



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**КАФЕДРА СУСПІЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН
КАФЕДРА ДИТЯЧИХ ХВОРОБ**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**II ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«СОЦІАЛЬНО-ЕТИЧНІ ТА ДЕОНТОЛОГІЧНІ
ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ
(НЕМЕДИЧНІ ПРОБЛЕМИ В МЕДИЦИНІ)»**

18-19 ЛЮТОГО 2021 РОКУ



М. ЗАПОРІЖЖЯ

Редколегія:

Боярська Л. М. – завідувач кафедри дитячих хвороб ЗДМУ, кандидат медичних наук, професор;

Утюж І. Г. – завідувач кафедри суспільних дисциплін ЗДМУ, доктор філософських наук, професор;

Котлова Ю. В. – кандидат медичних наук, доцент кафедри дитячих хвороб ЗДМУ;

Сенетий Д. П. – доктор філософських наук, доцент кафедри суспільних дисциплін ЗДМУ;

Мегрелішвілі М. О. – кандидат філософських наук, доцент кафедри суспільних дисциплін ЗДМУ;

Касаткіна К. А. – викладач кафедри суспільних дисциплін ЗДМУ.

Збірник матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції «Соціально-етичні та деонтологічні проблеми сучасної медицини (немедичні проблеми в медицині)» (18-19 лютого 2021 року). – Запоріжжя: ЗДМУ, 2021. – 180 с.

Автори матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність наданої у доповідях інформації й точність наведених цитат. Точка зору автора не завжди може співпадати з позицією редколегії.

роботу органів репродуктивної системи жінки. Саме тому не можна говорити про професійне вигорання як суто про психологічне явище. Цей феномен негативно впливає не тільки на роботу та стосунки з оточуючими, але й відбивається на хіміко-біологічних процесах, які притаманні організму людини. На жаль, запалення яєчників – не єдина проблема, яка може бути спровокована професійним вигоранням: ендокринна система та імунітет теж знаходяться під постійною загрозою.

Список використаних джерел:

1. Бойко В.В. *Методика діагностики уровня эмоционального выгорания*. Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2008. 672 с.
2. Водопьянова Н. *Синдром выгорания: диагностика и профилактика*. СПб.: Питер, 2008. 336 с.
3. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса. *Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы*. 2001. № 11. С. 2–16.
4. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22, № 1. С. 90–101.
5. Скугаревская М.М. Синдром эмоционального выгорания. *Медицинские новости*. 2002. № 7. С. 3–9.
6. Спіріна І. Д., Вітенко І. С., Наприєнко О. К. *Медична психологія: державний національний підручник*. Дніпропетровськ: ЧП «Ліра» ЛТД, 2012. 444 с.

ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ В РІЗНИХ КРАЇНАХ СВІТУ

*Дідик С. С., к. істор. н., старший викладач кафедри суспільних дисциплін,
Запорізький державний медичний університет*

В наш час ми все частіше спостерігаємо випадки професійного вигорання серед людей працездатного віку різних країн світу. Ця тенденція пов'язана з тим, що робота займає більшу частину вільного часу кожної людини. Проблема настільки серйозна, що навіть ВООЗ нещодавно оновила визначення професійного вигорання в своєму довіднику медичних діагнозів. Згідно визначення ВООЗ «Вигорання» (QD 85 Burnout) – це синдром, концептуалізований як результат хронічного стресу на робочому місці, який не вдалося успішно подолати. Характеризується трьома вимірами: 1) відчуття виснаження, спустошення; 2) збільшена розумова віддаленість від своєї роботи, почуття негативізму чи цинізму, пов'язані з роботою; 3) відчуття неефективності та відсутності досягнень. Вигорання стосується конкретно явищ у професійному контексті, і їх не слід застосовувати для опису досвіду в інших сферах життя [2].

Емоційне виснаження розглядається як основна складова «професійного вигорання», воно проявляється в переживаннях зниженого емоційного фону, байдужості або в емоційному перенасиченні. Емоційне вигорання набувається в процесі професійної діяльності фахівця і є виробленим особистістю механізмом психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій [4].

Емоційне виснаження зустрічається в житті кожної людини, що пов'язано з активною трудовою діяльністю. Як правило, найбільш поширеними симптомами емоційного вигорання є: 1) відчуття туги, безвиході, поява депресивних проявів у психіці людини і емоційне виснаження; 2) підвищена дратівливість, конфліктність, образливість; 3) постійна втома, що не проходить під час сну і відпочинку і не обумовлена фізичними або психічними навантаженнями; 4) відчуття професійної непридатності, некомпетентності або марності своєї роботи [4].

Основними причинами професійного вигорання є:

- 1) надмірна старанність на роботі (людина прагне виконати обсяг роботи далеко за межею своїх можливостей);
- 2) нестабільність фінансового благополуччя компанії (якщо співробітнику постійно затримують заробітну плату, то з'являється відчуття нестабільності);
- 3) рутинність на роботі та відсутність кар'єрного зростання;
- 4) конфлікти в колективі, а також, непорозуміння з начальством;
- 5) некомфортне робоче місце, яке не дозволяє працівнику сконцентруватися на своєму завданні [4].

Проблема професійного вигорання є актуальною для будь-якої країни світу. Предметом нашого порівняльного аналізу стали Росія, Іспанія, Італія, Японія та Індія. Спробуємо порівняти професійне вигорання за основними критеріями на прикладі цих країн.

Найвищий відсоток людей, схильних до професійного вигорання в Японії (82%), що пов'язано з високою продуктивністю праці і великою кількістю проведення часу на робочому місці. До професійного вигорання схильні працівники будь-якої сфери. Японія залишається лідером серед смертей на робочому місці [1]. Мабуть, це єдина країна у світі, яка веде статистику раптових смертей на роботі. Зазначена проблема дуже хвилює керівників компаній, тому вони намагаються створювати сприятливі умови праці для своїх співробітників. Наприклад, створюють спеціальні кімнати для зняття стресу. У таких кімнатах співробітникам дозволяється бити боксерські груші, розбивати посуд і трощити меблі. Також керівники намагаються заохочувати креативний підхід співробітників. У деяких компаніях присутні тренажери, які допомагають розім'ятися, зняти напругу і втому [4; 2].

Друга країна в нашому списку Росія (72%). До професійного вигорання найбільше схильні викладачі, вчителі, менеджери з продажу, консультанти, поліцейські. Причиною появи даної проблеми є те, що люди втратили інтерес до роботи, їм не вистачає часу на себе і на сім'ю, вони не бачать результату своєї праці. Фахівці в Росії не мають вузькоспеціалізованого профілю, вони універсальні, що створює розмиті межі обов'язків і додатковий стрес. Одним з найбільш популярних факторів незадоволеності своєю роботою є те, що велика частина людей працює не за своєю професією, а тим, ким довелося, що змушує найчастіше освоювати нові навички, витрачати час і постійно знаходитися в некомфортному для себе середовищі. У Росії мало часу приділяють проблемі професійного вигорання, але деякі компанії намагаються платити за понаднормову роботу співробітнику, організовувати корпоративи для згуртування колективу і зняття стресу працівника [2; 4].

Третє місце в цьому списку ділять Іспанія та Італія, і проблема професійного вигорання становить 49% від населення країни. В Іспанії офісні працівники найбільше схильні до професійного вигорання. Основною причиною появи даної проблеми в Іспанії є втрата мотивації працювати більше, що пов'язано з тим, що основна частина заробітної плати йде на оплату кредитів, іпотеки, квитанцій і виходить так, що людина працює безкоштовно, що не може не вводити в стан стресу. Керівники розуміють менталітет населення, і дозволяють співробітникам під час робочого дня робити перерви, щоб вони могли в дружній обстановці обговорити теми і розслабитися, а також їм дозволяють випити келих хорошого вина [2; 4].

В Італії вчителі та лікарі найбільше схильні «перегоріти» на роботі. Причиною професійного вигорання населення Італії є емоційне навантаження, яке виникає через те, що люди працюють тривалий період часу, займаються однією і тією ж справою, при цьому постійно відчують емоційне напруження через періодичне впровадження різних нововведень. Керівники не проводять ніякої роботи зі співробітниками по боротьбі з даною проблемою, так як люди самі роками виробляють в собі спокійне ставлення до цієї ситуації [2; 4].

Закриває наш список Індія – 25% від населення країни. Важливо розуміти, що Індія не є країною трудоголіків, її громадяни легше ставляться до роботи, тому менше схильні до стресу, і як наслідок професійного вигорання. Але стрес на роботі все одно зустрічається через втрату інтересу до роботи. Керівники компаній намагаються зробити все, щоб співробітники відчували комфорт на робочому місці (ходять разом на обіди, спільно вирішують проблеми). Для керівника фірми не складає труднощів видати аванс раніше призначеного терміну, якщо це потрібно співробітнику. Саме тому Індія є країною з найменшим відсотком професійного вигорання [2; 4].

З синдромом професійного вигорання стикаються усі цивілізовані країни світу. І хоча немає універсальної методики його лікування, різні країни по-різному намагаються його подолати.

Список використаних джерел:

1. «ВМ» выяснила, как борются с синдромом профессионального выгорания в разных странах [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vm.ru/society/684547-vm-vyyasnila-kak-boryutsya-s-sindromom-professionalnogo-vygoraniya-v-raznyh-stranah>
2. 72% россиян уверены, что сталкивались с синдромом профессионального выгорания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.stada.ru/press/news/sindrom-professionalnogo-vygoraniya.html>
3. QD85 Burnout [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>
4. Пичужкина Д. Ю., Смекалова Е. С., Шкунова А. А. Проблема профессионального выгорания в разных странах [Электронный ресурс] // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования, №7 (41), 2019. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-professionalnogo-vygoraniya-v-raznyh-stranah>