

4. Христенко О. О. Психологічна підтримка волонтерів: теоретичні та практичні аспекти. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2020. 148 с.

Стефанія Деніга

психолог відділення відновного лікування

КНП ЯМР ЛО «Яворівська центральна районна лікарня»,

м.Львів, Україна

psy.stefaniia@gmail.com

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ СЕРЕД КЛІНІЦИСТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

«Світячи іншим, згораю сам»

В умовах розвитку глобалізації та динамічності, сучасне суспільство висуває все нові вимоги щодо компетенції, професіоналізму та продуктивності постачальникам послуг, особливо це стосується представників соціономічних професій - клініцистів, педагогів, менеджерів, соціологів, тощо.

Ще за часів Гіппократа було задокументовано випадки негативних психоемоційних реакцій та суїцидальних дій серед лікарів. Так, ще в Середньовіччі з'явилась емблема у вигляді запаленої свічки, яка по сьогоднішній день є символом жертвності медиків.

Специфічними особливостями професії клініцистів є висока емоційна залученість, відповідальність за життя та здоров'я пацієнтів, володіння навиками самоконтролю, дисципліни, самоефективності та резильєнтності, що свою чергу може призводити до фізичного, емоційного та мотиваційного виснаження і розвитку емоційного вигорання.

Дослідження явища синдрому емоційного вигорання (далі в тексті - СЕВ) розпочалось в другій половині ХХ століття. Значну роль у вивченні особливостей вигорання серед клініцистів зробили вчені: Д. Діерендонк, К. Маслач, Г. Робертс, Х. Сіксма, Г. Фрейденбергер, І. Харді, В. Шауфелі, Т. Шанафельт, тощо.

За останні роки тема СЕВ серед медичних представників у зв'язку з викликами пов'язаними із пандемією COVID – 19 та воєнними діями набула ще більшої актуальності. Десятирічне дослідження [1] вчених зі Стенфордського Університету щодо динаміки вигорання клініцистів протягом 2011, 2014, 2017, 2020 та 2021 років показало високі показники емоційного виснаження та деперсоналізації в постковідний період, ніж в попередніх роках. Відтак, середні показники СЕВ серед медиків у 2017 році становило 44%, тоді, як у 2021 - 62,8%. В Україні масштабним вивченням рівня вигорання серед лікарів різної спеціальності займалися експерти на чолі з відомим психіатром О. Чабаном [3] у 2018-2019 роках. Серед опитаних 370 медиків у 68,4% було виявлено вигорання.

Численні дослідження динаміки розвитку емоційного вигорання серед працівників медичної галузі по всьому світу відрізняються своїми показниками залежно від країни, її соціально - економічної ситуації, етнокультурних особливостей, географічного розташування, внутрішньої та зовнішньої політики. Так, дані сучасних досліджень варіюються від 16 % до 86 %, і в зонах військових конфліктів ці значення рекордно великі порівняно з показниками СЕВ серед медичних працівників мирних регіонів та країн.

На даний час українські медики щоденно зустрічаються з викликами війни: робота під час повітряних тривог; відсутність електроенергії та водопостачання; порушення логістичних зв'язків; нестабільність графіку чергувань; екстренні рішення в екстремальних умовах. Вітчизняні науковці стверджують, що ризик розвитку СЕВ серед клініцистів значно зростає в умовах військових конфліктів, що впливає на якість наданих послуг для населення.

У березні 2024 року міністр охорони здоров'я В. Ляшко заявив, що з початку повномасштабного вторгнення росією в Україну, понад 3% клініцистів виїхало закордон. Також значна частка медиків є мобілізованими до лав збройних сил, де вони зустрічаються з прямими викликами війни, як: загрозами обстрілів з артилерії, танків, РСЗВ, мінометів; страхом безпосереднього зіткнення з піхотою противника під час наступу чи виконання бойових завдань; втратою побратимів; страхом наступити на міну; порушенням звичного режиму сну;

переохолодженням чи тепловим ударом; недоїданням, тощо. Зазначають, що з початку війни загинуло понад 320 медиків [2].

Отже, зовнішні соціально - економічні чинники ризику емоційне вигорання такі, як COVID - 19, військові конфлікти, вимушена еміграція, безпосередньо впливають на медичну галузь - медичних працівників, систему охорони здоров'я, пацієнтів та створюють сукупність стресогенних факторів, що ведуть до розвитку високих показників вигорання серед клініцистів, що вимагає пошуку оптимальних методів профілактики цього синдрому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Асонов Д. Емоційне вигорання медичних працівників: моделі, фактори ризику та протективні фактори. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2021. Вип. 15. С. 1-14.
2. Денег С. Профілактика емоційного вигорання серед медичних працівників в умовах воєнного стану: кваліфікаційна робота магістра. Львів: ЛДУБЖД, 2025. 115 с.
3. Чабан О., Салнікова А. Burn out: українські реалії (на прикладах деяких лікарських професій). *Psychosomatic Medicine and General Practice*. 2019.

Наталія Клепач

Здобувачка магістерського рівня вищої освіти

спеціальності «Психологія»,

Тернопільський національний педагогічний

університет імені Володимира Гнатюка

м. Тернопіль, Україна

klepachnatalia92@gmail.com

ЕМОЦІЙНА ЧУТЛИВІСТЬ ЯК ЧИННИК СТАНОВЛЕННЯ

САМООЦІНКИ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

Студентський вік є ключовим періодом особистісного та професійного становлення людини, що характеризується розвитком ідентичності,