

СЕКЦІЯ «ПСИХОЛОГІЯ»

УДК 159.9

Бочелюк В. Й.¹

¹ д-р. психол. наук, проф. ЗНТУ

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ ПСИХОЛОГА- КОНСУЛЬТАНТА: ДО ПОСТАНОВКИ ПРОБЛЕМИ

Сьогодні синдром емоційного вигорання входить до Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-10). У класифікаційній рубриці «Проблеми, пов'язані з труднощами подолання життєвих ускладнень» його можна знайти під номером Z73.0. Однак всебічна наукова розробка проблеми «пораних цілителів» не втрачає актуальності.

У науковий лексикон термін «синдром емоційного вигорання» (англ. – «burn-out syndrome») увійшов в 1977 р. після доповіді К. Масlach на щорічній конференції Американської психологічної асоціації (АРА). Цим терміном вона позначила досить поширену ситуацію, коли співробітники медичних служб після кількох місяців чи років сумлінного виконання своїх обов'язків «вигоряють», виявляючи ознаки знервованості, занепокоєння, байдужості, апатії чи, навіть, цинізму.

Синдром емоційного вигорання спіткала щаслива доля тих наукових концепцій, поява яких супроводжується приємним відчуттям впізнавання і деяким здивуванням: «Невже раніше це не мало ніякої назви?». І справді, відповідне поняття виникає саме в той час, коли вже накопичений емпіричний досвід, достатній для того, щоб надати йому інтуїтивно переконливого вигляду. Потрібна тільки назва і зручні концептуальні межі. (Мабуть саме такий ефект відрізняє вмілі психотерапевтичні інтервенції, коли зміст репліки психотерапевта переживається клієнтом як щось нове, але не чуже.)

Отже, проблема швидко привернула до себе увагу не тільки наукового співтовариства. Емоційне вигорання стало предметом досліджень, дискусій, занепокоєнь. Сьогодні безліч психологів у світі спеціалізуються в цій галузі. Розробляються спеціальні програми з профілактики, діагностики та корекції цього синдрому та явищ, з ним пов'язаних.

Частково завдяки тому, що сам термін «вигорання» має метафоричний відтінок, частково – зважаючи на актуальність і розповсюдженість цієї проблематики, більшість робіт, присвячених аналізу цього явища, мають в

кращому разі публіцистичну чи прикладну спрямованість, в гіршому – відверто популістську. Однак, з іншого боку, можна констатувати, що зараз розроблений концептуальний, методологічний і методичний апарат, достатній, щоб довести: в основі явищ вигоряння лежать доступні емпіричному спостереженню важливі психологічні і психофізіологічні механізми.

Цікавість наукового співтовариства до певної проблеми відбиває кількість присвячених їй публікацій. За даними PsychLit (найбільшої в світі електронної інформаційної бази, що видається Американською психологічною асоціацією і містить відомості про психологічні публікації у книгах, монографіях, збірниках, дисертаціях, періодичних виданнях) можна стверджувати, що з часу своєї появи на науковому небосхилі, проблема постійно привертає зростаючий інтерес дослідників.

Якщо ситуацію за кордоном характеризує респектабельно-стабільна актуальність проблеми емоційного вигоряння, то у вітчизняних психологічних дослідженнях вона переживає період бурхливого розвитку і сміливих сподівань. В цьому контексті вивчення явища емоційного вигоряння уявляється особливо актуальним.