

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-474-0-11>

BURNOUT SYNDROME OF SOCIAL WORK PROFESSIONALS

СИНДРОМ ВИГОРАННЯ ФАХІВЦІВ ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Pashkevych B. I. Пашкевич Б. І.

*is a social work specialist at the Center for
Social Services of Odesa City Council,
Odesa, Ukraine*

*2nd year master's student, specialty 231
"Social Work", Melitopol Institute
of Ecology and Social Technologies, Open
International University of Human
Development "Ukraine"
Kyiv, Ukraine*

*фахівець із соціальної роботи
Центру соціальних служб*

*Одеської міської ради, м. Одеса, Україна
студентка 2 курсу магістратури
спеціальності 231 "Соціальна робота"
Мелітопольський інститут екології
та соціальних технологій
Відкритого міжнародного університету
розвитку людини "Україна"
м. Київ, Україна*

Вигорання – актуальна і поширена проблема нашого сьогодення. Приблизно у 5–7% населення світу виявляються симптоми вигорання. Цей стан поширився по всьому світу і не є унікальним явищем нашого часу. Фізичне, емоційне, комунікативне навантаження, інтенсивність професійної діяльності соціальних працівників, зниження ефективності праці, виснаження внутрішніх резервів актуалізують проблему стійкості до професійних захворювань і розладів, захисту їх фізичного та психічного здоров'я, а саме професійного вигорання. Вигорання починається непомітно та повільно, проте наслідки важкі і непередбачувані, що ведуть навіть до втрати працездатності. Усе це обумовлює посилення наукового інтересу до проблеми стресу та емоційного вигорання.

Проблема професійного вигорання знайшла своє відображення в працях зарубіжних вчених: С. Джексона, Е. Хартмана, К. Маслача, Х. Фройденбергера, Б. Перлмана та ін. У сфері вітчизняної науки проблему професійного вигорання порушували Т. Форманюк, В. Бойко, О. Романовська, Л. Карамушка, Н. Лазарева, Н. Водоп'янова та ін. Розробкою методів діагностики синдрому вигорання займалися дослідники Т. Ронгінська, О. Старченкова, В. Бойко, А. Серебрякова, Н. Водоп'янова та інші.

У дослідженні використовувалися такі методи: теоретичні – аналіз, синтез наукової літератури, емпіричні – анкетування, методика діагностики професійного вигорання К. Маслач та С. Джексона в адаптації Н. Водоп'янової, для діагностики прояву синдрому «вигорання» методика «Визначення психічного «вигорання» (О. О. Рукавішнікова), методика «Дослідження синдрому професійного

вигорання» (Дж. Гринберг) та методи математичної обробки даних дослідження.

Результати, що були отримані за методикою О. Рукавішнікова: середній рівень психоемоційного виснаження спостерігається у 42% фахівців. Це пояснює те, що частина респондентів відчуває напруження та емоційний стрес у своїй професійній діяльності. 45% фахівців із соціальної роботи мають низький рівень психоемоційного виснаження, що говорить про те, що цей процент досліджуваних відчуває менше стресу. Високий рівень психоемоційного виснаження становить 13%, що пояснює те, що фахівці відчувають високу інтенсивність стресу, який може впливати на їх психічний стан, здоров'я та професійну ефективність.

Дослідження параметру «Особистісне віддалення» виявило такі цифри: 43% фахівців із соціальної роботи мають середній ступінь прояву, що може свідчити про початок формування таких симптомів як підвищення нетерплячості, роздратованості у спілкуванні, у 51% – низький рівень, що свідчить про нормальний розвиток особистості та низьку швидкість розвитку психічного вигорання, 6% – високий рівень – це говорить про майже повну сформованість і прояв усіх симптомів. Шкала «Професійна мотивація» показала, що 27% респондентів виявляють знижену мотивацію до роботи та обмежений ентузіазм у діяльності. 39% досліджуваних мають середні значення, яким характерні такі симптоми як: незадоволеність собою, занижена самооцінка, сумніви щодо правильності вибору професії. 34% респондентів мають низькі значення, що свідчить про інтерес до обраної професії та достатню мотивацію.

Загалом значна частина респондентів (43%) має низький рівень психічного вигорання, що вказує на стійкість до стресу. 41% респондентів знаходиться на середньому рівні психічного вигорання, що говорить про вразливість до стресу. На високому рівні психічного вигорання знаходиться 16% фахівців із соціальної роботи, які є особливо вразливими і потребують уваги для попередження можливих негативних наслідків.

Наступною було проведено методику «Діагностика професійного вигорання», яку розробили К. Маслач і С. Джексон. За параметром «Емоційне виснаження» 32 % фахівців мають низький рівень, 44% – середній рівень, а високий рівень характерний для 24% осіб. Отримані дані свідчать, що більшість фахівців із соціальної роботи знаходяться на середньому та низькому рівнях емоційного виснаження. Але частина респондентів відчуває високий рівень емоційного вигорання, що свідчить про підвищену напругу у професійній діяльності. За параметром «Деперсоналізація» більша частина (37%) проявляє високий рівень, що вказує на їхнє емоційне віддалення і відчуження від колег та роботи, 33% мають низький рівень і 30% – середній рівень. По шкалі

«Редукція особистих досягнень» отримано такі результати: 41% респондентів демонструють низький рівень інтенсивності, 37% мають середній, а 22% виявляють високий ступінь зниження самооцінки професійних досягнень. Такі результати характеризуються відсутністю віри у власні сили, зниженням рівня професійного оптимізму, скептицизму стосовно здатності ефективно вирішувати складні питання в робочому процесі.

За методикою «Дослідження синдрому вигорання» (Дж. Гринберг) нами було встановлено, що 21% респондентів мають високий рівень емоційного вигорання, що свідчить про втрату психічних ресурсів, все частіше проявляється образливість, замкнутість, злість, смуток, відстороненість, 45% мають середній рівень, що свідчить про відсутність активності на роботі, помітні емоційні зміни, внутрішня роздратованість проявляється агресією до оточуючих, відсторонення від звичного кола спілкування, 34% досліджуваних мають низький рівень емоційного вигорання, коли з'являється байдужість, приглушаються емоції, виникає відчуття незадоволеності своїм життям та собою.

Таким чином проведене дослідження показало, що немає жодного фахівця, у якого не були б виявлені ті чи інші симптоми вигорання.

З огляду на вищевказане, виникає необхідність вивчення питання розвитку синдрому вигорання фахівців із соціальної роботи, а також розробки та затвердження комплексної програми психокорекції та профілактики вигорання під час професійної діяльності.

Література:

1. Главацька О. Л. Попередження та подолання професійного вигорання соціальних працівників. Науковий вісник Ужгородського національного університету: серія: Педагогіка. Соціальна робота. Ужгород: Говерла, 2019. Вип. 2 (45). С. 41–45. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/24855>
2. Гоулдман Д. Емоційний інтелект; пер. з англ. С. Л. Гумецької. Х.: Віват, 2022. 512 с. (Серія «Саморозвиток»)
3. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. К.: Ніка – Центр, 2007. 432 с.
4. Перхайло Н. Попередження професійного вигорання майбутніх фахівців соціальної сфери. Педагогіка та психологія: збірник наукових праць. Харків, 2016. Вип. 55. С. 204–210. URL: <https://zenodo.org/record/194867>
5. Рідкодубська Г.А. Професійне вигорання соціальних працівників. Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. № 1 (34). 2020. С. 266–271. URL: <https://journalsofznu.zp.ua/index.php/pedagogics/article/view/1471/1413>