



ІПКЄФ  
НФДУ



Міністерство охорони здоров'я України  
Національний фармацевтичний університет  
Інститут підвищення кваліфікації спеціалістів фармації

## Матеріали

*II Науково-практичної Internet-конференції  
з міжнародною участю*

# ФАРМАЦЕВТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ, СТАНДАРТИЗАЦІЯ ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ЛІКАРСЬКИХ ЗАСОБІВ

Харків, 22 травня 2025

## ПРОБЛЕМА ЕМОЦІЙНОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

*Малоштан Л. М.<sup>1</sup>, Підгайна В. В.<sup>2</sup>, Карабут Л. В.<sup>3</sup>*

Національний технічний університет

«Харківський політехнічний університет», м. Харків, Україна<sup>1</sup>

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна<sup>2</sup>

Харківський національний медичний університет, м. Харків, Україна<sup>3</sup>

valentina.pidgaina@gmail.com

### **Вступ**

В умовах збройного конфлікту зростає психологічне навантаження на фахівців різних галузей, особливо тих, чия діяльність пов'язана з наданням допомоги населенню — медиків, вчителів, соціальних працівників, рятувальників.

Війна значно посилює чинники, що сприяють професійному вигоранню, включаючи хронічний стрес, емоційне виснаження та відчуття безсилля.

Термін "вигорання" згадується у Міжнародному класифікаторі хвороб як наслідок затяжного, невирішеного стресу, що виникає в професійному середовищі.

Хоча багато науковців розглядають його як хворобу, з травня 2019 року Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визнає "вигорання" виключно як феномен, пов'язаний із роботою, і тому класифікує його як синдром.

Емоційне вигорання виникає не лише внаслідок надмірного навантаження на роботі. Це комплексний синдром, що проявляється як постійна втома та емоційне виснаження, які формуються під впливом тривалого стресу як у професійній сфері, так і в особистому житті.

Синдром емоційного вигорання – це процес поступового зниження емоційних ресурсів, що посилюється з часом.

Серед перших тривожних сигналів: нав'язливі думки, труднощі із засинанням і сном загалом, проблеми з концентрацією, постійне відчуття нестачі часу, ізоляція від соціуму, труднощі з емоційним самоконтролем, зниження працездатності та часті хвороби.

Найбільш типовими емоційними проявами вигорання є: зниження самооцінки, почуття самотності й відстороненості, безпорадність, втрата мотивації, песимістичне або цинічне сприйняття дійсності, а також втрата здатності отримувати задоволення від життя.

### **Мета дослідження**

Аналіз впливу військових дій на розвиток професійного вигорання серед представників педагогічних і медичних професій, а також виявлення основних психоемоційних наслідків цього явища.

### **Методи і результати дослідження**

З метою досягнення цілей дослідження було здійснено опитування серед педагогічних та медичних працівників, проведено аналіз наукових джерел, що стосуються проблеми професійного вигорання в умовах воєнного часу.

Літературний пошук проводився у провідних міжнародних базах даних, зокрема PubMed, Web of Science та Google Scholar, і охоплював публікації за останні 15 років (2008–2023 рр.).

На підставі зібраних матеріалів було сформульовано авторське визначення професійного вигорання, актуальне для медичних працівників у контексті війни.

Встановлено, що в умовах війни рівень емоційного виснаження зріс удвічі, підвищилась тривожність, виникла тенденція до деперсоналізації працівників.

Підвищений ризик вигорання спостерігається серед жінок, людей із досвідом роботи до 5 років, а також у тих, хто втратив близьких або був змушений змінити місце проживання.

### **Висновки**

Воєнні дії значно поглиблюють проблему професійного вигорання, тому необхідне впровадження систем психологічної підтримки, створення програм профілактики емоційного вигорання, а також підвищення уваги до ментального здоров'я фахівців, які працюють у зонах конфлікту або з постраждалими від війни.