



Fot. Małgorzata Kuźma

**Jednym z poważnych zagrożeń dla zdrowia psychicznego pracownika jest wypalenie zawodowe. Problem ten jest coraz częściej zauważany i dopiero zaczyna być traktowany z należytą powagą.**

Na obraz wypalenia zawodowego składają się takie objawy jak: zmęczenie wykonywanymi obowiązkami, brak motywacji do pracy, niechęć wobec klientów, pacjentów czy współpracowników, drażliwość i nerwowość. Grupy zawodowe najbardziej narażone na wypalenie to te, których praca wiąże się z kontaktami z ludźmi, a zwłaszcza zawody, których istotą jest niesienie pomocy, na przykład lekarze i pielęgniarki. Sytuacja w której to jedna strona niesie pomoc drugiej, jest niezwykle obciążająca emocjonalnie i może prowadzić do wypalenia zawodowego. Diagnozy tego problemu nie ułatwia fakt, że jego objawy pojawiają się stopniowo, narastanie ich jest rozłożone w czasie. Czasami więc pracownik zdaje sobie sprawę, że dotknęło go wypalenie zawodowe, dopiero jak jego zdolność do pracy staje się znacznie lub całkowicie ograniczona. Światowa Organizacja Zdrowia dostrzega konieczność zmierzenia się z problemem wypalenia zawodowego. W klasyfikacji ICD-11 od 2022 wypalenie zawodowe będzie występować jako jednostka objawowa, a zdaniem ekspertów w przyszłości być może nawet jako jednostka chorobowa.

Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu to wyzwanie dla dialogu społecznego. To właśnie odpowiednie stosunki między pracodawcą a pracownikiem są kluczowe w rozwiązywaniu

tego typu problemów. Im szybciej obydwie strony zdadzą sobie sprawę z powagi wypalenia zawodowego, tym mniejsze wyrządzi ono szkody zarówno psychologiczne jak i gospodarcze. Wypalenie zawodowe nie może być traktowane jako fanaberia, tylko jak realny problem, o którym trzeba mówić oraz jemu zapobiegać.

*Małgorzata Kuźma*



***Projekt otrzymał dofinansowanie z Norwegii poprzez Fundusze Norweskie 2014-2021, w ramach programu „Dialog społeczny - godna praca”.***