

STRESZCZENIA

Streszczenie w języku polskim

Wstęp. Wypalenie zawodowe (WZ) to stan wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji i obniżonego poczucia dokonań osobistych. Osoba wypalona zawodowo czuje się przepracowana, nie rozwija się zawodowo, jest niezadowolona z wykonywanej pracy. Obowiązki, które kiedyś dawały jej satysfakcję, obecnie nużą. WZ może pojawić się w każdej grupie zawodowej, jednak problem ten dotyczy głównie zawodów, w których występuję częsty i bliski kontakt z innymi ludźmi, także fizjoterapeutów.

Cele pracy: (1) Ocena częstości występowania WZ wśród fizjoterapeutów w województwie śląskim, (2) Ocena determinantów WZ związanych z profilem społeczno-demograficznym i charakterem wykonywanej pracy, (3) Ocena związku pomiędzy cechami WZ a objawami depresji, (4) Ocena związku pomiędzy cechami WZ a sposobami radzenia sobie ze stresem.

Materiał i metody. Projekt miał charakter epidemiologicznego badania przekrojowego, w którym uczestniczyło 178 fizjoterapeutów, zatrudnionych w Górnośląskim Centrum Rehabilitacji „Repty” w Tarnowskich Górach (n=60), Przedsiębiorstwie Uzdrowiskowym „Ustroń” w Ustroniu (n=45), Oddziale Rehabilitacji Górnośląskiego Centrum Medycznego w Katowicach (n=12), Szpitalu Urazowym w Piekarach Śl. (n=15) oraz pracujących w prywatnych gabinetach (n=46). Projekt przeprowadzono od stycznia do marca 2013 roku. Narzędzia badawcze stanowiły polskie wersje wystandaryzowanych kwestionariuszy: wypalenia zawodowego (Maslach Burnout Inventory, MBI), depresji (Beck Depression Inventory, BDI) oraz sposobów radzenia sobie ze stresem (Coping Inventory for Stressful Situations, CISS). Zestaw kwestionariuszy uzupełniono o ankietę podstawowych danych demograficznych i społecznych oraz informacji o zatrudnieniu.

Wyniki. Badaną grupę stanowiły 122 (71%) kobiety i 50 mężczyzn (29%). Mediana wieku wynosiła 33 lata (IQR 28-44). W kategorii „wyczerpania emocjonalnego” małe nasilenie WZ dotyczyło 51,1% badanych, umiarkowane – 26,4% a duże – 22,5% fizjoterapeutów. W kategorii „depersonalizacji” małe WZ występowało u 65,1% badanych, umiarkowane – u 18%, natomiast duże – u 16,9% fizjoterapeutów. W przypadku „zadowolenia z osiągnięć zawodowych” małe nasilenie WZ dotyczyło 44,4% badanych, umiarkowane – 34,8% a duże – 20,8% fizjoterapeutów. Ciężkie wypalenie zawodowe („duże” wyczerpanie emocjonalne i depersonalizacja i małe zadowolenie z osiągnięć zawodowych) stwierdzono u 3 (1,7%)

badanych, a u 117 (65,7%) osób wystąpiło „duże” wypalenie w którejkolwiek z domen. Stwierdzono znamienne statystycznie korelacje pomiędzy wszystkimi elementami WZ a: summarycznym wynikiem kwestionariusza BDI (tu: zależność dodatnia) oraz stenem dla emocjonalnego sposobu radzenia sobie ze stresem (tu: zależność ujemna tylko dla zadowolenia z własnych dokonań) ($p < 0,05$). Wyniki analizy wielu zmiennych potwierdziły, że „duże” wyczerpanie emocjonalne zależało od dwóch zmiennych: o 23% rzadziej występowało u osób, które radziły sobie ze stresem poprzez szukanie kontaktów towarzyskich ($OR = 0,77$ / na każdy sten), a o 23% częściej u osób które emocjonalnie radziły sobie stresem ($OR = 1,23$ / na każdy sten). „Duże” nasilenie depersonalizacji prawie 5-krotnie częściej występowało u fizjoterapeutów zatrudnionych w miejscu „4” ($OR = 4,7$), natomiast 5-krotnie rzadziej u osób bez obecnych objawów depresji ($OR = 0,19$). Obniżone poczucie dokonań („duże” wypalenie w tej kategorii) było istotnie rzadsze u badanych, którzy cechowali się zadaniowym sposobem radzenia sobie ze stresem (o 24%; $OR = 0,76$ / na każdy sten) oraz nie mieli objawów depresji (o 85%; $OR = 0,15$).

Wnioski. (1) Ciężkie wypalenie zawodowe dotyka co piętnastego fizjoterapeuty w województwie śląskim; (2) Objawy wypalenia najczęściej mają postać wyczerpania emocjonalnego i obniżenia poczucia własnych dokonań, a najrzadziej – depersonalizacji; (3) Wypalenie zawodowe ma znamienny, pozytywny związek z objawami depresji oraz łączy się ze sposobem radzenia sobie ze stresem; (4) Miejsce zatrudnienia może znacząco wpływać na poziom wypalenia zawodowego.

Słowa kluczowe: wypalenie zawodowe, zespół wypalenia zawodowego, fizjoterapeuci, stres, depresja.

Streszczenie w języku angielskim

Introduction: Burnout Syndrome (BS) is a state of emotional exhaustion, depersonalization and reduced personal accomplishment. The burned out person feels overworked, does not develop personally and is dissatisfied with their work. The obligations that were once satisfying, are now tiresome. BS may appear in any work group, however, this problem is mainly linked to professions, in which there is a frequent and close contact with other people, like in physiotherapists.

Objectives: (1) Evaluation of the prevalence of BS in physiotherapists in the Silesian district, (2) Evaluation of the BS determinants related to the socio-demographic profile and to the character of the job, (3) Evaluation of the relation between BS features and depression symptoms, (4) Evaluation of the relation between BS features and stress coping strategies.

Material and Methods: The project had a cross-sectional epidemiological character, with the participation of 170 physiotherapists employed in Górnośląskie Centrum Rehabilitacji „Repty” in Tarnowskich Górach (n=60), Przedsiębiorstwo Uzdrowiskowe „Ustroń” in Ustroń (n=45), Oddział Rehabilitacji Górnośląskiego Centrum Medycznego in Katowice (n=12), Szpital Urazowy in Piekary Śl. (n=15) and working in private practice (n=46). The study was conducted from January till March 2013. The applied study tools were Polish standardized versions of the following questionnaires: burnout (Maslach Burnout Inventory, MBI), depression (Beck Depression Inventory, BDI) and stress coping strategies (Coping Inventory for Stressful Situations, CISS). The set of questionnaires was complemented by a survey of basic demographic and social data and information regarding employment.

Results: The study group consisted of 122 women (71%) and 50 men (29%). The median age was 33 (IQR 28-44). In the „emotional exhaustion” category, 51,1% of the physiotherapists scored low, 26,4% medium and 22,5% high. In the „depersonalization” category, 65,1% physiotherapists scored low, 18% medium, and 16,9% high. In „personal accomplishment”, 44,4% of the studied group scored low, 34,8% medium and 20,8% high. 3 (1,7%) of the studied physiotherapists suffered from severe burnout (high emotional exhaustion, high depersonalization and low personal accomplishment) and 117 (65,7%) suffered from high burnout of one of the categories. Statistically significant correlations were observed between all the elements of BS and: a total score of BDI questionnaire (positive correlation) and emotional coping style sten score (negative correlation only for personal accomplishment) ($p < 0,05$). The results of the analysis of numerous variables confirm that high emotional

exhaustion depended on 2 variables: it appeared 23% less frequently in subjects who coped with stress by looking for social contacts (OR=0,77 / for each sten score), and 23% more frequently in subjects that coped with stress emotionally (OR=1,23 / for each sten score). High depersonalization appeared almost 5 times more frequently in physiotherapists employed in place „4” (OR=4,7), and 5 times less frequently in subjects without current depression symptoms (OR=0,19). Reduced accomplishment (high scores in this category) was significantly less frequent in subjects who applied a task-oriented coping strategy to deal with stress (24% less; OR=0,76/ for each sten score) and did not have depression symptoms (85% less; OR=0,15).

Conclusions: (1) Severe burnout affects every 15th physiotherapist in the Silesian district; (2) The most frequent symptoms of burnout are emotional exhaustion and reduced personal accomplishment, while depersonalization is less frequent; (3) Burnout syndrome is significantly related to depression symptoms, however, it is poorly related to stress coping strategies; (4) The workplace may have a significant impact on the burnout level.

Key words: burnout, burnout syndrome, physiotherapists, stress, depression.