

Η Σημασία της Έγκαιρης Ανίχνευσης και Αντιμετώπισης της Επαγγελματικής Εξουθένωσης στο Προσωπικό του Στρατού Ξηράς

Σταυρίδου Α^{1,5}, Αθανασιάδου Φ¹, Στασινή Α¹, Χατζάρας Γ⁴,
Ζαχαριάδης Α⁴, Σεραφείμ Τ², Τσαμαδού Η³, Γιωτάκος Ο⁴

Προέλευση: ΔΚΨΥΕΔ¹, 424 ΓΣΝΕ², ΤΕΙ Πληροφορικής
Λάρισας³, Ψυχιατρική κλινική 414 ΣΝΕΝ⁴, 95 ΤΥΕΘ⁵

Εισαγωγή

Η Maslach (1982) περιέγραψε την επαγγελματική εξουθένωση ως ένα σύνδρομο συναισθηματικής εξάντλησης, αποπροσωποποίησης και μειωμένης προσωπικής επίτευξης που προέρχεται από την εργασία με άτομα που έχουν ή πρόκειται να αντιμετωπίσουν προβλήματα. Είναι ένα είδος εργασιακού στρες, με εξαίρεση ότι το στρες προέρχεται από την κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ αυτού που βοηθάει και αυτών που ζητούν τη βοήθεια. Παρόλο που έχει τοποθετηθεί σε επαγγέλματα που κατευθύνονται στον άνθρωπο, μπορεί να εμφανιστεί σε κάθε είδους επάγγελμα.

Βασική υπόθεση

Αυξημένα επίπεδα συναισθηματικής εξουθένωσης και αποπροσωποποίησης σε συνδυασμό με χαμηλά επίπεδα στον παράγοντα των προσωπικών επιτευγμάτων, αυξάνουν τον κίνδυνο εμφάνισης του συνδρόμου επαγγελματικής εξουθένωσης.

Μέθοδος

❖ Δείγμα:

152 ερωτηθέντες

- Φύλο: 63 γυναίκες και 89 άνδρες
- Ηλικίες: 20-30 (64)
31-45 (80)
46 και άνω (8)
- Ιδιότητα: Υπαξιωματικοί (65)
Κατώτεροι αξιωματικοί (66)
Ανώτεροι αξιωματικοί (21)
- Οικογενειακή κατάσταση: Άγαμοι/Διαζευγμένοι/Χήροι (71)
Έγγαμοι/Σε συμβίωση (81)

❖ Εργασία:

Οι συμμετέχοντες αξιολογήθηκαν μέσα από τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της Επαγγελματικής Εξουθένωσης της Maslach (MBI) και της Κλίμακας Αναπροσαρμογής των Holmes και Rahe, αφού πρωτίστως ενημερώθηκαν ότι η συμμετοχή τους ήταν προαιρετική και ανώνυμη.

Αποτελέσματα

	M.O.	T.A.
• Συναισθηματική Εξάντληση	10,57	(6,02)
• Αποπροσωποποίηση	6,86	(5,32)
• Προσωπικά Επιτεύγματα	33,15	(8,86)

- ❖ Συναισθηματική εξάντληση:
Χαμηλή ≤ 15 , μέτρια 16–30, υψηλή ≥ 31
- ❖ Αποπροσωποποίηση:
Χαμηλή ≤ 3 , μέτρια 4–11, υψηλή ≥ 12
- ❖ Προσωπικά επιτεύγματα:
Χαμηλά ≤ 31 , μέτρια 32–39, υψηλά ≥ 40

Αποτελέσματα

	<u>Συναισθηματική Εξάντληση</u>	<u>Αποπροσωποποίηση</u>	<u>Προσωπικά Επιτεύγματα</u>
<u>Χαμηλή</u>	121 (79,6%)	51 (33,6%)	61 (40,1%)
<u>Μέτρια</u>	31 (20,4%)	73 (48%)	52 (34,2%)
<u>Υψηλή</u>	-	28 (18,4%)	39 (25,7%)

Αποτελέσματα

	Ιδιότητα	M.O. (T.A.)	
Προσωπικά Επιτεύγματα	Υπαξιωματικός	33,97(9,98)	F (2/149)=3,911 p < ,05
	κατώτερος αξιωματικός	31,17(8,04)*	
	ανώτερος αξιωματικός	36,86(5,88)*	

	Εμπειρία	M.O. (T.A.)	
Αποπροσωποποίηση	Μικρή εμπειρία (έως 10 έτη)	7,99(5,43)*	F (1/148)=5,904 p < ,05
	Μεγάλη εμπειρία (άνω των 10 ετών)	5,91(5,04)*	

	Βαρύτητα τραυματικών γεγονότων	M.O. (T.A.)	
Αποπροσωποποίηση	Μειωμένη	5,48(4,19)*	F (2/143)=3,174 p < ,05
	Μέτρια	8,06(6,06)*	
	Αυξημένη	7,30(5,76)	

Συζήτηση

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας μοιάζουν να μην επιβεβαιώνουν το μοντέλο της Maslach (1982) και να επιβεβαιώνουν μάλλον το μοντέλο των Golembiewski και Munzenrider (1981, 1984) σύμφωνα με το οποίο η επαγγελματική εξουθένωση πρωτοεμφανίζεται ως αποπροσωποποίηση για να επιδράσει στο αίσθημα προσωπικών επιτευγμάτων και κατόπιν στη συναισθηματική εξάντληση.

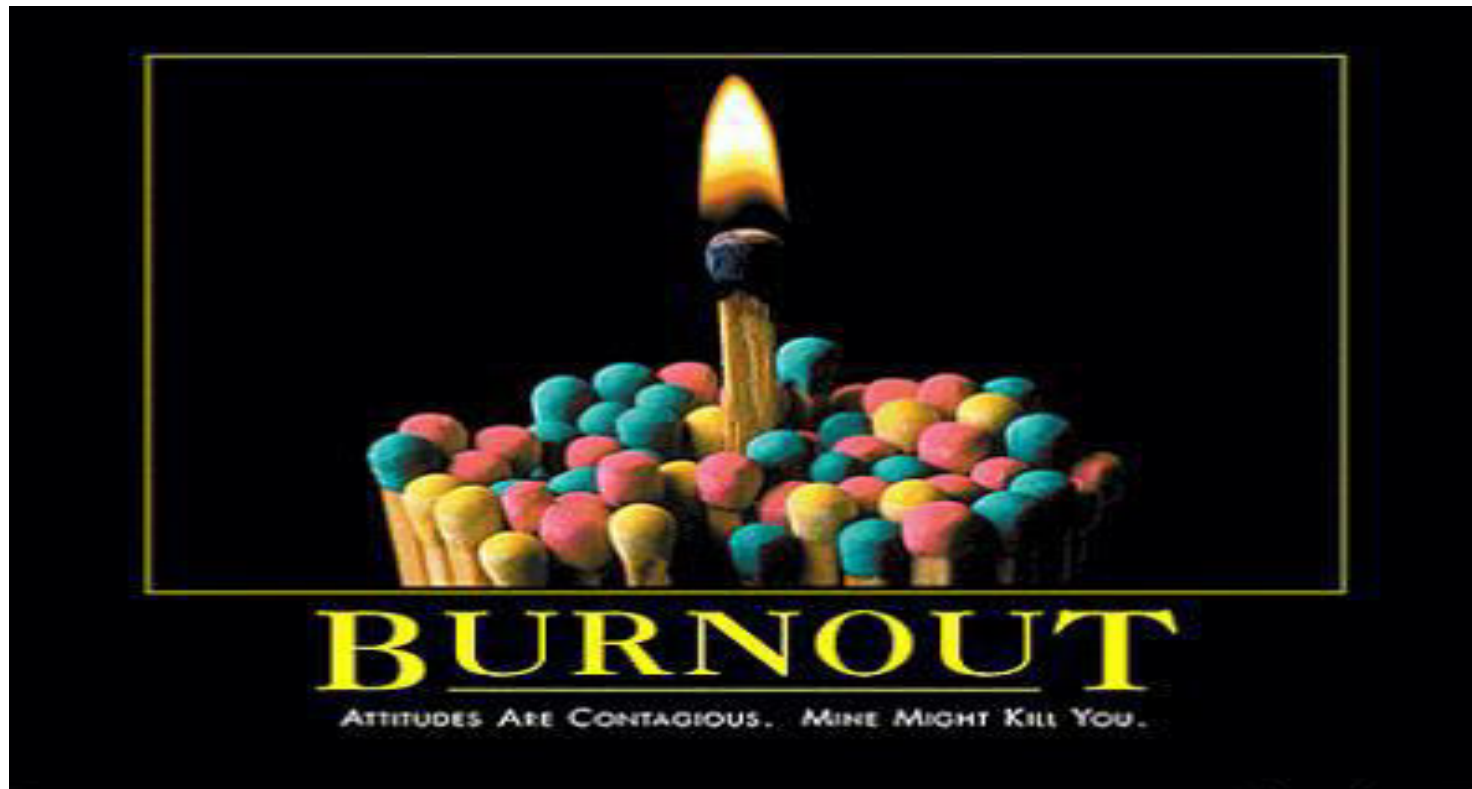
Συμπεράσματα

- ❖ Συμπερασματικά γίνεται φανερή η σημασία των κοινωνικών συνθηκών, των προσόντων και προσδοκιών του στρατιωτικού αλλά και των απαιτήσεων και των παροχών του στρατιωτικού περιβάλλοντος, σε συνδυασμό με την ενίσχυση του ρόλου της ψυχολογικής υποστήριξης των στελεχών των Ενόπλων Δυνάμεων, στην εκδήλωση αλλά και την αντιμετώπιση της επαγγελματικής εξουθένωσης.
- ❖ Ωστόσο, παράγοντες όπως η πολιτική αστάθεια, η χρονική περίοδος στην οποία χορηγήθηκαν τα περισσότερα ερωτηματολόγια (δεύτερο εξάμηνο του 2015), οι θέσεις ευθύνης αλλά και η δυνατότητα προσέγγισης του μεγαλύτερου ποσοστού των ερωτηθέντων, έλαβαν σημαντικό ρόλο στην έκβαση των αποτελεσμάτων.

Ερωτήσεις-Απορίες



Σας Ευχαριστώ



BURNOUT

ATTITUDES ARE CONTAGIOUS. MINE MIGHT KILL YOU.

www.despair.com

Βιβλιογραφία

- Boudoukha, A. H., Hautekeete, M., Abdellaoui, S., Abdelaoui, S., Groux, W., & Garay, D. (2011). Burnout and victimisation: impact of inmates' aggression towards prison guards. *L'Encephale*, 37(4), 284-292.
- Golembiewski, R. T., & Munzenrider, R. F. (1981). Efficacy of three versions of one burn-out measure: MBI as a total score, sub-scale, or phases? *Journal of Health and Human Resources Administration*, 4(2), 228–246.
- Golembiewski, R. T., & Munzenrider, R. F. (1984). Phases of psychological burn-out and organizational covariants: A replication using norms from a large population. *Journal of Health and Human Resources Administration*, 6(3), 290–323
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99–113.
- Maslach, C. (2003). *Burn out: The cost of caring*. Cambridge: Malor Books.
- Mather, L., Blom, V., & Svedberg, P. (2014). Stressful and traumatic life events are associated with burnout—a cross-sectional twin study. *International Journal of Behavioral Medicine*, 21(6), 899-907.