

BURNOUT AMONG BULGARIAN EMPLOYEES – PRELIMINARY RESULTS

Rumyana Stoyanova

Department of Health Management and Health Economics, Faculty of Public Health, Medical University of Plovdiv, Bulgaria, rumi_stoqnova@abv.bg

Stanislava Harizanova

Department of Hygiene and Ecomedicine, Faculty of Public Health, Medical University of Plovdiv, Bulgaria, dr.harizanovi@abv.bg

Abstract: The objective of this study was to estimate the prevalence of burnout and to ascertain the relationship between demographics characteristics, the sphere of the activities and burnout among Bulgarian employees. Method: The study was conducted from July 01 to July 31, 2019 using the web-based Bulgarian Version of the Boyko's Burnout Inventory, which contains 84 statements grouped in 12 symptoms and 3 phases, some demographics characteristics and spheres of the activities. Bulgarian employees from all economics spheres took part in the survey. Validly completed online questionnaires were 225. The data were exported directly to SPSS 17.0 statistical software and analyzed with descriptive statistics and non-parametric tests – Mann-Whitney U Test and Kruskal Wallis H Test. The level of significance of 5% probability ($P < 0.05$) was adopted. Results: The average age of the respondents was 37.57 ± 10.71 years and 72.0% of them were female. Based on the responses to the Boyko's Inventory – 27.6% ($n=62$) of the respondents had a high level of emotional exhaustion, 56.0% ($n=126$) had a high level of resistance, and 33.3% ($n=75$) had a high level of strain. The high level of burnout was found among 29.8% ($n=67$). Non-parametric tests found that there is not a significant relationship between demographics characteristics, the sphere of the activities and burnout among Bulgarian employees ($P > 0.05$). Conclusion: This study showed that the demographic characteristics and the sphere of the activities were not related to burnout.

Keywords: burnout, web-based information system, psychoprophylaxis.

БЪРНАУТ СРЕД БЪЛГАРСКИ РАБОТЕЩИ ЛИЦА – ПРЕДВАРИТЕЛНИ РЕЗУЛТАТИ

Румяна Стоянова

Катедра „Здравен мениджмънт и икономика на здравеопазването“, Медицински университет Пловдив, България, rumi_stoqnova@abv.bg

Станислава Харизанова

Катедра „Хигиена и екомедицина“, Медицински университет Пловдив, България, dr.harizanovi@abv.bg

Резюме: Целта на настоящето проучване е да се оцени разпространението на бърнаут сред български работещи лица и да се изследва връзката му с някои демографски характеристики и сферата на дейност. Метод: Изследването е проведено в периода 01 юли до 31 юли 2019 г., като е използвана уеб-базирана версия на българския въпросник за оценка на бърнаут по методиката на Бойко. Въпросникът съдържа 84 твърдения, групирани в 12 симптома и 3 фази, както и някои демографски характеристики и сферата на дейност. В проучването участваха български служители от всички икономически сфери. Валидно попълнените онлайн въпросници са 225. Данните са експортирани директно в статистическия софтуер SPSS 17.0 и анализирани с описателна статистика и непараметрични тестове - тест на Mann-Whitney U и Kruskal Wallis H Test. Прието е ниво на значимост от 5% ($P < 0.05$). Резултати: Средната възраст на анкетираните лица е 37.57 ± 10.71 години, като 72.0% от тях са жени. Въз основа на отговорите на респондентите – 27.6% ($n=62$) от тях са с високо ниво на емоционално изтощение; 56.0% ($n=126$) са с високо ниво на съпротива, а 33.3% ($n=75$) са имали високо ниво на напрежение. Високо ниво на прегаряне бе установено сред 29.8% ($n=67$). Непараметричните тестове установиха, че няма значима връзка между демографските характеристики, сферата на дейност и прегарянето сред българските работещи лица ($P > 0.05$). Заключение: Това проучване установи, че демографските характеристики и сферата на дейност не са свързани с бърнаут. **Ключови думи:** бърнаут синдром, web-базирана информационна система, психопрофилактика.

1. УВОД

Бърнаут синдрома е състояние характеризиращо се с емоционално изтощение, деперсонализация и чувство на неудовлетвореност от себе реализацията. Емоционалното изтощение се отнася до изчерпване на емоционалните ресурси, причинено от междуличностни изисквания. С деперсонализацията се изтъква развитието на негативно, безсърдечно и цинично отношение към получателите на услуги. И накрая, неуспехът при постигане на желаната личностна реализация поражда тенденция работата с реципиентите да се оцени като негативна. Така при „изпепелените“ професионалисти чувството за непостигнати цели е съпроводено с ниско професионално самочувствие (Maslach & Jackson, 1981a; Maslach & Leiter, 2016).

Фройденбергер и Ричелсън определят синдрома бърнаут като „състояние на умора или чувство на неудовлетвореност, предизвикани от отдаденост към дадена кауза, начин на живот или амбиция, която не успява да произведе очакваното възнаграждение“ (Freudenberger & Richelson, 1980).

Пайнс и Арънсън представят малко по-широка дефиниция за бърнаут. Те включват физически симптоми и не ограничават бърнаут само до „помагащите“ професии. Пайнс и Арънсън определят синдрома бърнаут като „състояние на физическо, емоционално и психическо изтощение, причинено от дългосрочно участие в ситуации, които са емоционално натоварващи“. Физическото изтощение се характеризира с намаляване на енергията, хронична умора и слабост. Емоционалното изтощение, вторият компонент на бърнаут, основно включва чувство на безпомощност, безнадеждност и чувство да си като „затворен в клетка“. Умственото изтощение, третият компонент, се характеризира с развитието на негативни нагласи към самия себе си, към работата и към самия живот (Pines & Aronson, 1988).

Целта на настоящето проучване е да се оцени разпространението на бърнаут сред български работещи лица и да се изследва връзката му с някои демографски характеристики и сферата на дейност.

2. МЕТОД НА ПРОУЧВАНЕТО

Изследването е проведено в периода 01 юли до 31 юли 2019 г., като е използвана уеб-базирана версия на българския въпросник за оценка на бърнаут по методиката на Бойко. Изборът на използваната методика беше направен след систематично проучване на съществуващите инструментариуми за изследване на бърнаут синдрома и анализ на техните силни и слаби страни (Harizanova & Stoyanova, 2017). Предимство на предложената от руския изследовател В. Бойко методика за проучване на бърнаут синдрома е възможността за психопрофилактика (Бойко, 2002; Бойко, 2008). Въпросникът съдържа 84 твърдения, групирани в 12 симптома и 3 фази, като към него бяха добавени въпроси, относно някои демографски характеристики и сферата на дейност. Инструментариумът е адаптиран и валидиран в България и е с много добри психометрични показатели, което го прави надежден и приложим при проучване на синдрома бърнаут сред различни професионални групи (Harizanova, Mateva & Tarnovska, 2016; Harizanova, Stoyanova & Mateva, 2018).

В проучването участваха български служители от всички икономически сфери. Валидно попълнените онлайн въпросници са 225.

Данните са експортирани директно в статистическия софтуер SPSS 17.0 и анализирани с описателна статистика и непараметрични тестове - тест на Mann-Whitney U и Kruskal Wallis H Test. Прието е ниво на значимост от 5% ($P < 0.05$).

3. РЕЗУЛТАТИ

Средната възраст на лицата, взели участие в онлайн проучването е 37.57 ± 10.71 години. Средно респондентите имат стаж 13.91 ± 9.84 години, като на настоящото им работно място са средно от 6.93 ± 6.52 години. Другите социо-демографски характеристики на изследваните респонденти са показани в таблица 1.

Таблица 1. Социо-демографски характеристики и сфера на дейност на изследваните лица.

		Брой (N)	%
Пол	Мъж	63	28.0
	Жена	162	72.0
	Общо	225	100.0
Семейно положение	Семеен/семейна	105	46.7
	Не семеен/семейна	56	24.9
	Разведен/ разведена	17	7.6
	Вдовец/вдовица	1	0.4

	Брой (N)	%
В съжителство	46	20.4
Общо	225	100.0
Производство	9	4.0
Търговия	5	2.2
Туризм	3	1.3
Финансово-икономически дейности	29	12.9
Администрация и държавно управление	26	11.6
Образование, здравеопазване, култура	153	68.0
Общо	225	100.0

Въз основа на получените отговори от страна на респондентите – 27.6% (n = 62) от тях са с високо ниво на емоционално изтощение; 56.0% (n = 126) са с високо ниво на съпротива, а 33.3% (n = 75) са имали високо ниво на напрежение. Високо ниво на прегаряне бе установено сред 29.8% (n = 67). Данните са представени в табл. 2.

Табл. 2. Фази и общо ниво на бърнаут.

Фази на бърнаут	Фазата не е сформирана, не е от значение n (%)	Фазата е в процес на сформирание n (%)	Фазата е сформирана n (%)
Напрягане	95 (42.2)	55 (24.4)	75 (33.3)
Съпротива	25 (11.1)	74 (32.9)	126 (56.0)
Емоционално изтощение	87 (38.7)	76 (33.8)	62 (27.6)
Цялостна оценка	Ниско n (%)	Средно n (%)	Високо n (%)
Ниво на бърнаут	76 (33.8)	82 (36.4)	67 (29.8)

Непараметричните тестове установиха, че няма значима връзка между демографските характеристики, сферата на дейност и прегарянето сред българските работещи лица (виж табл. 3), докато други проучвания докладват противоречиви резултати, относно влиянието на демографските характеристики върху развитието на бърнаут (Ang et al, 2016).

Табл. 3. Връзка между демографските характеристики, сферата на дейност и прегарянето сред българските работещи лица.

	Групи	n	Mean ± SD	Mann-Whitney U или Kruskal Wallis H Test	P
Бърнаут/пол	Мъже Жени	63 162	58.62 ± 34.07 61.46 ± 27.87	U = 4760.50	0.366
Бърнаут/семеино положение	Семеен/семеина Несемеен/семеина Разведен/ разведена Вдовец/вдовица	105 56 17 1	58.19 ± 25.81 62.05 ± 32.79 57.59 ± 33.68 93.00 ± 0.00	$\chi^2(2) = 2.865$	0.581
Бърнаут/сфера на	Производство Търговия	9 5	52.22 ± 26.91 74.20 ± 27.36	$\chi^2(2) = 3.186$	0.671

дейност	Туризм	3	79.33 ± 41.36
	Финансово-икономически дейности	29	59.69 ± 27.15
	Администрация и държавно управление	26	63.96 ± 26.66
	Образование, здравеопазване, култура	153	59.97 ± 30.76

4. ИЗВОД

Проучването установи, че демографските характеристики и сферата на дейност не оказват влияние върху нивото на синдрома бърнаут в изследваната група. Наши бъдещи изследвания ще допълнят резултатите с оценка на личностовите особености на респондентите като предиктори за развитието на бърнаут синдром.

БЛАГОДАРНОСТИ

Проведеното проучване е реализирано с финансовата подкрепа на Фонда за научни изследвания при Медицински Университет - Пловдив по Научно-изследователски проект НО-13/2018г.

ЛИТЕРАТУРА

- Бойко, В. (2002). *Диагностика емоционального выгорания личности*. Фетискин, В., Козлов, В., & Мануйлов, Г. (ред.), Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп, Москва, Института Психотерапии, pp. 394-399.
- Бойко, В. (2008). *Психоенергетика*. Питер, СПб.
- Ang, S., Dhaliwal, S., Ayre, T., Uthaman, T., Fong, K., Tien, C. et al. (2016). Demographics and Personality Factors Associated with Burnout among Nurses in a Singapore Tertiary Hospital. *BioMed research international*, 2016, 6960184. doi:10.1155/2016/6960184.
- Freudenberger, H., & Richelson, G. (1980). *Burnout: How to beat the high cost of success*. New York: Bantam Books.
- Harizanova, S. N., Mateva, N. G., & Tarnovska, T. C. (2016). Adaptation and Validation of a Burnout Inventory in a Survey of the Staff of a Correctional Institution in Bulgaria. *Folia medica*, 58(4), 282-288.
- Harizanova, S., Stoyanova, R., & Mateva, N. (2018). Do Personality Characteristics Constitute the Profile of Burnout-Prone Correctional Officers? *Open Access Maced J Med Sci*. 2018 Oct 25; 6 (10): 1912-1917.
- Harizanova, St. & Stoyanova, R. (2017). Establishment and introduction of the web-based information system for prevention and diagnosis of burnout syndrome. *Knowledge*, Skopje, 20(4), 1771-1775.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111.
- Pines, A., & Aronson, E. (1988). *Career Burnout: Causes and Cures*. New York: Free Press.