

Логвінов Д.І. Лисак М.В.

АКТУАЛЬНІСТЬ СИНДРОМУ ВИГОРАННЯ

Харківський національний медичний університет

(кафедра гігієни та екології № 2)

м. Харків, Україна

Синдром вигорання - це стан емоційної, психічної та фізичної виснаженості, викликаний станом сильного стресу протягом тривалого часу. У зарубіжній літературі використовується термін «burnout» (анг.), який вперше був запропонований Фроуденбергером (Freudenberger, 1974).

Інтерес до дослідження даного синдрому виріс після того, як американські вчені Маслач і Джексон систематизували характеристики даного синдрому і розробили методику анкетування для кількісної оцінки (Maslach, Jackson, 1986).

Найчастіше синдром вигорання в іноземній літературі розглядають як наслідок тривалого професійного стресу, і часто терміни «стрес» і «вигорання» використовуються як синоніми.

Спочатку під синдром емоційного вигорання (СЕВ) малося на увазі стан виснаження з відчуттям власної марності. Пізніше симптоматика даного синдрому істотно розширилася за рахунок психосоматичного компоненту. Дослідники все більше пов'язували синдром з психосоматичним самопочуттям, який відносять до стану передхвороби. Існуючі теоретичні спроби пояснення походження синдрому вигорання можна звести до двох основних підходів. Згідно з одним, змінні «вигорання» закладені в самій особистості, її цінностей, ідеалів, особливості реагування на стресові фактори, тоді як, згідно з іншим, основний акцент робиться на особливостях організації виробничої діяльності з такими її складовими, як адекватне керівництво, соціальна підтримка, система заохочень і т.д. В даний час існує безліч моделей СЕВ, що описують даний феномен. Найбільше визнання отримала трьохфакторна модель С. Maslach, в якій синдром психічного вигорання являє собою тривимірний конструкт, що включає в себе емоційне виснаження, деперсоналізацію і редукцію особистих досягнень.

З кінця сімдесятих років у світі існує загальна стурбованість щодо того, що самі по собі професії, особливо сфери «людина-людина», сприяють розвитку хворобливих станів, що проявляються у вигляді розчарування в професії і деморалізації, зниження показників продуктивності та якості праці, наростаючої схильності до роздумів про те, щоб залишити професію, а також у вигляді погіршення стану психічного і соматичного здоров'я. Стан суб'єктів праці позначається не тільки на якості наданої професійної допомоги та продуктивності праці, але впливає і на соціальне здоров'я в цілому.

Серед професій, в яких СЕВ зустрічається найбільш часто (від 30 до 90% працюючих), слід зазначити лікарів, вчителів, психологів, соціальних працівників, рятувальників, а також працівників правоохоронних органів. На сьогодні велика кількість спостережень та ідей щодо вигорання дало можливість представникам професій, пов'язаних з роботою в сфері «людина-людина», розглянути приховані механізми своєї роботи, здатні призвести до того, що працівники перестають справлятися зі своїми обов'язками, втрачають творчий настрій щодо предмета та продукту своєї праці, деформують свої професійні відносини, ролі та комунікації.

Таким чином, сьогодні професіонал у сфері «людина - людина» відчуває синдром вигорання у катастрофічних розмірах. Це серйозна проблема, за яку платять високу ціну як люди, так і організації. На даному етапі розвитку суспільства і зростаючого інформаційного навантаження, СЕВ одна з головних проблем людства сьогодні і в майбутньому.