

УСЛОВИЯ НА ЖИВОТ, ЖИЗНЕН СТИЛ, ПСИХИЧНО НЕБЛАГОПОЛУЧИЕ И ПРЕГАРЯНЕ ПРИ МЕНИДЖЪРИ ОТ СРЕДНИЯ И ВИСШИЯ ЕШЕЛОН НА ФИРМЕНОТО УПРАВЛЕНИЕ

Пламен Димитров*

В доклада, в контекста на изследванията за условията и качеството на живот в Европа, се представят резултатите от изследването на взаимовръзката между условията на живот, жизнения стил, психичното неблагополучие и прегарянето в извадка от 362 мениджъри от средния и висшия ешелон на фирменото управление. Обсъжда се ролята и значението на агресивно-защитните и пасивно-защитните жизнени стилове на изследваните като предиктори за тяхното прегаряне и психично неблагополучие. Правят се препоръки към системите за тренинг на мениджърите, програмите за управление на организационната промяна и практиката на организационните консултанти.

Увод в проблема

Настоящото изследване прави опит за вникване във връзката между условията на живот и труд и жизнения стил, от една страна, и психичното (не) благополучие и прегарянето (burnout), от друга, при български мениджъри от средния и висшия ешелон на фирменото управление. В значителен брой често цитирани публикации за професионалния стрес и психичното здраве на работното място се подчертвя значението, което имат условията на живот и труд върху професионалния стрес, психичното благополучие и прегарянето в различни професионални групи (Baba et al., 1998; Beehr, 1998; Maslach et al., 2001). При това стресът в работата безапелационно се определя като най-сериозния рисков фактор в работата и живота на мениджърите от средния и висшия ешелон на фирменото управление (Dollard & Winefield, 1996). Стресът, преживяването за психично неблагополучие и синдрома на прегарянето оказват масивно влияние върху соматичното

* Д-р Пламен Димитров – Дружество на психолозите в България.
Адрес за контакти: office@psychology-bg.org

и психичното здраве на мениджърите, като в 50–70% от случаите на заболявания и системни оплаквания се отбелязва наличието на картината от психосоматично заболяване и прегаряне (Jamal & Badawi, 1993; Daley & Parfitt, 1996). Психичното неблагополучие и прегарянето при мениджъри от средния и висшия ешелон на фирменото управление са рисков фактор с огромна социална и икономическа цена – само за САЩ тя се изчислява на над 150 милиарда долара годишно (Maslach, 2003).

От средата на 70-те години на ХХ в. психичното неблагополучие и прегарянето се наблюдават с внимателно валидизирани методи за скрийнинг и психодиагностика, които обхващат както симптомите на психично изтощение и изчерпване, хроничното чувство на фрустрация, гняв и цинизъм, така и ирадиращото преживяване на лична и професионална неефективност и провал. Психичното неблагополучие и прегарянето при мениджърите оказва дълбоко негативно въздействие върху личното, професионалното, семейното и социалното функциониране на мениджърите, климата и удовлетвореността в организацията и нейната ефективност (Maslach & Goldberg, 1998).

В досегашните изследвания, използващи индекса за психично благополучие на Световната здравна организация (СЗО) – WHO-5, и общия модел на прегарянето на Maslach, се отчита влиянието на фактори като условията на живот, икономическия стандарт, трудовото претоварване, конфликтите на работното място, неопределеността и неадекватното ресурсно обезпечаване за достигането до критични равнища на показателите за психично благополучие и прегаряне, а отгук – и до нарастване на броя и хронифицирането на психосоматичните заболявания при мениджърите (Zellars et al., 2000; Maslach, 2003). По-слабо застъпена тема обаче, е изследването на опосредстващата роля на индивидуалния жизнен стил като модератор на връзките между условията на живот и труд, от една страна, и психичното (не)благополучие и прегарянето, от друга.

В контекста на системните сравнителни изследвания на Европейската фондация за подобряване на условията на труд и живот, България е устойчиво с най-ниските показатели в редица категории, обединяващи факторите за психичното неблагополучие и прегарянето (Second European Quality of Life Survey, Luxembourg, 2010), в съответствие с каузално-детерминистичния модел на СЗО.

Данните ни за извадка от български мениджъри от средния и висшия ешелон на фирменото управление, публикувани в началото на годината (Димитров, 2010), говорят, че при наличието на изразена неблагоприятна обща популационна тенденция и въпреки по-високия си социално-икономически статус и по-добрите показатели в областта на социалната и трудово-професионална интеграция, българските мениджъри са изложени на риск, по-висок от средния за населението на редица други страни в Европейския съюз. Заедно с Турция, Румъния и Македония, България маркира своеобразно „дъно“ в модела за връзката между обективните показатели за благополучие (напр. БВП на глава от населението) и психичното благополучие и прегарянето, като за съжаление показателите при мениджърите, макар и по-благоприятни, не променят общата картина: