residents: Comparing brief screening questions to the maslach burnout inventory. *Acad Pediatr*. 2019;19(3):251-255.
33. Kleiner S, Wallace JE. Oncologist burnout and compassion fatigue: Investigating time pressure at work as a predictor and the mediating role of work-family conflict. *BMC Health Services Research*. 2017;17(1).
34. Laor-Maayany R, Goldzweig G, Hasson-Ohayon I, Bar-Sela G, Engler-Gross A, Braun M. Compassion fatigue among oncologists: The role of grief, sense of failure, and exposure to suffering and death. *Supportive Care in Cancer*. 2020;28(4):2025-2031.
35. Markwell AL, Wainer Z. The health and wellbeing of junior doctors: Insights from a national survey. *Med J Aust*. 2009;191(8):441-444.
36. McClafferty H, Brooks AJ, Chen MK, et al. Pediatric integrative medicine in residency program: Relationship between lifestyle behaviors and burnout and wellbeing measures in first-year residents. *Children (Basel)*. 2018;5(4):54.
37. McKinley N, McCain RS, Convie L, et al. Resilience, burnout and coping mechanisms in UK doctors: A cross-sectional study. *BMJ Open*. 2020;10(1):e031765-031765.
38. Montero-Marin J, Zubiaga F, Cereceda M, Demarzo MMP, Trenc P, Garcia-Campayo J. Burnout subtypes and absence of self-compassion in primary healthcare professionals: A cross-sectional study. *PLoS ONE*. 2016;11(6).
39. Mowlaie M, Mikaeili N, Aghababaei N, Ghaffari M, Pouresmali A. The relationships of sense of coherence and self-compassion to worry: The mediating role of personal intelligence. *Current Psychology*. 2017;36(3):630-636.
40. O'Hara MA, McCann TA, Fan W, Lane MM, Kernie SG, Rosenthal SL. Child abuse taking its toll on the emotional well-being of pediatricians. *Clin Pediatr (Phila)*. 2020;59(4-5):450-457.

41. Olson K, Kemper KJ, Mahan JD. What factors promote resilience and protect against burnout in first-year pediatric and medicine-pediatric residents? *J Evid Based Complementary Altern Med*. 2015;20(3):192-198.
42. Račić M, Virijević A, Ivković N, Joksimović BN, Joksimović VR, Mijovic B. Compassion fatigue and compassion satisfaction among family physicians in the republic of srpska, bosnia and herzegovina. *Int J Occup Saf Ergonomics*. 2019;25(4):630-637.
43. Roden-Foreman JW, Bennett MM, Rainey EE, Garrett JS, Powers MB, Warren AM. Secondary traumatic stress in emergency medicine clinicians. *Cogn Behav Ther*. 2017;46(6):522-532.
44. Solms L, van Vianen, A. E. M., Theeboom T, et al. Keep the fire burning: A survey study on the role of personal resources for work engagement and burnout in medical residents and specialists in the netherlands. *BMJ Open*. 2019;9(11):e031053-031053.
45. Taycan O, Erdoğan Taycan S, Çelik C. The impact of compulsory health service on physicians and burnout in a province in eastern anatolia. *Turk Psikiyatri Dergisi*. 2013;24(3).
46. Teel J, Reynolds M, Bennett M, et al. Secondary traumatic stress among psychiatrists treating trauma patients. *BAYLOR UNIV MED CENT PROC*. 2019;32(2):209-214.
47. Thomas CL, Cuceu M, Tak HJ, et al. Predictors of empathic compassion: Do spirituality, religion, and calling matter? *South Med J*. 2019;112(6):320-324.
48. Weintraub AS, Geithner EM, Stroustrup A, Waldman ED. Compassion fatigue, burnout and compassion satisfaction in neonatologists in the US. *J Perinatol*. 2016;36(11):1021-1026.
49. Weintraub AS, Sarosi A, Goldberg E, Waldman ED. A cross-sectional analysis of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction in pediatric hematology-oncology physicians in the united states. *Journal of Pediatric Hematology/Oncology*. 2020;42(1):e50-e55.
50. Wu D, Gross B, Rittenhouse K, Harnish C, Mooney C, Rogers FB. A preliminary analysis of compassion fatigue in a surgeon population: Are female surgeons at heightened risk? *Am Surg*. 2017;83(11):1302-1307.
51. Zeidner M, Hadar D, Matthews G, Roberts RD. Personal factors related to compassion fatigue in health professionals. *Anxiety, Stress and Coping*. 2013;26(6):595-609.