

IX. STRESZCZENIE W JĘZYKU POLSKIM

Praca stanowi dla człowieka źródło dochodu i satysfakcji, niestety, obecnie, w dobie konkurencji, nieetycznych zachowań i rosnących kosztów zatrudnienia stała się źródłem odczuwanego stresu. Stres związany z pracą zawodową, to aktualnie jedno z najpoważniejszych wyzwań w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa. Skutki doświadczania stresu w pracy mają dla pracowników różnorodne konsekwencje, przede wszystkim o charakterze zdrowotnym, związane z problemami natury somatycznej i psychicznej (w tym choroba niedokrwienna mięśnia sercowego, nadciśnienie tętnicze, udar mózgu, zaburzenia układu trawiennego, dolegliwości układu mięśniowo- szkieletowego, zaburzenia depresyjne, nerwicowe, zaburzenia snu) oraz zmniejszenie odporności immunologicznej, prowadzące do powstania chorób wirusowych, bakteryjnych, degeneracyjnych, a także nowotworowych. Stres w pracy jest powszechnie uznawany za wynik relacji pomiędzy wymaganiami środowiska a możliwościami i potrzebami pracownika. Komisja Europejska wskazuje, że należy traktować go jako zestaw emocjonalnych, kognitywnych, behawioralnych i psychologicznych reakcji na niechętne i szkodliwe aspekty środowiska pracy, organizacji pracy i otoczenia pracy.

Jedną z negatywnych konsekwencji stresu, a raczej braku umiejętności radzenia sobie z nim jest - obok syndromu stresu pourazowego (PTSD- *Post Traumatic Stress Disorder*) - zespół wypalenia zawodowego. O ile jednak PTSD stanowi następstwo szczególnej postaci stresu ostrego, o tyle wypalenie zawodowe dotyczy raczej stresu przewlekłego. Objawy wypalenia zawodowego pojawiają się i narastają powoli, przez długi okres czasu. Mogą obejmować sferę psychiczną i/lub fizyczną, a tym samym wpływać na zachowanie w pracy i w środowisku rodzinnym.

Celem niniejszej pracy była ocena czynników wywołujących stres w pracy Ratowników Medycznych, Strażaków i Policjantów, w tym ustalenie występowania ryzyka zespołu wypalenia zawodowego, ocena umiejętności radzenia sobie ze stresem, stopnia radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych oraz ocena wiedzy w zakresie metod łagodzących stres i zapotrzebowania służb mundurowych (Policjanci, Strażacy i Ratownicy Medyczni) w zakresie profilaktyki zespołu wypalenia zawodowego.

Badania przeprowadzono po uzyskaniu zgody Komisji Bioetycznej nr R-I-002/607/2018 Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku oraz dyrekcji placówek medycznych skąd pochodzili respondenci.

Badanie dotyczyło grupy 224 osób –członków Zespołów Wyjazdowych Pogotowia Ratunkowego, Policjantów i Strażaków na terenie województwa lubelskiego.

W badaniu zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem: autorskiego kwestionariusza ankietowego, standaryzowanej Skali Zamożności Rodziny (FAS), standaryzowanego Kwestionariusza Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych (CISS), standaryzowanej Skali Uogólnionej Własnej Skuteczności (GSES), standaryzowanej Skali Kontroli Emocji (CECS), Standaryzowanej Skali Kompetencji Osobistej (KompOs), standaryzowanej Skali Wypalenia Zawodowego (LBQ).

W wyniku przeprowadzonych badań stwierdzono, że Wszystkie badane grupy zawodowe były obarczone ryzykiem wypalenia zawodowego, w tym w największym stopniu odczuwali to policjanci, a w najniższym strażacy. Najwyższy istotny statystycznie wpływ na stopień wypalenia zawodowego wystąpił w grupie policjantów, następnie u ratowników medycznych, najniższy u strażaków. Wykazano korelacje z długością stażu pracy – im dłuższy okres zatrudnienia tym większe ryzyko wypalenia zawodowego oraz z płcią - bardziej narażone na wypalenie zawodowe były kobiety. Czynniki takie jak wykonywany zawód, miejsce zamieszkania, czy też status materialny miały istotny wpływ na poziom odczuwanego stresu. Respondenci prezentowali wysoki poziom stylu skoncentrowania na zadaniu w radzeniu sobie ze stresem, przy czym istotnie wyższy wynik skali SSZ osiągnęli badani z wykształceniem wyższym, w stosunku do osób z wykształceniem średnim oraz respondenci posiadający wysoki status materialny, w stosunku do badanych ze statusem materialnym na poziomie średnim. Wykazano istotną statystycznie zależność pomiędzy wykonywanym zawodem a sposobem odreagowywania stresu jedynie w dwóch przypadkach – podnoszenia kwalifikacji zawodowych oraz utrzymywania kontaktów towarzyskich. Podnoszenie kwalifikacji zawodowych, jako technikę eliminującą stres, istotnie częściej stosowali strażacy i ratownicy medyczni, w odróżnieniu do policjantów, a utrzymywanie kontaktów towarzyskich - strażacy oraz policjanci w odniesieniu do ratowników medycznych. W badaniu kwestionariuszem Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych CISS istotnie wyższy wynik skali SSE osiągnęli respondenci w grupie ratownictwa medycznego. W skali SSU i podskali ACZ nie wykazano istotnego zróżnicowania w żadnym z analizowanych przypadków, a w podskali PKT- w przypadku poszukiwania kontaktów towarzyskich istotnie wyższy wynik osiągnęli badani z najkrótszym stażem pracy. Istotnie statystycznie wyższy poziom własnej skuteczności, ocenianej za pomocą Skali Uogólnionej Własnej Skuteczności GSES, prezentowali badani z wykształceniem wyższym, w stosunku do badanych z wykształceniem średnim. Wszyscy respondenci wykazywali dużą siłę konieczną do

zainicjowania działania, mierzoną Skalą Kompetencji Osobistej (KompOs), przy czym wyższy badani z wykształceniem i policjanci, w stosunku do pozostałych badanych. Istotnie statystycznie wyższy poziom wyczerpania psychofizycznego, mierzony Skalą Wypalenia Zawodowego (LBQ), wykazywali policjanci, poziom braku zaangażowania w relacje z klientami - policjanci i ratownicy medyczni oraz osoby z wykształceniem średnim, a poziom rozczarowania policjanci i osoby wykonujące swój zawód 11-15 lat.

Sformułowano także postulat, że w badanych grupach zawodowych należałoby podjąć działania profilaktyczne w zakresie wypalenia zawodowego, ponieważ poziom korzystania z profesjonalnej pomocy w całej badanej grupie był na poziomie niskim, a szczególnie niskim w grupie ratowników medycznych.