
ABOUT SOME FACTORS PROVOKING BURN OUT - SYNDROME IN HEALTHCARE PROFESSIONALS WORKING WITH ADULT AND ELDERLY PEOPLE

Rumyana Sherletova

Trakia University - Medical College, Stara Zagora, rumi.sherletova@abv.bg

Hristina Milcheva

Trakia University - Medical College, Stara Zagora, milcheva@uni-sz.bg

Abstract. Occupational burnout is one of the serious problems of modern occupational activity. WHO defines it as the "21st Century Disease" that globally takes on the scale of a "global epidemic". [5] In the professional activity of health professionals, the concept of healthcare contains all aspects describing man as a bio-psychosocial being. Every day the health professional is in very close contact with people, especially patients who need vigilant care and attention. Under the influence of illness, discomfort and pain, patients often become restless, impatient and capricious. This, coupled with the high demands and strains due to shortage of human resources, time and materials, the lack of social support and communication in the organization; excessive workload with administrative tasks leads to overload and to "a syndrome of emotional and physical exhaustion, including the development of negative self-esteem, negative attitude towards work, and a loss of understanding and sympathy for patients." [1,2,3]

The aim of the present study is to investigate and identify the potential risk factors inducing "professional burn out" in healthcare professionals taking care for adults and the elderly people with disabilities.

The subject of the survey is healthcare professionals (nurses and other healthcare professionals) working in care homes for elderly people in the Stara Zagora region.

Materials and Methods: The survey method, interview, observation was used.

The results show that the vast majority of healthcare professionals working with adults and the elderly are constantly exposed to the risk factors predisposing the onset of professional burnout syndrome. This requires action to increase competence and build skills and habits for health professionals working with adults and the elderly with disabilities to cope with the burnout syndrome.

Keywords: risk factors, health care health professionals, adults and the elderly, burnout syndrome.

ЗА НЯКОИ ФАКТОРИ,ПРОВОКИРАЩИ BURN OUT – СИНДРОМА ПРИ ЗДРАВНИТЕ ПРОФЕСИОНАЛИСТИ РАБОТЕЩИ С ВЪЗРАСТНИ И СТАРИ ХОРА

Румяна Шерлетова

Тракийски университет – Медицински колеж, Стара Загора, rumi.sherletova@abv.bg

Проф. Христина Милчева, дп

Тракийски университет – Медицински колеж, Стара Загора, milcheva@uni-sz.bg

Резюме. Професионалното прегаряне е един от сериозните проблеми на съвременната професионална дейност. СЗО го дефинира като „болестта на 21 век“, която в световен мащаб приема размери на „глобална епидемия“. [4] В професионалната дейност на здравните професионалисти, концепцията за здравните грижи съдържа всички аспекти описващи човека като био- психо- социално същество.

Всеки работен ден на здравният професионалист преминава в много близък контакт с хора, най-вече с пациенти, които се нуждаят от бдителна грижа и внимание. Под влияние на болестта, дискомфорта и болката, болните често стават неспокойни, нетърпеливи и капризни. Това, в съчетание с високите изисквания и напрежението поради недостиг на човешки ресурси, време и материали, липсата на социална подкрепа и комуникация в организацията; претовареността с административни задачи водят до свръхнатовареност и до „синдром на емоционално и физическо изтощение, включващ развитието на отрицателна самооценка, отрицателно отношение към работата и загуба на разбиране и съчувствие по отношение на пациентите“. [1,2,3]

Целта на настоящото изследване е да се проучат и определят потенциалните рисковите фактори, провокиращи „професионално прегаряне“ при здравните професионалисти полагащи грижи за възрастни и стари хора с увреждания.

Обект на проучването са професионалисти по здравни грижи (медицински сестри и други здравни специалисти) работещи в домове за стари хора в област Стара Загора.

Материали и методи: Използвани са анкетен метод, интервю, наблюдение.

Резултатите показват, че по-голямата част от здравните професионалисти работещи с възрастни и стари хора са подложени на непрекъснато въздействието на рисковите фактори предразполагащи появата на синдрома на професионалното изпепеляване. Това налага да се предприемат действия, които да доведат до повишаване компетентността, и изграждането на умения и навици у здравните професионалисти, работещи с възрастни и стари хора с увреждания да се справят с бърнаут синдрома.

Ключови думи: рискови фактори, здравни грижи здравни професионалисти, възрастни и стари хора, burn out – синдром.

ВЪВЕДЕНИЕ

Професионалното прегаряне е един от сериозните проблеми на съвременната професионална дейност. СЗО го дефинира като „болестта на 21 век“, която в световен мащаб приема размери на „глобална епидемия“. Burnout синдрома е сложен психологически феномен, който често засяга професионалната дейност на здравните специалисти, работата на които изисква непрекъснат пряк контакт с хората и оказване на психологическа подкрепа[4]. В професионалната дейност на здравните професионалисти, концепцията за здравните грижи съдържа всички аспекти описващи човека като био- психо- социално същество.

Ежедневно здравният професионалист попада в много близък контакт с хора, най-вече с пациенти, които се нуждаят от бдителна грижа и внимание. Под влияние на болестта, дискомфорта и болката, болните често стават неспокойни, нетърпеливи и капризни. Това, в съчетание с високите изисквания и напрежението поради недостиг на човешки ресурси, време и материали, липсата на социална подкрепа и комуникация в организацията; претовареността с административни задачи водят до свръхнатовареност и до „синдром на емоционално и физическо изтощение, включващ развитието на отрицателна самооценка, отрицателно отношение към работата и загуба на разбиране и съчувствие по отношение на пациентите“. [1,2,3]

Професионалното прегаряне е състояние на физическо, умствено и емоционално изтощение, придружено от усещане за неефективност от работата при хора, практикуващи професии в здравната и социалната сфера. Кристина Маслач подчертава, че „изгарянето – това не е загуба на творчески потенциал, не е реакция на скука, а по-скоро е проблем, който „възниква на фона на стреса, предизвикан от междуличностно общуване“. Авторката определя шест основни области на несъответствие, които водят до професионално прегаряне, а именно:

- Изисквания към работещия и неговите реални възможности;
- Стремение към независимост в работата и степента на приложен контрол;
- Вложени усилия в работата и недооценка на приносите;
- Отсъствие на позитивни взаимоотношения с работния колектив;
- Отсъствие на справедливи взаимоотношения в работата;
- Етични принципи на личността и изискванията на работата [1,2,3].

Целта на настоящото изследване е да се проучат и определят потенциалните рисковите фактори, провокиращи „професионално прегаряне“ при здравните професионалисти полагащи грижи за възрастни и стари хора с увреждания.

Обект на проучването са професионалисти по здравни грижи (медицински сестри и други здравни специалисти) работещи в домове за стари хора в област Стара Загора.

МАТЕРИАЛИ И МЕТОДИ

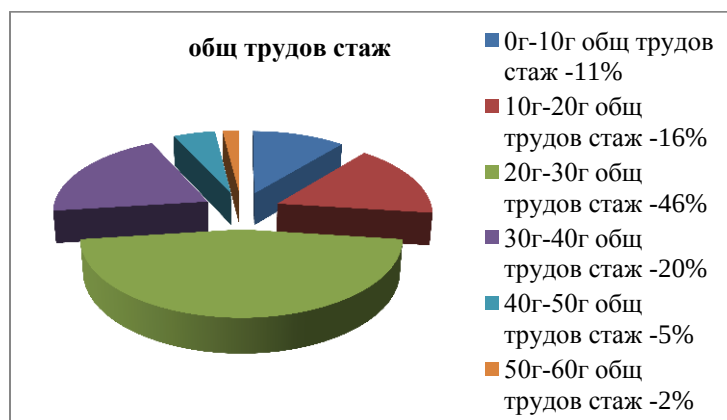
Използвани са анкетен метод, интервю, наблюдение.

Проведено е анкетно проучване на базата на принципите за доброволност и анонимност , в следните институции: Дом за стари хора с физически увреждания „Света Богородица” - с.Старозагорски минерални бани; Домовете за стари хора №1; №2; №3 – гр.Казанлък и в хоспис ЛЕК –гр. Стара Загора. Броят на възрастните хора, които получават грижи в тях е около 250 човека, а персонала полагащ грижи за тях е 136 човека.

В анкетното проучване са обхванати 55 служители.

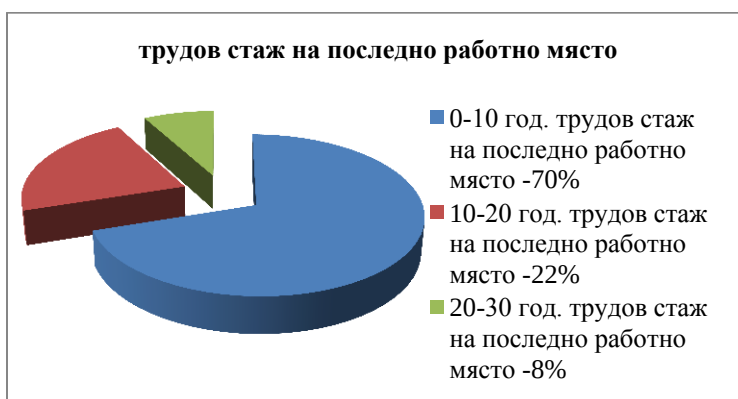
РЕЗУЛТАТИ И ОБСЪЖДАНЕ

Анализът на профила на изследваните респонденти показва следното: 64% от тях са с висше образование, 25% – със средно и 13% – с основно образование. От анкетиранияте служители 88% са от женски пол, а 12% от мъжки. В зависимост от семейното си положение – 60% са семейни, 11% – разведени, 11% попадат в категорията – вдовец, 16% са несемейни и 2% живеят на семейни начала. Според показателя възраст, най-многобройна е групата от 50-60 години, те са 36% на брой, следвани от групата 40-50 г. – които са 29%, във възрастта от 60-70 г. – 18%, от 30-40 г. – 11%, от 20-30 г. – 4% и 2% на възраст от 70-80 г. (Фиг. 1).



Фиг. 1 Разпределение на респондентите по отношение на трудовият им стаж

Според показателят общ трудов стаж, най-голяма е групата с трудов стаж от 20-30г, следвани от тези с 30-40 г., има дори представител с трудов стаж над 40г. По отношение на следващия критерий: уседналост на последно работно място резултатите сочат, че най-висок е процента на хората с трудов стаж от 0-10г. - 70%. В сравнение с общия трудов стаж се вижда, че малко от професионалистите с дълъг трудов стаж са предпочели кариера на последното работно място, което може би е свързано с високата стресогенност на професията. Това показва, че, работата с възрастни и стари хора с увреждания не е привлекателна за младите хора, а тези, които я осъществяват не се задържат повече от 10 г. на едно работно място (Фиг. 2).



Фиг. 2 Трудов стаж на изследваните на последното работно място.

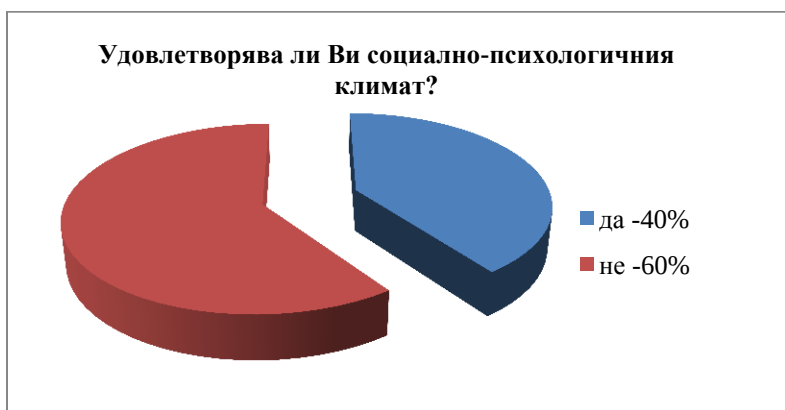
На въпроса, работите ли извънредно и оказва ли това влияние на работния Ви график, повече от половината (53% от анкетиранияте) са отговорили, че почти никога не им се е налагало да работят извънредно, което ни кара да предположим, че домовете за възрастни и стари хора с увреждания имат на сегашния етап необходимия персонал, но в близко бъдеще, се очаква недостигът на кадри да стане проблем и за посочените институции (Фиг. 3).



Фиг. 3 Полагат ли извънреден труд изследваните?

Само на едно работно място ли работите е въпрос, на който две трети (76%) от анкетираните са отговорили утвърдително и за останалата 1/3 (24%) - това е втори трудов договор. Това потвърждава факта, че заплащането на труда на работещите в сферата на здравеопазването и социалните дейности е ниско, затова не малка част от работещите търсят допълнителна работа. Проучвания на феномена „burn out“ показват, че повишеното работно натоварване и извънредния труд стимулират развитието на „професионално прегаряне“. Аналогични резултати са получени и между продължителността на работния ден и синдрома на прегаряне, защото тези две променливи са тясно свързани помежду си.

Социално-психологичният климат на работното място е важен фактор, който до голяма степен може да провокира симптоми на „професионално прегаряне“. Изследванията по проблема показват, че неудовлетвореността от климата на работното място е една от основните причини водеща до професионално прегаряне. Настоящото изследване показва, висока степен на неудовлетвореност при (60 %) изследваните, останалите (40%) от участниците в анкетата са удовлетворени от средата в която работят, както от разпределението на правата и задълженията в екипа (Фиг. 4).

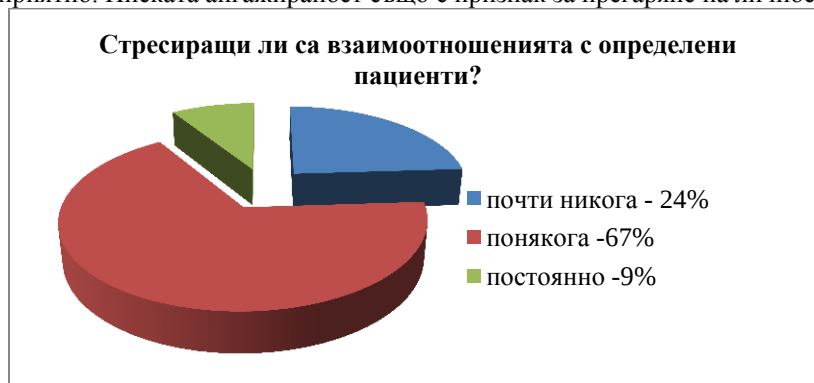


Фиг. 4 Удовлетвореност от средата, разпределението на задълженията и психо-климата на работното място.

Лошата работна атмосфера и липсата на организационна подкрепа водят до усещане за емоционално изтощение от работата, формализацията на общуването с пациента, използването на стереотипни навици и формално изпълнение на задълженията.

Друг важен фактор, който може да провокира симптоми на „професионално прегаряне“ са взаимоотношенията на здравните професионалисти с пациентите (потребителите) при реализиране на професионалните им дейности. Смята се, че свързаността повишава ефективността на терапевтичната връзка във взаимоотношенията здравен професионалист – пациент/ потребител. Висок относителен дял (около 70 % от анкетираните) са посочили, че взаимоотношенията с определени пациенти/ потребители са стресиращи понякога, защото постоянно се дава възможност на пациента да изрази чувства породени от заболяванията

си, а останалите (около 30% от изследваните) смятат, че само понякога тези взаимоотношения биха повлияли неблагоприятно. Ниската ангажираност също е признак за прегаряне на личността. (Фиг. 5).



Фиг. 5 Влияние на взаимоотношенията с пациента/потребител

Висок относителен дял (85% от участниците) в анкетирането са посочили, че обслужват пациенти/потребители, които се нуждаят от цялостни грижи, 11% работят с пациенти, които изискват минимално подпомагане от здравния професионалист и 4% се грижат за потребители, които са самостоятелни. Продължителната ангажираност с грижи за възрастни и стари хора с увреждания, полиморбидност и психични заболявания, също е предпоставка за настъпването на професионално прегаряне. (Фиг.6)



Фиг.6 Здравословно състояние на пациентите/ потребителите.

В края на работния ден 56% от работещите с възрастни и стари хора с уврежданията се чувстват емоционално изтощени, 29% - са с понижено настроение, а 15% - страдат от безразличие. От анкетата е видно, че при повече от половината изследвани лица са налице симптоми на „професионално прегаряне“ (Фиг.7).



Фиг.7 Чувства на работещите в края на работния ден.

ИЗВОДИ

1. Професионалната дейност на здравния професионалист е специфична, концентрирана върху грижите за пациента и насочена към решаване на съществуващи и потенциални здравословни проблеми в условията на променяща се околна среда.
2. Здравният професионалист е партньор на лекаря, не само технически изпълнител на лекарските назначения и процедури. Ежедневното общуване с пациента, изпитващ понякога физически и психологически трудности, страх, депресия или агресия, в съчетание с огромното натоварване, води до емоционално изтощение.
3. Болката и другите неприятни усещания променят психиката на пациента и това често поражда отрицателни изживявания у здравния професионалист, дължащи се на „пренос“ на емоции от пациента към професионалиста. Налице е тенденция за снижаване ефективността на комуникацията с повишаване степента на емоционалното изхвърляне на професионалиста.
4. Основни фактори провокиращи симптоми на „професионално прегаряне“, които се откриха от анкетата са: неудовлетвореност, стрес, претоварване, недобри взаимоотношения.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представеното изследване потвърждава данните за наличие на „прегаряне“ у професионалистите по здравни грижи. Необходимо е да се предприемат мерки за ограничаване на рисковите фактори, водещи до професионално изпепеляване при здравните професионалисти, работещи с възрастни и стари хора. Информирането сред работещите по отношение на тези рискови фактори е основен начин за справяне и може да стане под формата на мини - лекции, беседи, информационни табла, брошури за самопомощ при прегаряне. Препоръчително е създаване на кабинет за емоционално –психологическо разтоварване, който може да се използва и за провеждане на психологически тренинги и индивидуални консултации със здравните професионалисти, както и за кратки почивки по време на работния ден.

ЛИТЕРАТУРНИ ИЗТОЧНИЦИ

- [1] Мирчева Камелия; Психологическо консултиране” Арт клуб „Херос”Стара Загора;2013.
- [2] Пайнс Е.,Маслач К.;Практикум по Социалной психологии- СПб: Питер,2000
- [3] Савова Захарина; Превенция на стрес и професионално изчерпване; Симолини 94 - София;2012.
- [4] nt-cmb.medun.acad.bg:8080/jspui/bitstream/10861/1146/1/Galya_Yankova-dis.pdf