

MÍRA SYNDROMU VYHOŘENÍ JAKO PREDIKCE ÚSPĚŠNÉHO DOKONČENÍ STUDIA NA VYSOKÉ ŠKOLE¹

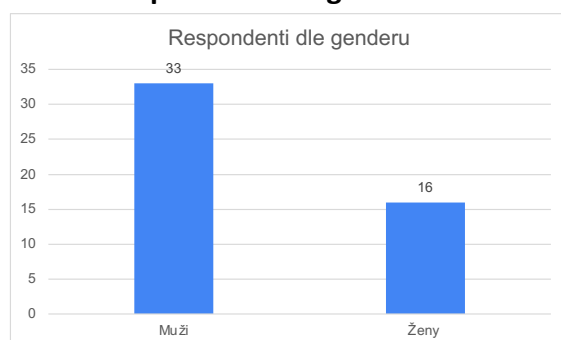
Ačkoliv syndrom vyhoření není v současných diagnostických klasifikacích uváděn, lékaři i psychologové se jím zabývají již od 70. let dvacátého století. Dle odhadů lze předpokládat, že se se syndromem vyhoření setká až 30 % profesionálů, kteří pracují s lidmi (Stock, 2010). Původně byl syndrom vyhoření dáván do souvislosti pouze s tzv. pomáhajícími profesemi, konkrétně s lékaři a zdravotními sestrami. Dnes se s ním ale můžeme setkat i v jiných oborech, dokonce i u studentů, kteří ještě ani nezahájili svou profesní kariéru. Typické a jednotící rysy syndromu vyhoření identifikoval autor tohoto pojmu Herbert J. Freudenberger. Jedná se o snahu naplnit intenzivní očekávání, značné zaujetí a nasazení. „Vyhořet znamená vyčerpat se z fyzických a duševních sil, opotřebovat se nadměrnou snahou dosáhnout nerealistických požadavků, které si na sebe klade člověk sám, nebo se snaží dostát hodnotám společnosti“ (Freudenberger, Richelson, 1980, 12). Lze říci, že syndrom vyhoření je stav dlouhodobého vyčerpání. Dostavuje se v reakci na dlouhodobou zátěž a tendenci naplnit nereálná očekávání. Původně byl jedním z hlavních předpokladů vzniku tohoto syndromu kontakt s druhými lidmi. Dnes se však odborníci dle Vladimíra Kebzy a Ivy Šolcové (2003) přiklání spíše k tomu, že hlavním předpokladem vzniku syndromu je trvalý a nekompromisní požadavek na vysoký a bezchybný výkon. Takovýto výkon je považován za standard a zároveň se k němu v případě jeho nedodržení vztahují závažné negativní důsledky. Uvedené lze aplikovat i na současné studenty vysokých škol. Mezi hlavní akademické stresory dle Pitt et al. (2018) patří pracovní vytížení, zkoušky, hodnocení, čekání na výsledek a časový stres v podobě termínů, které je třeba dodržet. Princip vzdělávání je postaven na hodnocení výkonu ve formě poukazování na chyby a nedostatky ve vědomostech studentů. Studenti jsou často vedeni k soutěživosti mezi sebou, čímž je popírán základní princip protektivního efektu sociální opory v podobě spolupráce a přátelství. V neposlední řadě zde působí i koncept akademické úspěšnosti. Kdy studenti právě na základě své akademické úspěšnosti predikují své budoucí uplatnění. Snaží se tedy i z tohoto důvodu dosahovat co nejlepších výsledků a vyvarovat jakémukoliv selhání. To ovšem ve svém důsledku vede k další psychické zátěži a nezřídka se stane, že student svá vysokoškolská studia nedokončí.

Cílem analýzy bylo ověřit, zda lze predikovat zmíněný akademický neúspěch mírou syndromu vyhoření. Pro jeho účely byl využit dotazník Maslach Burnout Inventory, konkrétně pak jeho verze MBI – General Survey for Students. Na základě dat z něj získaných byli studenti rozděleni do 5 kategorií, v závislosti na míře jejich „vyhoření“. Výzkumu se zúčastnilo celkem 49 studentů (prezenční i kombinované formy studia).

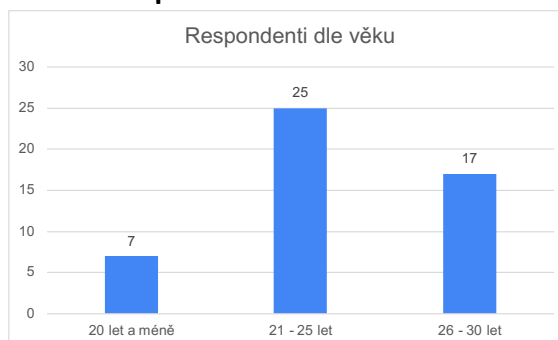
Výzkumný soubor

Následující grafy uvádějí bližší informace k výzkumnému souboru:

Graf 1: Respondenti dle genderu

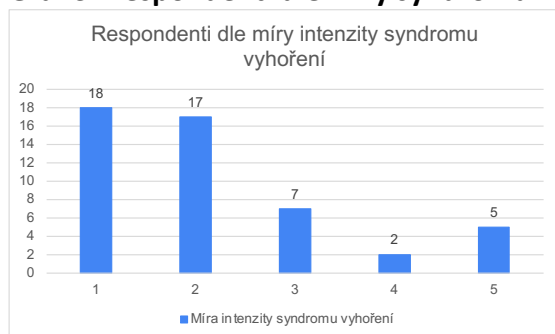


Graf 2: Respondenti dle věku



¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=35>

Graf 3: Respondenti dle míry syndromu vyhoření (testováno MBI)



Respondenti vyplňovali dotazník MBI v únoru 2021, tou dobou byli všichni studenty 2. ročníku bakalářského studia. V březnu roku 2023 byla provedena kontrola úspěšného dokončení jejich bakalářského studia. V rámci této kontroly bylo zjištěno, že 11 studentů (= 22 %) své studium ukončilo předčasně bez úspěšného složení státních závěrečných zkoušek.

Určení prahové hodnoty syndromu vyhoření

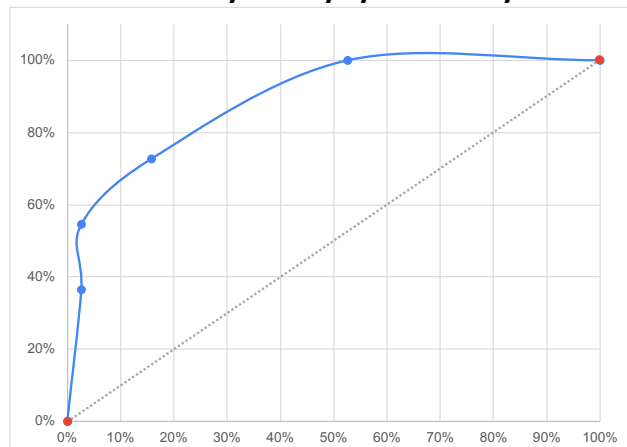
Na základě získaných dat byla následně provedena ROC analýza, jejímž cílem bylo nalézt prahovou hodnotu míry syndromu vyhoření, od které lze očekávat nedokončení vysokoškolského studia. Vzhledem k tomu, že zkoumání byli studenti soukromé vysoké školy, byly v analýze zohledněny i náklady na nedokončené studium.

Z ROC analýzy vyplynulo, že za cut-off score neboli prahovou hodnotu lze považovat míru vyhoření 3. U studentů vykazujících tuto a vyšší úroveň syndromu vyhoření můžeme očekávat, že své studium na vysoké škole nedokončí.

Tabulka 1: ROC analýza pro míru syndromu vyhoření

Cut-off score	True Positive	False Positive	True Negative	False Negative	Senzitivita	Specificita	1-Senz	1-Spec	Youdenův index	
1	11	38	0	0	100%	0%	0%	100%	0,00	50%
2	11	20	18	0	100%	47%	0%	53%	0,47	74%
3	8	6	32	3	73%	84%	27%	16%	0,57	78%
4	6	1	37	5	55%	97%	45%	3%	0,52	76%
5	4	1	37	7	36%	97%	64%	3%	0,34	67%
6	0	0	38	11	0%	100%	100%	0%	0,00	50%

Graf 4: ROC analýza míry syndromu vyhoření a nedokončení studia na VŠ



Náklady na chybovost

Pro kompletnost ROC analýzy byly kalkulovány i náklady na chybovost. Na tyto náklady bylo nahlíženo z pozice studentů. Byly tedy zohledněny náklady v případě nedokončení studia. Dokončí-li student úspěšně vysokou školu, jsou zohledněny náklady ve výši 0,-, jedná se v tomto případě o „úspěšnou investici“.

Pokud by byl student správně identifikován (jeho míra syndromu vyhoření dosahuje alespoň úroveň 3 a zároveň své studium v budoucnu nedokončí) jeho náklady na studium by odpovídaly 130 000,- (s největší pravděpodobností by studium přerušil nebo ukončil). Pokud by student nebyl identifikován (dosažená míra vyhoření 1-2, ale přesto by své studium nedokončil) byly by jeho náklady na celkové studium ve výši 227 500,-. U studentů, kteří studium dokončí úspěšně ať již jsou identifikováni či nikoliv jsou kalkulované náklady ve výši 0,-.

Celkové chybové náklady na jednoho studenta v případě identifikované prahové hodnoty 3 činí 35 153,-. Pokud bychom k nim připočetli i náklady na vyhotovení dotazníku MBI ve výši 100,- hovoříme o celkových chybových nákladech na jednoho studenta ve výši 35 253,-.

Závěr:

Bezesporu nelze usuzovat jen na základě míry individuálního vyhoření, zda student úspěšně dokončí či nedokončí svá vysokoškolská studia. Zcela jistě zde hraje svou roli mnohem více faktorů. Stejně tak stojí za zmínění specifičnost výběrového souboru (soukromá vysoká škola se zaměřením na IT). Na druhou stranu samotné vyhoření, které se dle Christiny Maslach sestává z míry efektivity, cynismu a vyčerpání jistě ovlivňuje schopnost jedince dosahovat vytčených cílů. Zvláště pak jedná-li se o cíle dlouhodobé a náročné (alespoň jeden další rok studia a absolvování státních závěrečných zkoušek). Míru vyhoření by bylo vhodné zohlednit jako objektivní ukazatel při zvažování v pokračování ve studiu. Možná právě toto rozhodnutí by jedinci přineslo nejen finanční úsporu, ale také psychickou úlevu.

Zdroje:

Freudenberger, H. J., Richelson, G. (1980). *Burnout: the high cost of high achievement. What it is and how to survive it*. New York: Bantam.

Kebza, V., Šolcová, I. (2003). *Syndrom vyhoření*. Praha: Státní zdravotní ústav.

Maslach, Ch., Jackson, S. (2018). *Maslach burnout Inventory Manual: Fourth edition*. Menlo Park, CA: Mind Garden, Inc.

Pitt, A., Oprescu, F., Tapia, G., & Gray, M. (2018). An exploratory study of students' weekly stress levels and sources of stress during the semester. *Active Learning in Higher Education*, 19(1), 61–75.

Stock, Ch. (2010) *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada Publishing.