

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС СЕРЕД ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНИХ СФЕР ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ: ПАНДЕМІЇ ТА ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

Літовченко О. А.¹, Капустник В. А.¹, Завгородній І. В.¹, Меркулова Т. В.¹, Лисак М. С.¹, Перова І. Г.², Беккельманн І.³

¹Харківський національний медичний університет, Україна

²Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна

³Університет імені Отто фон Геріке, Магдебург, Німеччина

Вступ. Сьогодні питання психологічного благополуччя працівників соціальної сфери набуло надзвичайної актуальності. Збереження психологічного здоров'я працівників соціальних професій (медичних, вихователів дошкільних закладів і викладачів вищих навчальних закладів) має важливе міжнародне та державне значення у світлі сучасних викликів: пандемії COVID-19, воєнного стану та соціальних перетворень. Це викликало інтерес до поглибленого вивчення факторів, які впливають на психологічний стан працівників під дією професійних стресорів. У цьому контексті важливим є залучення нових підходів у визначенні розвитку професійного вигорання та діагностики професійних ризиків.

Мета дослідження – дослідити за допомогою медико-психологічного опитування психоемоційний стан працівників закладів охорони здоров'я, викладачів закладів вищої та вихователів дошкільної освіти, що зазнають впливу надмірної дії психологічних факторів і високого ступеня напруженості трудового процесу.

Матеріали та методи дослідження. Проведено анонімне медико-психологічне опитування працівників охорони здоров'я, вихователів дошкільної освіти та викладачів закладу вищої освіти в Харкові. Використано опитувальник «Maslach Burnout Inventory» (MBI-GS) і класифікацію за R. Kalimo et al. для оцінки емоційного вигорання. Проведено оцінку нервово-психічної напруженості (НПН) викладачів ЗВО за методикою Т. А. Немчин (1983 р.). Дані проаналізовано за допомогою програми IBM SPSS Statistics Standard Campus Edition 26.0 (5725-A54) і методів машинного навчання, зокрема алгоритмів з бібліотеки sklearn в поєднанні з eli5 у середовищі Python 3.9.

Результати. Рівень професійного вигорання у медичних працівників залежав від їхньої спеціалізації. Лікарі-онкологи виявили менший ризик емоційного виснаження (21,6 %) та цинізму (24,3 %). Серед працівників екстреної медичної допомоги виявлено найвищий ступінь емоційного виснаження (37,5 %), ефективності праці – понад 76 %. Лікарі реанімаційного профілю мали найвищий ступінь цинізму (39,7 %) та редуцції особистих досягнень (49,3 %). Встановлені статево залежні особливості серед досліджуваних груп і визначені інформативні критерії виникнення професійного вигорання для різних медичних професій. Серед вихователів виявлено, що чверть респондентів має високий рівень емоційного виснаження та деперсоналізації. Одночасно ризик вигорання встановлений лише в 3 % вихователів. Майже 90 % викладачів перебували в діапазоні детензивного нервово-психічного напруження, проте мали ознаки стомлення від професійної діяльності протягом навчального року: 79 % потребували відпочинку, 36,8 % відчували себе виснаженими.

Висновки. Синдром «професійне вигорання» є широко поширеним явищем серед професій, де взаємодія між працівниками має важливе значення. Ця проблема особливо актуальна для медичних закладів, дошкільних установ і вищих навчальних закладів в Україні. Для розв'язання цього завдання важливо розробити новаторські методи раннього виявлення передвісників прояву синдрому та визначити набір профілактичних заходів зі запобігання його розвитку. Водночас необхідно враховувати специфіку кожної професії, оскільки їхні особливості мають безпосередній вплив на механізми виникнення та прояву цього явища.

Ключові слова: професійне вигорання, професійний стрес, лікарі, вихователі, викладачі закладів вищої освіти

Вступ

З того часу як американським психіатром Х. ДЖ. Фройденбергером в науку було запроваджено термін вигорання («burnout», 1974 р.) для позначення стану виснаження співробітників, які

мали інтенсивне спілкування з людьми, реалізовані чисельні теоретичні емпіричні дослідження, що присвячені опису, діагностуванню, корекції та профілактиці професійного вигорання в різних сферах професійної діяльності людини. Проте початково

цей феномен вивчався саме у робітників, чия праця пов'язана з безперестанним спілкуванням з великою кількістю людей (працівники соціальної сфери, викладачі, медичні працівники тощо). Сьогодні актуальність цієї проблеми саме серед соціально-значущих професій не гасне, а навпаки продовжує зростати. І в цьому можна окреслити низку детермінантів.

Наразі відслідковується падіння рейтингу професій соціальної сфери. Це обумовлено як загальними тенденціями змін у світі професій (більшої популярності набувають професії в IT-сфері, комп'ютерних технологій), так і зовнішніми неминучими обставинами (пандемія SARS-CoV2, воєнний конфлікт), що загальмували процес реформування, зокрема медичної галузі та сфери освіти. Іншим аспектом є нівелювання суспільством високої соціальної ролі педагогів, медичних фахівців, працівників дитячих садочків, підкріплене, на жаль, матеріальною нестабільністю під час кризових подій, що веде до розчарування у своєму професійному виборі. Це створює потенційну загрозу для успішності трудової поведінки, самопочуття й здоров'я фахівців у цілому [1, 3].

Сучасний медичний персонал, що працює в складних умовах інтенсивного робочого навантаження та високих вимог до результативності, піддається підвищеному ризику психологічних стресових реакцій і розвитку синдрому професійного вигорання [4–6]. Особливо вразливими до цього явища є медичні спеціалісти, які працюють у сфері онкології, реанімації та надання екстреної медичної допомоги. Висока емоційна втома та виснаженість можуть впливати на якість надання медичних послуг, призвести до помилок при діагностуванні, некоректного лікування та завдати шкоди здоров'ю й життю пацієнтів загалом [2, 7]. Сучасна пандемія SARS-CoV2 у 2020–2023 роках постала додатковим професійним викликом для медичного персоналу та можливим обтяжуючим фактором розвитку професійного вигорання [8–10].

Фахова діяльність вихователів закладів дошкільної освіти характеризується високою відповідальністю та напруженістю праці, що призводить до великих стресових навантажень. У сучасному світі роль вихователів набула надзвичайної важливості та вимагає відданості, щоденної наполегливої праці, оскільки їхні зусилля спрямовані на формування ключових аспектів особистості

кожної дитини [11]. З іншого боку, модернізація дошкільної освіти вносить нові вимоги до якості викладацької діяльності, що ставить перед вихователями нові завдання й вимагає нових ресурсів для адаптації. Дисбаланс між зовнішніми викликами та задоволеністю внутрішніх потреб відіграє роль предиктора ризику виникнення професійного вигорання.

Серед стресових факторів, що супроводжують професійну діяльність сучасного викладача закладу вищої освіти (ЗВО), слід виділити інтенсифікацію праці, хронічну професійну перевтому, схильність до емоційної ригідності, інтенсивну інтеріоризацію (близьке сприйняття й переживання) обставин професійної діяльності. На тлі кризових подій останніх років, із переходом до інноваційних форм дистанційної освіти, спостерігається й об'єктивне зростання вимог до особистісної та професійної ефективності фахівців сфери освіти. Прагнучи реалізувати себе професійно, педагог, який одночасно дотримується успішного виконання всього переліку вимог, має ризик виникнення професійного стресу. У ситуації постійного впливу стресових факторів слабшають психофізіологічні резерви опору, що підвищує ризик розвитку емоційного вигорання.

Наукові дослідження кафедри гігієни та екології № 2 Харківського національного медичного університету (ХНМУ) направлені на реалізацію стратегії вивчення динаміки формування професійного вигорання серед працівників соціальних сфер з метою науково обґрунтування таких аспектів: вірогідність і ризику розвитку перших проявів вигорання; залежність специфіки та структури вигорання від професійного фаху, віку й стажу роботи, а також від зміни факторів (компонентів, обставин) професійної діяльності. У наданому матеріалі представлені фрагменти результатів досліджень розвитку емоційного вигорання та професійного стресу серед медичних працівників, вихователів закладів дошкільної освіти та викладачів ЗВО в період кризових подій в країні протягом останніх років.

Мета дослідження — вивчити за допомогою медико-психологічного опитування психоемоційний стан працівників закладів охорони здоров'я (ЗОЗ), викладачів закладів вищої та вихователів дошкільної освіти, що зазнають впливу надмірної дії психологічних факторів та високого ступеня напруженості трудового процесу.

Матеріали та методи дослідження

Медико-психологічне опитування було проведено в ЗОЗ міста Харкова. В опитуванні взяли участь медичні працівники з різних клінічних установ: 73 лікарі-реаніматологи відділень інтенсивної терапії та анестезіології КНП «Міська клінічна лікарня швидкої та невідкладної медичної допомоги ім. проф. О. І. Мещанінова» ХМР, 37 лікарів онкологічного профілю з клініки ДУ «Інститут медичної радіології та онкології ім. С. П. Григор'єва НАМН України», а також 88 медичних працівників з підрозділів КНП ХОР «Центр екстреної медичної допомоги та медицини катастроф».

Для виявлення ментальних аспектів схильності до професійного вигорання серед вихователів проводилось дослідження в закладах дошкільної освіти, які перебувають у комунальній власності Харківської міської територіальної громади. У дослідженні взяли участь 107 вихователів із виробничим стажем на момент опитування понад 1 рік, виключно жінки.

Під час дослідження як основний інструмент діагностики рівня емоційного вигорання був використаний опитувальник К. Маслач «Maslach Burnout Inventory» (MBI-GS) [14], який містить 16 запитань. Методикою передбачено розподіл відповідей за шкалами та ризиком розвитку вигорання: «емоційне виснаження» (EE), «деперсоналізація/цинізм» (ZY), «ефективність праці» (LF). Сума пунктів за кожною з цих шкал демонструє рівень її виразності (низький, середній чи високий).

Також проведено оцінку ризиків професійного вигорання за класифікацією Kalimo (Kalimo et al., 2003 р.) на основі загального бала за наявністю симптомів і ступеня схильності людини до ризику професійного вигорання, а саме: відсутність вигорання, наявність деяких симптомів і ризик вигорання.

Дослідження індивідуально-психологічних особливостей стресостійкості викладачів ЗВО проведено за методикою оцінки нервово-психічної напруженості (НПН) Т. А. Немчин (1983 р.). Опитувальник містить 30 основних характеристик цього стану, які можна умовно розділити на 3 групи тверджень: перша група відображає наявність фізичного дискомфорту та неприємних відчуттів збоку соматичних систем, друга група стверджує про наявність/відсутність психічного дискомфорту та скарг збоку нервово-психічної сфери, до третьої групи належать загальні характеристики НПН – частота, тривалість, генералізованість і сту-

пінь виразності. Підрахунок загальної суми балів дозволяє провести розподіл вибірки за ступенем виразності проявів НПН: слабка, помірна, інтенсивна. В опитуванні взяли участь 20 викладачів Харківського національного медичного університету, які були залучені до дистанційного проведення об'єктивного структурованого клінічного іспиту (ОСКІ) в умовах воєнного стану.

Усі опитування були анонімними, участь у дослідженні – добровільною за умов попереднього оформлення інформованої згоди з респондентами. Дослідження проведено в 2021–2023 роках з дотриманням біоетичних принципів, що підтверджено відповідними позитивними рішеннями Комісії з питань етики та біоетики ХНМУ.

Статистичну обробку даних здійснено за допомогою програми IBM SPSS Statistics Standard Campus Edition 26.0 (5725-A54); також було застосовано методи машинного навчання, а саме методи класифікації бібліотеки sklearn в поєднанні з бібліотекою eli5 у середовищі Python версії 3.9.

Результати дослідження та їх обговорення

У дослідженні серед медичних працівників брали участь 198 працівників різних категорій: лікарі онкологічного профілю, лікарі реаніматологи та працівники екстреної медичної допомоги, із них 149 осіб (75,3 %) представляли лікарський корпус, а 39 (19,7%) – фельдшерську категорію. Статевий розподіл був майже рівномірним, а саме: 47 % чоловіків і 53 % жінок. Середній вік респондентів склав $(38,96 \pm 0,94)$ років, середній стаж роботи – $(14,71 \pm 0,91)$ року. Це свідчить про те, що професійна діяльність у даній галузі здійснюється в основному особами середнього віку, які мають чималий професійний досвід.

Детальний аналіз розподілу за статтю та професійним стажем у межах окремих професій показав наступне. Серед респондентів, які спеціалізовані в галузі реанімації, 35 осіб (48 %) належали до чоловічої групи та 38 осіб (52 %) – до жіночої. Середній вік у даній групі працівників становив $(39,75 \pm 1,28)$ років, а середній стаж роботи склав $(14,19 \pm 1,30)$ року. У когорті спеціалістів в галузі онкології переважали особи жіночої статі (54 % і 46 % відповідно). Аналізуючи вікову характеристику лікарів онкологічного профілю, встановлено, що середній вік цієї групи фахівців був трохи вищим порівняно з реаніматологами та склав $(46,51 \pm 2,23)$ років. Середній стаж лікарів онкологів склав $(22,47 \pm 2,20)$ року.

Працівники служби екстреної медичної допомоги виявилися наймолодшими серед усіх респондентів, їхній середній вік становив $(35,13 \pm 1,44)$ років. У контексті стажу роботи ця група також характеризувалася найменшим середнім досвідом роботи – на рівні $(11,88 \pm 1,35)$ року. Вибірка даної когорти включала 42 чоловіки (48 %) і 46 (52 %) жінок.

Результати дослідження щодо емоційного благополуччя та ризику вигорання в дослідній групі фахівців охорони здоров'я наведено в таблиці 1.

Серед медичних працівників, що працюють у відділеннях інтенсивної терапії та анестезіології, було виявлено високий рівень відчуття емоційного виснаження (ЕЕ шкала) серед 16 (21,9 %) респондентів, без суттєвої різниці за статтю. За шкалою ZY було встановлено високий рівень деперсоналізації в 29 (39,7 %) лікарів, це явище виявилось більш типовим для представників чоловічої статі, а саме 51,4 % порівняно з жінками (29 %). Аналіз шкали LF у рамках дослідженої групи медичних працівників підтвердив, що для значної частини опитаних (36 осіб) притаманний високий ступінь редукції особистих досягнень (РОД). На значну невпевненість у власних професійних здібностях вказали 51,4 % чоловіків і 47,4 % жінок. Варто відзначити, що незважаючи на кращі показники серед жінок порівняно з чоловіками за вказаними шкалами, високий ризик розвитку професійного вигорання за класифікацією

Kalimo et al. спостерігався саме серед реаніматологів жіночої статі (табл. 1).

Проведений аналіз серед медичних фахівців онкологічного спрямування виявив, що ця категорія лікарів менше схильна до емоційного виснаження порівняно з медичними працівниками реанімаційного профілю, попри те, що обидві групи працюють з пацієнтами, які перебувають у тяжкому стані. Зокрема, високий рівень емоційного виснаження (за шкалою ЕЕ) виявлено в 21,6 % онкологів. Статистично значущої різниці між чоловіками та жінками не виявлено. Крім того, серед лікарів у галузі онкології відзначається менший ступінь вираженого цинізму. Високий ступінь цинізму було встановлено лише в 9 осіб (24,3 %), із них 29,4 % становили чоловіки та 20 % – жінки. Онкологи значно вище оцінюють і свою професійну ефективність. Лише в 9 респондентів було встановлено високу РОД, також слід відмітити, що цей показник більш виражений у представників чоловічої статі (8 осіб або 47,1 %), тоді як лише одна жінка (5 %) висловила сумніви щодо своєї професійної ефективності. За Kalimo et al., лише один чоловік (5,9 %) мав високий ризик вигорання (табл. 1).

Дослідження рівня професійного вигорання серед спеціалістів у галузі екстреної медичної допомоги свідчать про найвищий рівень емоційного виснаження порівняно з групами онкологічного та

Таблиця 1

Розподіл залежності від рівня виразності показників вигорання за шкалами MBI-GS та Kalimo et al. (2003 р.) серед медичних працівників

МБІ-шкали	Характеристика ступеня виразності шкали (сума балів)	Робітники екстреної медичної допомоги n = 88 (%)	Лікарі реанімаційного профілю n = 73 (%)	Лікарі онкологічного профілю n = 37 (%)
Емоційне виснаження	Низький ($\leq 2,00$)	36 (40,9 %)	38 (52,1 %)	23 (62,2 %)
	Середній (2,01–3,19)	19 (21,6 %)	19 (26,0 %)	6 (16,2 %)
	Високий ($\geq 3,20$)	33 (37,5 %)	16 (21,9 %)	8 (21,6 %)
Деперсоналізація / цинізм	Низький ($\leq 1,00$)	31 (35,2 %)	25 (34,2 %)	16 (43,2 %)
	Середній (1,01–2,19)	23 (26,1 %)	19 (26,0 %)	12 (32,4 %)
	Високий ($\geq 2,20$)	34 (38,6 %)	29 (39,7 %)	9 (24,3 %)
Ефективність праці	Низький ($\leq 4,00$)	11 (12,5 %)	36 (49,3 %)	9 (24,3 %)
	Середній (4,01–4,99)	10 (11,4 %)	8 (11,0 %)	5 (13,5 %)
	Високий ($\geq 5,00$)	67 (76,1 %)	29 (39,7 %)	23 (62,2 %)
Ризик професійного вигорання за Kalimo	Відсутність вигорання (0–1,49)	42 (47,7 %)	17 (23,3 %)	20 (54,1 %)
	Деякі симптоми вигорання (1,5–3,49)	42 (47,7 %)	54 (74,0 %)	16 (43,2 %)
	Ризик вигорання (3,5–6,00)	4 (4,5 %)	2 (2,7 %)	1 (2,7 %)

реанімаційного профілів, що було відзначено серед 33 (37,5 %) респондентів. За шкалою EE виявлено, що високий рівень у цій групі частіше був у жінок (41,3 %), тоді як у чоловіків цей показник – 33,3 %. За шкалою ZU високі прояви цинізму були виявлені в 34 медичних працівників, що було притаманно саме чоловічій статі 50 %, як і лікарям реанімаційного та онкологічного профілів. У медичних працівниць цей показник склав 28,3 %. Попри досить високі рівні емоційного виснаження та цинізму серед працівників екстреної медичної допомоги як у чоловіків, так і у жінок спостерігаються і високі рівні професійної ефективності, які становлять по 76 % для кожної статі. Також, цей показник виявився значно вищим, ніж у груп медичних фахівців реанімаційного та онкологічного напрямів. За класифікацією Kalimo et al. було встановлено, що виражений ризик вигорання мали 4 респонденти, 6,5 % припадало на жінок, тоді як у чоловіків цей показник становив лише 2,4 % (табл. 1).

Важливе значення для попередження та психокорекції розвитку професійного вигорання має визначення найінформативніших його критеріїв. За допомогою методів логістичного регресійного аналізу та спеціалізованого програмного методу e1i5 для пояснення отриманих результатів були визначені наступні критерії для лікарів реанімаційного профілю: цинічне ставлення щодо користі своєї роботи для інших, впевненість у ефективному виконанні своєї роботи, позитивні відчуття при виконанні всіх професійних завдань. Для лікарів онкологічного профілю були ідентифіковані такі інформативні критерії: відчуття спустошеності через роботу, позитивні відчуття при виконанні всіх доручених професійних завдань, впевненість у виконанні потрібних справ у своїй роботі. Для працівників екстреної медичної допомоги були характерні наступні критерії: відчуття емоційної спустошеності під час роботи, втрата захоплення роботою, бажання виконувати лише прямі посадові обов'язки та бажання спокою. Визначені критерії виявилися

суттєвими для встановлення зв'язку з проявами професійного вигорання серед медичних працівників і можуть бути використані для розробки стратегій попередження професійного вигорання.

Дослідження стану професійного вигорання серед вихователів закладів дошкільної освіти наведено в таблиці 2.

Високий рівень емоційного виснаження відзначено у чверті опитаних. Ця сторона вважається ключовою компонентою емоційного вигорання й може проявлятися у відчутті емоційного виснаження, стомленості, які спричинені власною працею.

Високі рівні ще одного компоненту професійного вигорання – деперсоналізації мали 18,7 % респондентів. Вони виявляли емоційну віддаленість, байдужість і формальне виконання професійних завдань без особистого зацікавлення та емоційного залучення. Крім того, відзначалося зростання рівнів негативного настрою та цинічності як до вихованців, так і до колег.

Ще в 18,7 % досліджуваних визначено високий рівень редукції професійних досягнень, проявами якої є втрата впевненості в своїх професійних здібностях, внутрішня незадоволеність власною продуктивністю, сприйняття своєї праці як менш важливої та як результат – зниження особистісної самооцінки через відсутність задоволеності внутрішніх потреб власними професійними успіхами.

За класифікацією R. Kalimo ризик розвитку вигорання визначено лише для 2,8 % вихователів. Проте майже половина респондентів (42,1 %) скаржились на деякі симптоми вигорання.

У межах дослідження щодо обґрунтування здоров'язбережувальних заходів у навчальному процесі проведено визначення індивідуально-психологічних компонент професійного стресу викладачів ЗВО шляхом оцінки рівня й структури нервово-психічного напруження. Опитування здійснено в умовах очікування викладачами «складної» ситуації, а саме під час участі у проведенні об'єктивного структурованого клінічного іспиту в дистанційному

Таблиця 2

Розподіл залежності від рівня виразності показників вигорання за шкалами MBI-GS серед вихователів закладів дошкільної освіти

Субшкала	Низький рівень Кількість осіб, %	Середній рівень Кількість осіб, %	Високий рівень Кількість осіб, %
Емоційне виснаження	59 (55,1 %)	21 (19,6 %)	27 (25,2 %)
Деперсоналізація	51 (47,7 %)	36 (33,6 %)	20 (18,7 %)
Професійна ефективність	20 (18,7 %)	18 (16,8 %)	69 (64,5 %)

форматі в якості екзаменаторів. Для визначення динаміки стресових змін респонденти відповіли на запитання анкети на початку та наприкінці іспиту.

Загалом як до, так і по завершенні ОСКІ у переважній більшості опитаних (89,5 %) визначені слабкі рівні виразності нервово-психічного напруження. Однак перед початком іспиту 26,3 % респондентів мали граничні показники детензивного діапазону, що свідчить про активізацію когнітивної й продуктивної діяльності на тлі вираженого емоційного підйому, відчуття мобілізованості та готовності до роботи.

Перед початком проведення іспиту вказали на відчуття емоційного напруження 21 % викладачів, інші 79 % відчували себе енергійними, готовими до активної діяльності. Переважна більшість викладачів перебували в позитивному настрої, проте третина опитаних (31,6 %) вказали на мінімальні прояви гарного настрою, що ймовірно продиктоване хвилюванням в очікуванні відповідальної події.

Більшість екзаменаторів зазначили, що готові докласти зусиль для реалізації поставлених завдань, проте 15,8 % вказали на невпевненість у власних можливостях. Це були жінки вікової групи старше 50 років, їхні хвилювання були пов'язані з невпевненістю у власних цифрових компетентностях при реалізації технічних аспектів проведення ОСКІ у дистанційному форматі.

Слід зазначити, що відповіді респондентів свідчать, що їхній загальний нервово-емоційний стан на момент дослідження мав ознаки стомлення від професійної діяльності протягом навчального року. Так, характеризуючи свій психологічний стан, 79 % опитаних вказали, що потребують відпочинку, 36,8 % – відчують себе виснаженими. Інші показники психоемоційного стану в рівнях, що вищі за середні, визначені викладачами за наступними ознаками: «загнаний» – 26,3 %, «втомлений» – 52,6 %, «нервовий» – 42 % респондентів.

Другий зріз опитування по завершенні участі екзаменаторів в ОСКІ показав наявність певних ознак стомлення: почували себе напруженими 41,2 % респондентів. Проте жоден з викладачів вже не зазначав на невпевненості у своїх можливостях, переважна більшість почували себе задоволеними та мали хороший настрій (88,2 % і 82,4 % відповідно). Такі зміни психоемоційного стану викладачів ЗВО в даному випадку слід розглядати як позитивний адаптаційний механізм саморегуляції в складних умовах.

Висновки

Проведене дослідження виявило, що рівні й структура компонентів професійного вигорання залежать від професійної спрямованості в діяльності медичних працівників. Лікарі онкологічного профілю мають менший ризик емоційного виснаження та цинізму порівняно з іншими групами та найвищий показник ефективності роботи. Найвищий рівень проявів синдрому професійного вигорання виявлений серед працівників екстреної медичної допомоги, попри молодий вік респондентів. Типовою ознакою вигорання в жінок виявилася низька редукція особистих досягнень, а чоловікам притаманні більш виражені прояви цинізму. Використання аналізу та програмних методів допомогло виокремити специфічні критерії для кожної групи медичних працівників, що є вельми значущими для розробки попереджувальних стратегій.

Проблема професійного вигорання постає актуальною й серед вихователів дошкільних закладів, чверть з яких за результатами досліджень демонструє високий рівень емоційного виснаження та деперсоналізації. Згідно з класифікацією R. Kalimo, попри незначний показник високого ризику вигорання понад 40 % респондентів вже мають симптоми цього явища.

Виходячи з результатів проведених досліджень, можна зробити висновок, що синдром «професійного вигорання» є поширеним явищем серед соціально-значущих професій, що працюють за типом «людина–людина». Ця проблема має велике значення для українських медичних закладів, дошкільних закладів і ЗВО. Одним із ключових елементів її подолання є розробка інноваційних методів раннього виявлення предикторів розвитку синдрому з подальшим обґрунтуванням комплексу профілактичних заходів. У цьому контексті динаміка досліджень індивідуально-психологічних особливостей стресостійкості та емоційного вигорання працівників соціально значущих професій повинна базуватися на наступних етапах:

- діагностика компонентів вигорання за їхніми проявами та виразністю залежно від професійної спрямованості, досвіду роботи, статі тощо;
- аналіз факторів ризику та прогнозування можливих негативних наслідків;
- диференційований підбір засобів профілактики та елементів психологічного супроводу професійної траєкторії.

Література

1. Yurchenko I., Savchenko I., Buriak O. Професійне вигорання медичних працівників за сучасних умов. *Медсестринство*. 2021. № 4. С. 11–15. <https://doi.org/10.11603/2411-1597.2020.4.11865>.
2. De Hert S. Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local and Regional Anesthesia*. 2020. Vol. 13. P. 171–183. <https://doi.org/10.2147/lra.s240564>.
3. The relationship between physician burnout and quality of healthcare in terms of safety and acceptability: a systematic review. C. S. Dewa et al. *BMJ Open*. 2017. Vol. 7, No. 6. P. e015141. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015141>.
4. Mitigating Burnout in an Oncological Unit: A Scoping Review. R. O. Alabi et al. *Frontiers in Public Health*. 2021. Vol. 9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.677915>.
5. Berufliche Gratifikationskrisen, Verausgabungsneigung und Burnout bei ukrainischen Anästhesisten und Intensivmedizinern während der SARS-CoV-2-Pandemie. I. Böckelmann et al. *Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie*. 2023. Vol. 73. P. 64–74. <https://doi.org/10.1007/s40664-022-00492-8>.
6. Medical-psychological aspects of professional deformation of personality development among emergency medical staff. O. S. Lalymenko et al. *Zaporozhye Medical Journal*. 2022. Vol. 24, No. 1. P. 61–69. <https://doi.org/10.14739/2310-1210.2022.1.239108>.
7. Botiakova V. V. Prevalence of burnout syndrome in healthcare workers in north and south america, and asia from 2018 TO 2022. *Art of Medicine*. 2023. Vol. 2 (26). P.205–213. <https://doi.org/10.21802/artm.2023.2.26.205>.
8. Occupational Burnout in Healthcare Workers, Stress and Other Symptoms of Work Overload during the COVID-19 Pandemic in Poland. Z. Izdebski et al. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023. Vol. 20, No. 3. P. 2428. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032428>.
9. Identifying and preventing burnout in young oncologists, an overwhelming challenge in the COVID-19 era: a study of the Spanish Society of Medical Oncology (SEOM). P. Jiménez-Labaig et al. *ESMO Open*. 2021. Vol. 6, No. 4. P. 100215. <https://doi.org/10.1016/j.esmoop.2021.100215>.
10. Petrino R., Riesgo L. G.-C., Yilmaz B. Burnout in emergency medicine professionals after 2 years of the COVID-19 pandemic: a threat to the healthcare system? *European Journal of Emergency Medicine*. 2022. Vol. 29(4). P. 279–284. <https://doi.org/10.1097/mej.0000000000000952>.
11. Машовець М. А. Підготовка сучасного педагога дітей дошкільного віку в умовах мінливого соціуму. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2015. № 4. С. 339–347.
12. Zusammenhang von Belastungsfaktoren im beruflichen Setting bei Erzieherinnen in Kindertagesstätten mit dem Burnout-Risiko. S. Darius, C. B. Hohmann, L. Siegel et al. *Zbl Arbeitsmed*. 2023. Vol. 73. P. 81–88. <https://doi.org/10.1007/s40664-023-00493-1>.
13. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. Vol. 2, No. 2. P. 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>.

Litovchenko O.¹, Kapustnyk V.¹, Zavgorodnii I.¹, Merkulova T.¹, Lysak M.¹, Perova I.², Boeckelmann I.³

EMOTIONAL BURNOUT AND PROFESSIONAL STRESS AMONG SOCIAL FIELD WORKERS DURING CRISIS EVENTS: PANDEMIC AND MILITARY CONFLICT

¹Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine

²Kharkiv National University of Radio Electronics, Kharkiv, Ukraine

³Otto von Guericke University of Magdeburg, Magdeburg, Germany

Introduction. Nowadays, the issue of psychological well-being of social workers has become extremely relevant. Preservation of the psychological health of workers in social professions (medical, preschool teachers and teachers of higher education institutions) is of important international and state importance in the period of modern challenges: the COVID-19 pandemic, martial law and social transformations. This aroused interest in deepening the study of factors that affect the psychological state of employees under the influence of professional stressors. In this context, it became important to involve new approaches in determining the development of professional burnout and diagnosing professional risks.

The aim of the research – this study aims to investigate with the help of a medical and psychological survey the psycho-emotional state of employees of health care institutions, teachers of higher education institutions and preschool teachers who are under the influence of excessive psychological factors and a high degree of tension in the labor process.

Materials and methods of the research. An anonymous medical and psychological survey of health care workers, preschool teachers and teachers of a higher education institution in Kharkiv was conducted. The questionnaire «Maslach Burnout Inventory» (MBI-GS) and the classification according to R. Kalimo et al. were used to assess emotional burnout. The assessment of neuropsychological tension (NPN) of teachers of higher education institutions was carried out according to the method of T. A. Nemchyn (1983). The data were analyzed using IBM SPSS Statistics Standard Campus Edition

26.0 (5725-A54) and machine learning methods, including algorithms from the sklearn library in combination with eli5 in the Python 3.9 environment.

Results. The level of professional burnout among medical workers depended on their specialization. Oncologists showed a lower risk of emotional exhaustion (21.6%) and cynicism (24.3%). The highest degree of emotional exhaustion (37.5%), labor efficiency – more than 76% was found among emergency medical care workers. Doctors of the resuscitation profile had the highest degree of cynicism (39.7%) and reduction of personal achievements (49.3%). Sex-dependent features among the studied groups were established and informative criteria for the occurrence of professional burnout for various medical professions were determined. Among educators, it was found that a quarter of respondents have a high level of emotional exhaustion and depersonalization. At the same time, only 3% of educators are at risk of burnout. Almost 90% of teachers were in the range of defensive neuropsychological stress, but had signs of fatigue from being professionally active during the academic year: 79% needed rest, 36.8% felt exhausted.

Conclusions. The syndrome of «professional burnout» is a widespread phenomenon among professions where interaction between people is important. This problem is especially relevant for medical institutions, preschool institutions and higher education institutions in Ukraine. To solve this task, it is important to develop innovative methods of early detection of precursors of the syndrome and to define a set of preventive measures to prevent its development. At the same time, it is necessary to take into account the specifics of each profession, since their features have a direct impact on the mechanisms of the emergence and manifestation of this phenomenon.

Key words: professional burnout, professional stress, doctors, educators, teachers of higher education institutions

Reference

1. Yurchenko I, Savchenko I, Buriak O. Professional burnout of medical workers under modern conditions. *Nursing*. 2021;(4):11-5. DOI: <https://doi.org/10.11603/2411-1597.2020.4.11865>.
2. De Hert S. Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local and Regional Anesthesia*. 2020;13:171-83. DOI: <https://doi.org/10.2147/lra.s240564>.
3. Dewa CS, et al. The relationship between physician burnout and quality of healthcare in terms of safety and acceptability: a systematic review. *BMJ Open*. 2017;7(6):e015141. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015141>.
4. Alabi RO, et al. Mitigating Burnout in an Oncological Unit: A Scoping Review. *Frontiers in Public Health*. 2021;9:677915. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.677915>.
5. Böckelmann I, et al. Berufliche Gratifikationskrisen, Verausgabungsneigung und Burnout bei ukrainischen Anästhesisten und Intensivmedizinern während der SARS-CoV-2-Pandemie. *Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie*. 2023;73(2):64-74. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40664-022-00492-8>.
6. Lalymenko OS, Zavorodnii IV, Kapustnyk VA, Boeckelmann I, Zabashta VF, Stytsenko MO. Medical-psychological aspects of professional deformation of personality development among emergency medical staff. *Zaporozhye Medical Journal*. 2022;24(1):61-9. DOI: <https://doi.org/10.14739/2310-1210.2022.1.239108>.
7. Botiakova VV. Prevalence of burnout syndrome in healthcare workers in north and south america, and asia from 2018 to 2022. *Art of Medicine*. 2023;2(26):205-13. DOI: <https://doi.org/10.21802/artm.2023.2.26.205>.
8. Izdebski Z, Kozakiewicz A, Białorudzki M, Dec-Pietrowska J, Mazur J. Occupational Burnout in Healthcare Workers, Stress and Other Symptoms of Work Overload during the COVID-19 Pandemic in Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023;20(3):2428. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph20032428>.
9. Jiménez-Labaig P, et al. Identifying and preventing burnout in young oncologists, an overwhelming challenge in the COVID-19 era: a study of the Spanish Society of Medical Oncology (SEOM). *ESMO Open*. 2021;6(4):100215. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.esmoop.2021.100215>.
10. Petrino R, Riesgo LG-C, Yilmaz B. Burnout in emergency medicine professionals after 2 years of the COVID-19 pandemic: a threat to the healthcare system? *European Journal of Emergency Medicine*. 2022;29(4):279-84. DOI: <https://doi.org/10.1097/mej.0000000000000952>.
11. Mashovets MA. [Training of a modern teacher of preschool children in the conditions of a changing society]. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*. 2015;4:339-47. Ukrainian.
12. Darius S, Hohmann CB, Siegel L, Böckelmann I. Zusammenhang von Belastungsfaktoren im beruflichen Setting bei Erzieherinnen in Kindertagesstätten mit dem Burnout-Risiko. *Zentralblatt für Arbeitsmedizin, Arbeitsschutz und Ergonomie*. 2023;73:81-8. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40664-023-00493-1>.
13. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981;2(2):99-113. DOI: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>.

ORCID ID співавторів та їхній внесок у написання статті:

Літовченко О. Л. (ORCID ID 0000-0002-5286-1705) – пошук джерел літератури та їхній критичний аналіз, обговорення результатів вивчення професійного вигорання серед медичних працівників, написання статті;

Капустник В. А. (ORCID ID 0000-0002-4543-8343) – формулювання завдань, обговорення результатів дослідження;

Завгородній І. В. (ORCID ID 0000-0001-7803-3505) – обґрунтування актуальності проблеми та напряму досліджень, визначення загального дизайну статті, обговорення результатів, висновки;

Меркулова Т. В. (ORCID ID 0000-0003-2362-9226) – пошук джерел літератури та їхній критичний аналіз, обговорення результатів вивчення особливостей стресостійкості педагогів, написання статті;

Лисак М. С. (ORCID ID 0000-0002-5891-1531) – збір матеріалів, первинний аналіз даних щодо стану професійного вигорання серед вихователів дошкільних закладів;

Перова І. Г. (ORCID ID 0000-0003-2089-5609) – розроблення алгоритму визначення інформативних показників, проведення математичного аналізу;

Беккельманн І. (ORCID ID 0000-0002-3905-3527) – співпраця у виконанні первинної статистичної обробки даних та їхньої інтерпретації.

Інформація щодо джерел фінансування дослідження: дослідження виконані в рамках наступних науково-дослідних робіт: «Встановлення критеріїв передпатологічних станів професійного вигорання медичного персоналу», номер державної реєстрації 0121U110914, фінансується МОЗ України за рахунок коштів державного бюджету; Ініціативно-пошукова науково-дослідна робота «Обґрунтування заходів здоров'язбереження при використанні цифрових симуляційних технологій в навчальному процесі», номер державної реєстрації 0123U101343.

Надійшла: 3 липня 2023 р.

Прийнята до друку: 7 серпня 2023 р.

Контактна особа: Літовченко Олена Леонідівна, доцент, кафедра гігієни та екології № 2, Харківський національний медичний університет, буд. 4, просп. Науки, м. Харків, 61022. Тел.: + 38 0 63 456 78 13. Електронна пошта: ol.litovchenko@knu.edu.ua