

УДК 370.153+316.613.4

Лаврова М. Г.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної психології
ІПО ОНУ імені І. І. Мечникова
м. Одеса, Україна
e-mail: konfliktchka@rambler.ru

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ПОГЛЯДІВ НА ПОНЯТТЯ «ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ»

У статті аналізується сучасний стан проблеми вивчення емоційного вигорання у вітчизняній і зарубіжній літературі.

Ключові слова: емоційне вигорання, дослідження вигорання.

Перед сучасною психологічною наукою гостро стоїть проблема оцінки та корекції реагування на стрес. Політична та соціальна криза України істотно підвищує вимоги, що висуваються до працівників різних галузей. Першочергову нішу займають представники, які за професійною діяльністю стикаються з екстремальними умовами праці. Високий ризик життя, гостра емоційна напруга призводять до швидкого емоційного вигорання, а умови роботи не дозволяють відновлювати особистості внутрішні ресурси. На цьому тлі актуальними постають розробка та впровадження технологій оцінки та психокорекції стрес-реагування у робітників екстремальних професій.

Однак не тільки робітники екстремальних професій зазнають значного емоційного навантаження. Емоційне напруження у суспільстві дає резонансом погіршення психологічного стану працівників допоміжних професій після тривалого та інтенсивного контакту з клієнтами, учнями чи пацієнтами. Центральним завданням у статті виступає теоретико-методологічний аналіз стану розкриття поглядів на поняття «емоційне вигорання» у сучасній вітчизняній та зарубіжній психологічній літературі.

Об'єктом дослідження виступає поняття «емоційне вигорання».

Предмет дослідження — аналіз існуючих концепцій, що розкривають психологічні складові емоційного вигорання.

Мета дослідження полягає в теоретико-методологічному обґрунтуванні психологічних особливостей переживання емоційного вигорання.

Основна частина. Психологічна природа емоційного вигорання почала вивчатися порівняно недавно. Термінологічно та змістовно виявлено багато значень цього поняття. У всіх джерелах емоційне вигорання розглядається як складне багатоаспектне явище, саме це і спричиняє поліаспектність наповнення його категоріально-понятійного змісту та неоднозначну визначеність його місця у системі психологічних понять.

Здебільшого дослідники торкаються проблематики емоційного вигорання, головним чином, стосовно стресу на роботі. Найбільша кількість наукових робіт припадає на останнє десятиріччя, актуальність питання є

наслідком росту техногенності та інформатизації сьогодення, що сягнула непомірних значень, які не можуть не відбитися на психофізіологічному стані працюючої людини. Невід'ємною частиною життя є професійне становлення особистості, що може відтворитися як у напрямку формування професіонала високого класу, так і у напрямку розвитку професійних деформацій — поступово накопичених змін структури діяльності та особистості, що негативно позначаються на продуктивності праці та взаєминах з іншими учасниками цього процесу, а також на розвитку самої особистості [11; 12]. Подолання порушень професійного розвитку супроводжується психічною напруженістю, психологічним дискомфортом, кризовими явищами. Одним з проявів професійного дезонтогенезу особистості є «спотворений професійний розвиток» у вигляді емоційного вигорання (за А. К. Марковою [11]).

Узагальнення як вітчизняних дослідників емоційного вигорання (В. В. Бойко, Н. Є. Водоп'янова, В. О. Орел, Т. І. Ронгінська, Т. В. Форманюк, Л. Н. Юр'єва [6; 7; 9] та ін.), так і зарубіжних авторів (Н. J. Freudenberger, С. Maslach, W. Schaufeli, А. Pines та ін.) дозволило нам умовно виділити три етапи в історії пізнання емоційного вигорання як психічного явища.

Перші дослідження цього явища припадають на 1974 р. Х. Фрейденбергер запровадив термін «staff burn-out» (з англ. професійне вигорання), який характеризував психологічний стан працівників допоміжних професій після тривалого та інтенсивного контакту з клієнтами (пацієнтами) [13]. Інколи емоційне вигорання називають ще синдромом обслуговуючих професій, маючи на увазі явище, що виникало у медичного персоналу (лікарі, медичні сестри), як спочатку відмічалось у наукових дослідженнях. Таким чином, емоційне вигорання професіонала як наслідок стресу на роботі має своїми методологічними витоками саме стрес, перше посилення на який датовано 1944 роком [5].

На сьогодні зарубіжні дослідження підтверджують, що вигорання своїм витоком має саме професійний стрес [6]. Термін почав поширюватися у роботах Г. Сельє. У його концепції стресом пояснювали всі випадки дезадаптації особистості або негативні зміни у житті людини.

Класично перебіг стресу, як процесу (динамічного явища), має трьохфазну структуру та характерну криву розвитку в часі. Дослідники виділяють три основні стадії (фази) розвитку стресового стану у людини: зростання напруженості; власне стрес; зниження внутрішньої напруженості.

Термінологічно стадії стресу різняться поміж різними авторами та науковими школами, проте можна говорити, що всі вони за змістом описують загальний адаптаційний синдром. Узагальнено він являє собою неспецифічну генералізовану реакцію організму на будь-які несприятливі подразники оточення (голод, втома, холод, загроза, біль тощо). Г. Сельє позначив вищенаведені три стадії таким чином:

1) фаза шоку — стадія тривоги, під час якої опір організму спочатку знижується;

2) фаза протишоку — активізуються захисні механізми;

3) стадія опору — якщо агент, що викликав реакцію стресу, продовжує діяти тривалий час або є надмірним;

4) стадія виснаження, в якій виявляється неспроможність захисних механізмів та зростає порушення узгодженості життєвих функцій [6].

Однак не менш поширеною є точка зору (наприклад, А. Шира та Е. Грунфелда), про те, що вигорання на робочому місці є окремим аспектом стресу через те, що воно визначається та досліджується ними як певна реакція на хронічний робочий стрес, при цьому акцентується увага на сфері міжособистісних відносин фахівця. В такому разі складові емоційного вигорання — емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція персональних досягнень, — на їх думку, є результатом дії різноманітних робочих стресорів, що перевищують адаптаційні можливості людини з подолання стресу.

Таки чином, можна зробити висновок, що емоційне вигорання у первинних дослідженнях визначається як результат процесу адаптації до робочого стресу та являє собою ознаки незадовільної адаптації працівника у стресогенних робочих умовах. Відтак феномен емоційного вигорання набуває реактивно-адаптивного психологічного змісту з відповідним визначенням його місця у системі психологічних понять теорії стресу.

У подальшому дослідженні феномену емоційного вигорання, пов'язане з досягненнями філософії, медицини, психології, формується у системний підхід до означеної проблеми. У цьому підході започатковано системні описи емоційного вигорання та здійснена інтеграція попередніх даних завдяки системному принципу. У рамках системного підходу поєднано теорію функціональних систем П. К. Анохіна та суб'єктно-діяльнісного підходу С. Л. Рубінштейна та підкреслено інтегруючу роль механізмів зворотного зв'язку у стані стресу «...як чинників інтеграції нервової та психічної діяльності тварин та людей...», а системну роботу стресу — необхідною умовою адаптації та саморегуляції людини [1]. В. А. Ганзен так визначає модальність стресу — це негативний практичний або негативний мотиваційно-орієнтуючий стан, — оскільки стрес присутній в обох випадках завдяки вирішенню організмом та психікою т. зв. важкої задачі [8].

Так, М. В. Борисова [4] (та інші представники ярославської школи дослідження емоційного вигорання: В. О. Орел, Т. В. Большакова, А. Б. Леонова) схильна розглядати емоційне вигорання як синдром (СЕВ) — динамічну багатокомпонентну систему, опосередковану професійною діяльністю людини. До того ж ці дослідники дають феномену емоційного вигорання статус психічного (проти загальноживаного предикату — емоційного). При цьому мається на увазі більш системне значення емоційного вигорання [10]. Згідно з сучасними уявленнями науковців цієї школи підсумком процесу емоційного вигорання є система переживань — емоційного виснаження (переживання спустошеності та безсилля), деперсоналізації (прояви черствості, безсердечності, цинізму та грубості), редукції особистісних досягнень (заниження власних досягнень, втрата сенсу та бажання вкладати особистісні зусилля на робочому місці), — яка розвивається у часі та називається синдромом емоційного вигорання [9].

З аналізу системних підходів слід зробити висновок, що людина — це відкрита біопсихосоціальна система, яка здатна до самоорганізованості, підтримання цілісності її активності та доцільності її діяльності. Емоційне вигорання, в такому випадку, означає потужне зростання ентропії (або міри нестабільності системи та незворотного розсіювання психічної енергії) для біопсихосоціальної системи людини з відповідними наслідками у вигляді СЕВ. На думку Б. Перлмана та Е. Хартмана, стан емоційного вигорання системно впливає на всі структурні елементи людини як системи, а саме на фізіологічну (фізичне виснаження), афективно-когнітивну (емоційне виснаження та деперсоналізація) та поведінкову (симптоматичні типи поведінки, зниження робочої продуктивності) сфери особистості [12].

Для нашого дослідження валиво також згадати медичну (психіатричну) точку зору, яка є наближеною до системної, стрес та емоційне вигорання призводять до наслідків у вигляді розладів адаптації (певна патологія та відповідний ряд нозологічних форм) та вже давно привертають увагу соціальної та пограничної психіатрії. Семантичне поле наслідків стресу в психіатрії має великий обсяг та прозорі межі (соціально-стресові реакції, психосоціальний стрес, ПТСР — посттравматична стресова реакція, психогенні адаптивні реакції тощо), які час від часу корегуються переглядами класифікаторів нозологічних одиниць [2].

На сьогодні дослідження феномену емоційного вигорання відбувається у рамках гуманітарно-культурологічного підходу як до процесу перетворення суб'єктом змісту власної свідомості. Такі представники гуманістичної психології (К. Роджерс, А. Маслоу, Е. Фром та ін.) ставляться до особистості як до унікальної цілісної системи, здатної до самоактуалізації. Життєві (екзистенційні) кризи особистості розглядаються ними як сукупність специфічних переживань людиною світу і себе у ньому як основної психічної реальності. Цей підхід бачить у емоційному вигоранні не тільки загрозу для самоактуалізації індивіда, а і певні конструктивні можливості для зростання самосвідомості. Різниця полягає у рівні дезадаптивних розладів, коли визначена їх певна «критична маса», після досягнення якої можна говорити про якісно новий стан біопсихосоціальної системи фахівця: оцінювання рівня симптомів СЕВ у континуумі «сформований/не сформований» (за В. В. Бойком) або «низький/високий» (за А. А. Рукавішниковим, Н. Є. Водоп'яною та ін.).

У сучасній психологічній науці дослідники емоційного вигорання використовують, окрім стандартних понять теорії стресу та системних описів, ще й екзистенційні [12]. Так, Н. В. Гришина в аналізі емоційного вигорання застосовує екзистенційний рівень опису впливу емоційного вигорання на життя людини, поняття найвищих досягнень людини — акме, яке системно пов'язані із якістю життя, її особистісними рисами тощо. Акмеологічний контекст проблеми в такому разі обіймає цінності, сенс, смисл, мотиваційну сферу фахівця, не лише у професійній діяльності. Автор вважає, що розвиток емоційного вигорання не обмежується професійним середовищем та проявляється у різних життєвих ситуаціях людини,

а робота, як засіб набуття осмисленості життя, має потужний вплив на всі життєві ситуації людини [11; 13].

Аналогічної думки дотримується також Д. Г. Трунов, який вбачає у емоційному вигоранні «позитивні» сигнали для фахівця про процеси, що відбуваються в його «душі» [6]. Дослідник визначає емоційне вигорання проявом захисних механізмів психіки, направлених на послаблення несприятливих професійних чинників, — наслідками змін в мотиваційній сфері особистості фахівця. Ці результати досліджень цілком узгоджуються з поглядами В. В. Бойка, який розглядає емоційне вигорання у вигляді захисного механізму та вказує на його функціональність (дозволяє більш економно витрачати «психічну», на думку автора, енергію) та деструктивні наслідки [3; 9].

Аналіз наукової літератури показав, що у визначені психологічної природи феномену емоційного вигорання існує відома проблема «подвійної сутності», що, на думку К. О. Абульханової-Славської [1], розглядається у статичній (структурі) та динамічній (процесі). Статичним формам феномену емоційного вигорання відповідають визначення його як: стану (пограничного, перевтоми, виснаження), ознаки (дезадаптації), симптомокомплексу (синдром, система переживань), результату (позитивний сигнал, реакція на стрес, наслідки довготривалого перевантаження, певні прояви, розлади процесу адаптації) тощо.

Так, за дослідженням Т. В. Большакової, вигорання — це симптомокомплекс, дія якого охоплює всі основні структурні рівні особистості:

- соціально-психологічний, такий, що відображає зміну міжособистісних стосунків;
- особистісний — зміна особистісних рис;
- мотиваційний — якісна та змістовна зміна мотивації;
- регулятивно-ситуаційний — відображає зміну станів та емоційних стосунків [3].

За дослідженнями Н. М. Булатевич, емоційне вигорання як психогенний розлад, пов'язаний з професійною дезадаптацією, та особливо зі стилем поведінки вчителя у навчальному середовищі [9]. В той час як В. О. Орел позначає вигорання як «стан фізичного, емоційного та розумового виснаження, що виявляється в професіях соціальної сфери» [12]. Ним узагальнено огляд багатьох класифікацій і зроблено наголос на індивідуальних та організаційних факторах виникнення емоційного вигорання.

За Н. Є. Водоп'яною, синдром професійного вигорання — професійна деструкція особистості у вигляді стійких психічних переживань з подальшими змінами у професійній діяльності [6]. Подібна деструкція виникає в професійно важких ситуаціях, які суб'єктивно сприймаються працівниками як стресові та носять дезадаптивний характер. Дослідниця наголошує на складній багаторівневій детермінації емоційного вигорання (організаційні, рольові та індивідуальні чинники) та на тому, що його переживання пов'язані із зміною смисло-життєвих орієнтацій, а також з незадоволенням особистості у самореалізації [6]. Аналогічні висновки отримує і Н. С. Пряжников, який також відносить емоційне вигорання до

деструкційних професійних явищ, що призводять до професійної деформації [12].

Науковець А. К. Маркова розглядає емоційне вигорання як тенденцію у професійному дезонтогенезі, яка викликана спотвореним професійним розвитком, що спричиняє зміни у профілі особистості [11]. На думку автора, емоційне вигорання є професійна деформація та перепорою на шляху людини до професіоналізму.

На думку В. В. Бойка, феномен емоційного вигорання — це «...вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій (зниження їх енергетики) у відповідь на певні психотравмуючі дії...», який виникає, зокрема, через хронічну напружену «емоційну діяльність» та інтенсивне спілкування, що пов'язані з неблагополучною атмосферою професійної діяльності [4]. Дослідник відносить емоційне вигорання до однієї з форм професійної деформації особистості та розглядає розвиток емоційного вигорання у вигляді трьохфазного процесу (фази напруження, резистенції та виснаження).

Отже, як перебіг певних подій у житті фахівця, процес емоційного вигорання відтворює динаміку їхніх змін та характеристики відповідних етапів; як діагностований стан з відповідними показниками — це статична картина на даний момент часу, яка дає змогу оцінити актуальний стан досліджуваного на певному етапі розвитку професійної деструкції. Саме це положення зазвичай діагностують у вигляді СЕВ — низки симптомів, які є результатом тривалого процесу професійної деформації, проміжні результати якого являють собою відповідні психофізіологічні стани суб'єкту, прояви яких присутні у всіх її сферах особистості (емоційній, мотиваційній, аксіологічній, поведінковій тощо). Рішенням подібної суперечності, на нашу думку, є визнання у феномені емоційного вигорання наявності водночас обох його модальностей — структури та процесу, тобто розуміння психічного явища емоційного вигорання як процесуального (динамічні прояви у часі, стадійність) та, разом з тим, структурного (стійкі певні форми).

Підсумовуючи вищевикладене, можна зробити наступні висновки.

Показано, що в історії дослідження емоційного вигорання можна умовно виокремити три етапи: на першому науковці ототожнювали емоційне вигорання із поняттям стресу, вважаючи його результатом робочого стресу; другий — системний, коли емоційне вигорання отримало опис у вигляді системного конструкту в єдності статичного та динамічного аспектів, критеріїв їх визначення; третій — гуманістичний, який розглядає емоційне вигорання як комплекси специфічних переживань та вбачає у ньому конструктивні можливості для самоактуалізації фахівця.

Виявлена відсутність єдності у визначенні емоційного вигорання фахівцями, що ускладнює його пізнання навіть на сьогоднішній день. Також немає ясного уявлення про закономірності виникнення і розвитку даного явища.

Психологічна природа емоційного вигорання визначається науковцями як адаптивна властивість психосоціальної системи фахівця з виявлення цілеспрямованої поведінки у пристосуванні до стресогенного робочого се-

редовища. При цьому для більшості підходів можна виділити такі спільні ознаки: емоційне вигорання є специфічним процесом, результатом якого є стан психосоціальної дезадаптації фахівця з характерним зниженням рівня його психофізіологічних ресурсів, ознаки якого відбиваються на всіх сферах особистості, але, головним чином, на емоційній та смисловій.

Список використаних джерел і літератури

1. Абульханова-Славская К. А. Основные этапы развития концепции С. Л. Рубинштейна / К. А. Абульханова-Славская, А. В. Брушлинский // Рубинштейн С. Л. Избранные философско-психологические труды: Основы онтологии, логики и психологии / РАН, Ин-т психологии. — М.: Наука, 1997. — 462 с.
2. Александровский Ю. А. Пограничные психические расстройства: [Руководство для врачей] / А. Ю. Александровский. — М.: Медицина, 2000. — 496 с.
3. Большакова Т. В. Личностные детерминанты и организационные факторы психического выгорания у медицинских работников: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.03 «Психология труда инженерная психология, эргономика» / Т. В. Большакова. — Ярославль, 2004. — 27 с.
4. Борисова М. В. Психологические детерминанты психического выгорания у педагогов : автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Педагогическая психология» / М. В. Борисова. — Ярославль, 2003. — 28 с.
5. Брайт Д. Стресс. Теории, исследования, мифы / Д. Брайт, Ф. Джонс. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. — 352 с.
6. Варнава У. В. Экспериментальное исследование незрелых психологических защит личности / У. В. Варнава // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України: зб. наук. праць / [за ред. С. Д. Максименка]. — 2006. — Вип. 29. — С. 102–106.
7. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — СПб.: Питер, 2008. — 336 с.
8. Ганзен В. А. Системные описания в психологии / В. А. Ганзен. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1984. — 176 с. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://thepsy.narod.ru/index.files/istochniki/Ganzen_opisaniya.rar.
9. Жогно Ю. П. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Ю. П. Жогно. — Одесса, 2009. — 21 с.
10. Леонова А. Б. Комплексная стратегия анализа профессионального стресса: от диагностики к профилактике и коррекции / А. Б. Леонова // Психологический журнал. — 2004. — № 2. — С. 56–58
11. Маркова А. К. Психология профессионализма / А. К. Маркова. — М.: Изд-во Международного гуманитарного фонда «Знание», 1996. — 237 с.
12. Пряжников Н. С. Психология труда и человеческого достоинства: [учеб. пособие] / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. — М.: Академия, 2005. — 480 с.
13. Сукиасян С. Г. Стресс и постстрессовые расстройства: личность и общество / С. Г. Сукиасян, А. С. Тадевосян, С. С. Чшмаритян, Н. Г. Манасян. — Ер.: Асогик, 2003. — 348 с.

References

1. Abulkhanova-Slavskaya K. A. Osnovnye etapy razvitiya koncepcii S. L. Rubinshteina / K. A. Abulkhanova-Slavskaya, A. V. Brushlinskiy // Rubinshtein S. L. Izbrannyye filosofskopsihologicheskie trudy: Osnovy ontologii, logiki i psihologii / RAN, In-t psihologii. — M.: Nauka, 1997. — 462 s.
2. Aleksandrovskiy Yu. A. Pogranichnye psihicheskie rasstroistva: [Rukovodstvo dlya vrachey] / A. Yu. Aleksandrovskiy. — M.: Medicina, 2000. — 496 s.
3. Bol'shakova T. V. Lichnostnye determinanty i organizacionnye faktory psihicheskogo vygoraniya u medicinskih rabotnikov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk : spets. 19.00.03 «Psi-

- hologiya truda inzhenernaya psihologiya, ergonomika» / T. V. Bol'shakova. — Yaroslavl', 2004. — 27 s.
4. Borisova M. V. Psihologicheskie determinanty psihicheskogo vygoraniya u pedagogov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: spets. 19.00.01 «Pedagogicheskaya psihologiya» / M. V. Borisova. — Yaroslavl', 2003. — 28 s.
 5. Brait D. Stress. Teorii, issledovaniya, mify / D. Brait, F. Dzhons. — SPb.: Praim-EVRO-ZNAK, 2003. — 352 s.
 6. Varnava U. V. Eksperimental'noe issledovanie nezrelyh psihologicheskikh zaschit lichnosti / U. V. Varnava // Naukovi zapiski Institutu psihologii imeni G. S. Kostyuka APN Ukraini: zb. nauk. prats' / [za red. S. D. Maksimenka]. — 2006. — Vip. 29. — S. 102-106.
 7. Vodopianova N. E., Starchenkova E. S. Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika / N. E. Vodopianova. — SPb.: Piter, 2008. — 336 s.
 8. Ganzen V. A. Sistemnye opisaniya v psihologii / V. A. Ganzen. — L.: Izd-vo LGU, 1984. — 176 s. [Elektronniy resurs]. — Rezhim dostupu: http://thepsy.narod.ru/index.files/istochniki/Ganzen_opisaniya.rar.
 9. Zhogno Yu. P. Psihologichni osoblivosti emotsiinogo vigorannya pedagogiv: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: spets. 19.00.07 «Pedagogichna ta vikova psihologiya» / Yu. P. Zhogno. — Odessa, 2009. — 21 s.
 10. Leonova A. B. Kompleksnaya strategiya analiza professional'nogo stressa: ot diagnostiki k profilaktike i korrekcii / A. B. Leonova // Psihologicheskii zhurnal, 2004. — № 2. — S. 56-58
 11. Markova A. K. Psihologiya professionalizma / A. K. Markova. — Izd-vo Mezhdunarodniy gumanitarniy fond «Znanie», 1996. — 237 s.
 12. Pryazhnikov N. S. Psihologiya truda i chelovecheskogo dostoinstva: [ucheb. posobie] / N. S. Pryazhnikov, E. Yu. Pryazhnikova. — M.: Akademiya, 2005. — 480s.
 13. Sukiasyan S. G. Stress i poststressovye rasstroistva: lichnost' i obschestvo / S. G. Sukiasyan, A. S. Tadevosyan, S. S. Chshmarityan, N. G. Manasyan. — Er.: Asogik, 2003. — 348 s.

Лаврова М. Г.

кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии, ИИПО ОНУ имени И. И. Мечникова, г. Одесса

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ СОВРЕМЕННЫХ ВЗГЛЯДОВ НА ПОНЯТИЕ «ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ»

Резюме

В статье анализируется современное состояние проблемы изучения эмоционального выгорания в отечественной и зарубежной литературе.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, переживание выгорания, структурные компоненты выгорания.

Lavrova M. G.

candidate of psychological Sciences, associate Professor of clinical psychology, IPO ONU I. I. Mechnikov, Odessa, Ukraine

THEORETICAL ANALYSIS OF MODERN VIEWS ON THE CONCEPT OF «EMOTIONAL BURNOUT»

Abstract

The article analyzes the current state of the problem of studying the emotional burning in psychological science in the national and foreign literature. We clarified

the concept of «experience of burnout,» presented its structure as a system of mental properties from the standpoint of the subject-activity approach proved its structural-dynamic model.

Burnout studying depends on the paradigm in which he was consider. A concept «experiencing of the burnout» is in-process specified, his structure as make — system properties is presented psychical from positions of subject-activity approach, grounded him dynamically structural model and certainly composition of components: target determination (dominant and additional having a special purpose determinants) and task system (main and second-rate tasks).

Based on a theoretical analysis of the literature found that from the standpoint of the subject-active approach under experience of burnout refers to the process of adaptation to suboptimal work stress. Stress alters the personal integrity and activates the complex of experiences aimed at refocusing the inner world (attitude, values, personal meaning, needs) in accordance with changes in the environment, namely the transformation of semantic matching «mind / being».

Key words: burnout, experiencing of the burnout, structural components of burnout, emotional burnout, study of burnout.

Стаття надійшла до редакції 05.06.2014