

**УДК 159.9.**

**Лечиева Малка Исраиловна**

кандидат психологических наук, заведующий кафедрой психологии,  
ФГБОУ ВО «Чеченский государственный педагогический университет»  
abakira@mail.ru

**Мансури Оксана Вячеславовна**

ведущий психолог,  
Противопожарная и аварийно-спасательная служба  
Ставропольского края

[abakira@mail.ru](mailto:abakira@mail.ru)

**Malka I. Lechiyeva**

candidate of psychological sciences, head of the department of psychology,  
The Chechen state pedagogical university  
abakira@mail.ru

**Oksana V. Mansuri**

leading psychologist,  
Fire-prevention and rescue service of Stavropol Krai  
abakira@mail.ru

### **Особенности проявления синдрома эмоционального выгорания у лиц экстремальных и помогающих профессий**

### **Features of manifestation of a syndrome of emotional burning out at persons of the extreme and helping professions**

***Аннотация.** В статье рассматриваются личностные особенности у лиц с синдромом эмоционального выгорания экстремальных и помогающих профессий. Рассмотрены особенности профессиональной деятельности и личностных особенностей лиц экстремальных (сотрудники МЧС, сотрудники органов внутренних дел) и помогающих (психологи, педагоги школ) профессий, проведено сравнение личностных особенностей проявления синдрома эмоционального выгорания у лиц экстремальных и помогающих профессий.*

***Ключевые слова:** профессиональная деятельность, экстремальная деятельность, альтруистические профессии, личностные особенности, факторы риска, эмоциональное выгорание, сотрудники органов внутренних дел, пожарные, сотрудники МЧС, педагоги, психологи.*

***Summary.** In article personal features at persons with a syndrome of emotional burning out of the extreme and helping professions are considered. Features professional activity and personal features of persons extreme (the staff of the Ministry of Emergency Situations, staff of bodies of internal affairs) and helping (psychologists, teachers of schools) professions are considered, comparison of personal features of manifestation of a syndrome of emotional burning out at persons of the extreme and helping professions is carried out.*

**Keywords:** *professional activity, extreme activity, altruistic professions, personal features, risk factors, emotional burning out, staff of bodies of internal affairs, firefighters, staff of the Ministry of Emergency Situations, teachers, psychologists.*

Существующая в настоящее время нестабильность социально-экономических условий предъявляет к людям различных профессий повышенные личностные требования, поскольку внешние социальные требования постоянно изменяются и усложняются и личность должна быть готова учитывать эти требования, быть постоянно готовой к изменениям, сохраняя при этом внутренние установки и убеждения, сохраняя свое «Я», ценностные приоритеты и имеющийся опыт, оставаясь при этом в состоянии относительно устойчивого равновесия [18]. Происходит снижение рейтинга социально значимых профессий (педагог, врач, социальный работник и т.п.). Такие условия ведут к обострению конкуренции за высокооплачиваемую и престижную работу, снижению уверенности в стабильности социального и материального положения, гарантированности рабочего места, ускорению процессов узкой специализации и глобализации со смежными отраслями. Профессиональная деятельность человека, являясь одним из ведущих проявлений активности личности, обуславливает становление профессионального типа личности, в развитии которого возможно возникновение деструкций и деформаций. Существенную роль в формировании профессиональных личностных деструкций играет феномен «синдрома эмоционального выгорания». В целом ряде профессий человек регулярно подвергается воздействию факторов профессионального стресса, вследствие чего может происходить изменение качеств и свойств личности, способов общения и поведения [27].

Проблема синдрома эмоционального выгорания обсуждается в научных кругах свыше сорока лет, после того, как Х.Дж.Фрейденбергером в 1974 г. был предложен термин «burnout» («выгорание») для описания состояния общей физической истощенности, разочарования, возникающие у лиц альтруистических профессий вследствие резко завышенных требований к собственным силам и ресурсам. Данный термин Х.Дж.Фрейденбергер применял при характеристике состояния постепенного эмоционального истощения, снижения мотивации и потери работоспособности работниками [52]. Позднее Кристина Маслач добавила к такому описанию синдрома эмоционального выгорания такие показатели как потеря интереса к работе и снижение осторожности [55]. Среди ряда факторов, приводящих к возникновению синдрома эмоционального выгорания исследователи выделяют специфику профессиональной деятельности и индивидуальные характеристики самих профессионалов. [51]. При этом ряд исследователей считает, что личностные особенности оказывают гораздо большее влияние на развитие синдрома выгорания по сравнению с факторами рабочей среды и демографическими характеристиками. [53;58;59]. Изучению синдрома эмоционального выгорания

были посвящены работы таких зарубежных исследователей как С.Джексон, Дж.Еделвич, Э.Пайнс, М.Ляйтер, Э.Морроу, Б.Перлман, Е.Хартман, В.Шауфели, Ч.Фишер, К.Чернисс, Д.Этзион. В настоящее время синдром эмоционального выгорания внесен в Международный классификатор болезней (МКБ-Х) в рубрику Z-73 – «Стресс, связанный с трудностями поддержания нормального образа жизни» [22 ].

Активное изучение проблем СЭВ в отечественной психологической науке было связано с изменениями в обществе в начале 1990 –х гг. (В.В.Бойко, Н.Е Водопьянова, Е.Г.Дешукова, А.Н.Моховиков, Н.В.Мушастая, В.Е.Орел, А.А.Реан, Т.И.Ронгинская, Ю.С.Сидорович, Т.В.Форманюк и др.) [ 3;29;44]. Во многих работах того времени отмечалось, что у специалистов, работающих в коммуникативной сфере и в сфере экстремальной деятельности наблюдается высокий уровень эмоционального истощения. У таких специалистов на определенном этапе профессиональной деятельности отмечалось снижение интереса к профессии, формальное отношение к обязанностям, повышение конфликтности, злоупотребление психоактивными веществами (табак, алкоголь, фармпрепараты без назначения врача и др.), что впоследствии приводило как к психосоматическим нарушениям, так и серьезным изменениям личности (эмоциональным, когнитивным, мотивационным).

При изучении факторов риска возникновения синдрома эмоционального выгорания традиционно выделяются три группы: особенности профессиональной среды, ситуативные факторы и личностные особенности. Все группы факторов непосредственно (или опосредованно) взаимосвязаны - длительные психотравмирующие воздействия объективного характера приводят к личностным изменениям профессионалов, в то же время негативные субъективные факторы проявляют себя при воздействии объективных факторов, при этом индивидуальность каждой ситуации профессионального развития может как усугублять, так и нивелировать их влияние [29]. Мы ограничимся рассмотрением личностных особенностей проявления синдрома эмоционального выгорания у специалистов экстремальных и помогающих профессий.

Большинство исследователей, несмотря на различие подходов, склонны трактовать синдром эмоционального выгорания как реакцию организма на продолжительное воздействие профессиональных стрессов средней интенсивности. Значительный теоретический и практический интерес к проблеме эмоционального выгорания связан со значительным распространением данного синдрома в профессиональной деятельности специалистов различного профиля. При этом специфические условия, в которых протекает та или иная профессиональная деятельность оказывают различное влияние на особенности формирования и протекания СЭВ и его последствия для личности.

Профессиональная деятельность, протекающая в экстремальных (то есть в измененных, отличных от обычных) условиях, предъявляет к человеку особые личностные и профессиональные требования, превышающие их

обычный адаптивный потенциал и резко осложняющие (а зачастую делающие невозможным) реализацию стратегий совладания с жизненными трудностями. Особые условия экстремальной деятельности заключаются в том, что человеку приходится: перерабатывать большие объемы информации в условиях дефицита времени и высокого уровня ответственности за принимаемые решения; совмещать различные по целям действия в рамках одной деятельности (т.н. раздвоенная или совмещенная деятельность); усложнять выполняемые функции при увеличении темпа деятельности; выполнять «труд ожидания» (монотонная работа в условиях ожидания сигнала к экстренным действиям), подвергаться усложненным или жезнеопасным воздействиям среды и т.д. Все эти условия предъявляют к профессионалу повышенные требования, несоответствие которым ведет к срыву в профессиональной деятельности, эмоциональной и поведенческой сфере. При этом воздействие экстремальных факторов профессиональной деятельности может носить либо эпизодический, либо постоянный характер.

При адаптации сотрудника к воздействию экстремальных факторов неизбежно происходят личностные трансформации, которые имеют как позитивный, так и негативный вектор. Адаптация к экстремальным условиям деятельности неизбежно влечет за собой формирование новых навыков, изменение личностных характеристик, способствующих освоению новой деятельности, однако, при трудностях в адаптации возможно формирование и развитие негативных личностных особенностей, которые в совокупности приводят к формированию синдрома эмоционального выгорания [39].

Выделяют ряд факторов риска развития выгорания у лиц экстремальных профессий: субъективные, объективные и социально-психологические. В качестве субъективных факторов выгорания выступают: интенсивность восприятия событий, низкая мотивированность к профессиональной деятельности, иррациональные убеждения, сдержанность в проявлении эмоций [35].

А.А.Деркач к индивидуально-психологическим особенностям субъекта экстремальной деятельности относит следующие качества: развитую антиципацию, высокий уровень саморегуляции, умение принимать решения с высоким уровнем надежности, своевременности и точности; креативность; высокую адекватную мотивацию достижений при ненулевом уровне мотивации избегания неудач (что бы избежать поспешности и опрометчивости при принятии решений [8].

В качестве личностных особенностей, способствующих возникновению и развитию синдрома эмоционального выгорания В.В.Бойко называет такие как - склонность к эмоциональной холодности и интенсивному переживанию негативных обстоятельств, встречающихся в профессиональной деятельности, низкий уровень мотивации к эмоциональной отдаче в профессиональной деятельности.

По мнению Смирнова Б.А, Долгополовой Е.В., субъекты экстремальной профессиональной деятельности должны обладать следующими качествами:

уровень общего интеллекта должен быть выше среднего (особенно такие его характеристики как - интеллектуальная гибкость, общая осведомленность, практическое мышление); высокий уровень личностной стабильности (особенно по таким качествам как надежность, уверенность в себе, резистентность к стрессу, социабельность и коммуникативность, ответственность), выраженность таких качеств как морально-волевые свойства, чувство долга и ответственности, определенный тип общей направленности личности [40].

Особую актуальность изучению проблемы синдрома эмоционального выгорания придает тот факт, что выгоранию подвержены не только отдельные профессионалы, но и целые подразделения или организации [43]. При этом на первых этапах развития синдрома «выгорающий» не замечает его начала, не может осознать появляющиеся симптомы. В.В.Водопьянова в этой связи отмечает очень важный момент: «выгорание заразно, подобно инфекционной болезни. Иногда можно встретить «выгорающие» отделы или даже целые организации» [5, с.48].

Целый ряд исследователей отмечают, что определенные личностные особенности (наряду с особенностями ценностной сферы, социальной адаптации) существенным образом влияют на формирование синдрома и особенности его проявления. К личностным факторам, способствующим эмоциональному выгоранию, относят: соотношение интернальности и экстернальности; поведение типа А; доминирующие стратегии преодоления кризисных ситуаций. [17;19;25;46].

В исследовании И.В.Малышева, направленном на изучение социально-психологических и индивидуальных характеристик специалистов экстремальных профессий (выборку составили сотрудники отделов вневедомственной охраны, пожарные, сотрудники различных отделов УВД, курсанты юридического вуза МВД РФ) с высоким и низким уровнем синдрома эмоционального выгорания, было показано, что для лиц с высоким уровнем синдрома эмоционального выгорания характерным являются «..противоречивая мотивация, направленная на достижения успеха, и стремление к сохранению контактов и своего социального статуса; неустойчивая эмоциональная сфера, гибкость в построении отношений с людьми с тенденцией придавать большое значение своей социальной позиции. Кроме этого, умение легко вживаться в разные социальные роли, не всегда целенаправленная активность, сниженная выносливость к стрессу, стремление находить причины неудач в действиях других людей, черты демонстративности; ...усиление проявления акцентуированных черт характера, потребность в признании своих лучших качеств окружающими людьми»[19, с.85]. Для таких сотрудников также характерными оказались: социальная пассивность, сдерживание активной самореализации, инертность при принятии решений, эгоцентризм, пессимистичность при оценке собственных перспектив, низкий уровень включенности в деятельность и социальную среду, неспособность конструктивно разрешать конфликтные ситуации, консерватизм,

социальное лицемерие, авторитарность, агрессивность, эмоциональная холодность.

Для сотрудников, у которых было зафиксировано отсутствие проявлений синдрома СЭВ отмечались следующие личностные особенности: низкий уровень тревожности, высокая активность, уверенность в себе, стрессо- и эмоциональная устойчивость, высокий уровень самокритичности, низкий уровень внушаемости. Проведенное исследование показало, что сотрудники с высоким уровнем синдрома эмоционального выгорания не способны соответствовать предъявляемым им профессиональным требованиям по целому ряду параметров, имеют крайне низкий уровень социальной и профессиональной адаптации, высокий уровень соматических расстройств.

Особую значимость актуальность изучение проблематики синдрома эмоционального выгорания у сотрудников специализированных учреждений приобретает в связи с происходящими изменениями в системе: переаттестация, переукомплектация и кадровые перестановки, пересмотром функциональных обязанностей ведомств и т.д. В качестве специфических эмоциональных факторов, оказывающих существенное влияние на профессиональную деятельность сотрудников внутренних дел ряд авторов указывают: значительный дефицит времени при принятии важных решений; наличие интеллектуальных перегрузок, связанных с недостатком или избытком информации; высокий уровень служебной и моральной ответственности за решения и поступки; постоянную диспозиции антиобщественного и аморального поведения криминогенного контингента, жесткая регламентация; низкий уровень коммуникативной компетенции; отсутствие навыков управления своим психологическим состоянием, высокий уровень вербальной агрессии[34;41].

Действие этих и ряда других факторов приводит к значительным изменениям в эмоционально-волевой сфере: отмечается «огрубление» чувств, появление и усиление таких качеств и свойств как повышенная раздражительность, черствость, конфликтность, депрессивность, немотивированная тревожность, снижение способности к контролю эмоциональной сферы, утрата способности к адекватной самооценке, повышенное стремление к власти [28].

В качестве факторов, повышающих устойчивость к эмоциональному выгоранию исследователи указывают: осознание высокой значимости профессиональной деятельности; высокую вероятность профессионального роста и продвижения; уровень автономии и контроля со стороны руководства, относительная независимость от мнения окружающих [21;32;33;34].

В исследовании Смирновой И.Е. было выявлено, что состояния психологического истощения, характерные для синдрома эмоционального выгорания, носят циклический характер (2-3 раза в год) и у мужчин отмечаются в два раза чаще, чем у женщин, при этом наиболее остро данное состояние проявляется после выхода на службу после периода временной нетрудоспособности (по болезни), при этом нежелание приступать к

профессиональным обязанностям носит ярко выраженный осознанный характер [41].

В ряде работ показана зависимость показателей профессионального выгорания от личностных особенностей сотрудников внутренних дел: экстраверсии, спонтанности, агрессивности, ригидности, интроверсии, сензитивности, тревожности. Так экстраверсия имеет обратную корреляцию с уровнем редукции личных достижений, эмоциональным истощением и деперсонализацией (чем выше уровень экстраверсии, тем ниже показатели эмоционального истощения, деперсонализации и уровня редукции личных достижений). Отмечается корреляция экстернального «локуса контроля» с эмоциональным истощением и деперсонализацией. Развитие эмоционального истощения и редукция профессиональных достижений коррелируют с использованием пассивных стратегий избегания (при увеличении уровня выгорания увеличивается количество пассивных, агрессивных и асоциальных моделей совладающего поведения). С показателями выгорания коррелируют показатели агрессивного и враждебного поведения [16;17;49;50;54;57].

В исследовании Карамовой Э.И., Хусаиновой Л.И, посвященном изучению особенностей эмоционального выгорания у пожарных с различными личностными особенностями были выявлены две полярные группы сотрудников – «невротично-депрессивные» с высоким уровнем синдрома эмоционального выгорания (с разной степенью сформированности отдельных фаз выгорания) и «уравновешенно-экстравертированные». В первую группу вошли сотрудники с высоким уровнем тревожности, неуверенности, невротичности, сниженным фоном настроения, подавлением спонтанности, сверхответственностью, высоким уровнем осторожности и осмотрительности, застенчивости. Для эмоциональной сферы данных людей характерным явилось наличие противоположных тенденций: высокий уровень притязаний сочетался с потребностью в причастности к интересам группы, агрессивность сочеталась с потребностью быть принятым, нравиться окружающим, альтруистические декларации – с высоким уровнем эгоизма. У сотрудников с отсутствием проявления синдрома выгорания отмечается выраженность таких качеств как: заботливость, отзывчивость, легкость в общении, яркость и разнообразие эмоциональных проявлений, готовность к сотрудничеству, открытость к новому опыту и изменениям, высокий порог фрустрации, высокий уровень эмпатии, умеренная склонность к риску, средний уровень личностной и ситуативной тревожности. Автором делается обоснованный вывод о связи личностных особенностей пожарных с проявлениями эмоционального выгорания [10].

Изучив влияние социально-психологических объективных факторов особенности проявления синдрома выгорания у различных категорий сотрудников пожарных частей, В.С. Кошкарёв пришел к выводу о том, что показатели профессионального выгорания у них существенно различаются. Так, наибольшая степень эмоционального выгорания отмечается у диспетчеров, начальников караулов и помощников начальников караулов, в наименьшей

степени – у пожарных. Исследователь видит причину такого расхождения в различной мере ответственности – пожарные являются исполнителями, а начальники караулов несут ответственность за принятие верного решения в экстремальных условиях. Также отмечается повышение показателей уровня эмоционального истощения и деперсонализации у помощников начальника караула, и повышение показателя деперсонализации – у диспетчеров [14].

В современных психологических исследованиях показана значительная распространенность синдрома эмоционального выгорания в среде работников социномических профессий (психологи, педагоги, врачи, социальные работники, юристы, руководители разного уровня и т.д.). Риск и вероятность возникновения синдрома эмоционального выгорания высоки у специалистов помогающих профессий в связи с тем, что во время выполнения профессиональной деятельности может возникать негативное отношение к объектам труда, при том, что объективные условия профессий типа «человек-человек» требуют внимательного и положительного отношения к ним. Специфичность «помогающей» деятельности заключается в том, что от профессионала требуется высокий уровень таких качеств как: гуманистическая направленность; личностная вовлеченность, сопереживание, способность понимать особенности другого человека в различных условиях проявления его реакций; высокая динамичность и умение совершать большое количество межличностных контактов; высокая ответственность за результат коммуникации; высокий уровень рефлексии и эмпатийности; инструментальность коммуникативности; высокий уровень самоконтроля и интерперсональной чувствительности [15;23;30;45]. При этом, у специалистов, работающих в помогающей сфере, проявления синдрома эмоционального выгорания имеют свою специфику.

Профессия педагога, обладая огромной социальной важностью является многоаспектной: по данным ряда исследователей учителем выполняется более 300 видов деятельности. Высокий риск возникновения синдрома эмоционального выгорания в педагогической среде объясняется рядом факторов, таких как: высокий уровень эмоциональной напряженности, принадлежность профессии педагога к профессиям альтруистического типа (в которых априори высока вероятность возникновения психического выгорания). Зеленова М.Е. и Захаров А.В. отмечают, что «..выраженность признаков выгорания и индивидуально-личностные характеристики специалистов имеют весьма сложные, нелинейные взаимосвязи, а проблема его формирования во многом остается нераскрытой»[9,с.54]. Так, показано, что повышение уровня профессионализма ведет к снижению степени выгорания, однако при неудовлетворенности уровнем карьерного роста (при высоком уровне трудового стажа) ведет к усилению негативной симптоматики. Авторы отмечают, что многочисленные исследования синдрома эмоционального выгорания и полученные разными авторами результаты зачастую не согласуются между собой, причиной этого могут служить различия в

исследуемых выборках и различия при выборе методического инструментария [9].

Одним из факторов, который влияет на эмоциональное выгорание педагогов является субъективная оценка педагогом эффективности своей профессиональной деятельности. Альтруистичность педагогической профессии предполагает наличие модуса служения, наличие высоких идеалистических целей, стремление к достижению определенных морально-нравственных идеалов и трансляцию их другим. При несоответствии реальных профессиональных достижений поставленным целям у педагога появляются ощущения профессиональной несостоятельности, неэффективности., появляются чувства вины, стыда, раздражения, что ведет к профессиональному эмоциональному выгоранию[42].

Специалистами выделяются три группы личностных факторов способствующих формированию эмоционального выгорания у педагогов: личностные ( в первую очередь – низкий уровень самооценки, крайне низкий или очень высокий уровень эмпатии, интровертированность, авторитарность и жесткость по отношению к другим и др.), статусно-ролевые факторы (ролевые поведенческие стереотипы, отсутствие возможностей самоактуализации и др), профессионально-организационные (дефицит психологической поддержки, монотонность работы, напряженность в отношениях с коллегами и др.).

Помимо указанных личностных особенностей педагогов с синдромом эмоционального выгорания Полищук Е.А. и Крылова Н.Н. отмечают также следующие: высокий уровень тревожности, высокую степень перфекционизма, пассивность, подозрительность, низкую стрессоустойчивость, стремление действовать по стандарту, вспыльчивость[31]. Комаревцева И.В. отмечает наличие у педагогов с симптомами выгорания трудностей в ориентировке в своем интраиндивидуальном пространстве, в то время как педагоги, имеющие психологическую устойчивость к синдрому эмоционального выгорания имеют следующую психологическую конструкцию личности: амбивалентная направленность, понимание своих эмоциональных переживаний, эмоциональная гибкость, интернальный локус контроля, ориентировка на настоящее и будущее, отсутствие перфекционизма, сензитивность к своим потребностям, свобода от психологических защит, открытость для общения и приобретения нового опыта [12].

Многочисленными исследователями особенностей эмоционального выгорания у педагогов отмечается связь между проявлениями симптома и такими личностными особенностями как акцентуация характера (доказана положительная корреляционная связь с дистимическим, застревающим и циклотимическим типами), локус контроля (внешний локус контроля положительно коррелирует с эмоциональным истощением и деперсонализацией, а интернальность отрицательно связана со степенью выраженности эмоционального выгорания), эмпатийность, самоэффективность и самооценка, самоактуализация (независимость в ценностях и поведении педагогов оказывают влияние на резистентность к выгоранию), низкий уровень

общительности, высокая тревожность, склонность к чувству вины, низкий уровень мотивации или фрустрация значимых мотивов профессиональной деятельности [2;6;11;13;20;26;27;37;47;48;49;60;61].

Ракицкая А.В. отмечает, что «... не все особенности личности изучены в достаточной степени равномерно в плане их взаимосвязи с эмоциональным выгоранием, полученные данные порою носят противоречивый характер, а также некоторые аспекты не представлены (например, взаимосвязь различных видов агрессии и синдрома эмоционального выгорания у педагогов) [36,с.80].

Особый интерес представляет анализ личностных проявлений синдрома эмоционального выгорания и у психологов, поскольку специфика профессиональной деятельности заключается в том, что зачастую психологи, являясь представителями «помогающей» профессии осуществляют профессиональную помощь другим «помогающим» - педагогам, социальным работникам, а также представителям экстремальных профессий (пожарным, сотрудникам силовых структур и т.д.). Поэтому вполне закономерен научный интерес к проблеме личностных деформаций и эмоционального выгорания психологов (Н.Д. Алексеева, А.Н.Баженова, С.Н.Дмитриева, Ш.В.Саркисян, Д.Г. Трунова и др.). При всем многообразии подходов к проблеме синдрома выгорания профессионалов выделяют три группы факторов, способствующих его возникновению: особенности профессиональной деятельности; индивидуально-психологические особенности самого профессионала; несоответствие личностных характеристик требованиям деятельности [5]. Выделяют три аспекта профессионального выгорания у помогающих специалистов:

1. Снижение самооценки, которое ведет к апатии, которая может перейти в агрессию или отчаяние.

2. Одиночество вследствие преобладания объект-объектных отношений и затрудненности межличностных контактов.

3. Эмоциональное истощение, соматизация.

Проведенное Ахметгалеевой З.М. и Чуроковой Т.М. исследование проявлений синдрома выгорания у педагогов гимназий и педагогов-психологов образовательных учреждений показало, что школьные психологи менее подвержены профессиональному выгоранию, единственным симптомом, который был более выражен у психологов по сравнению с учителями явился симптом «эмоциональной отстраненности» [1].

Бузовкина Н.Ю. выявила, что существуют существенные различия в проявлении и протекании синдрома эмоционального выгорания у психологов, оказывающих экстренную и продолжительную психологическую помощь. Так у психологов, работающих в режиме оказания экстренной психологической помощи характерным оказалось следующее: наличие устойчивого стиля и среднего уровня саморегуляции, завышенной самооценки и оптимального уровня притязаний, среднего уровня самоактуализации и низкого уровня гибкости общения, среднего уровня эмпатии. Для психологов, оказывающих продолжительную психологическую помощь, характерным оказалось

следующее: наличие устойчивого стиля и высокого уровня развития саморегуляции, адекватной самооценки и некритического уровня притязаний, среднего уровня развития самоактуализации, преобладания высокого уровня самопонимания, среднего уровня субъективного контроля, среднего уровня развития эмпатии [4].

Проведя анализ исследований личностных особенностей специалистов экстремальных и помогающих профессий с симптомами эмоционального выгорания можно отметить, что для представителей экстремальных профессий характерны следующие проявления личностной сферы: противоречивая мотивация, социальная пассивность, сдерживание активной самореализации, инертность при принятии решений, эгоцентризм, пессимистичность при оценке собственных перспектив, низкий уровень включенности в деятельность и социальную среду, неспособность конструктивно разрешать конфликтные ситуации, консерватизм, социальное лицемерие, авторитарность, агрессивность, эмоциональная холодность. низкий уровень коммуникативной компетенции; отсутствие навыков управления своим психологическим состоянием, высокий уровень вербальной агрессии, интровертированность, высокий уровень тревожности. экстернальный «локус контроля», неуверенность, невротичность, сниженный фон настроения, высокий уровень осторожности и осмотрительности.

У специалистов помогающих профессий с синдромом эмоционального выгорания в психологическую конструкцию личности входят: чувства вины, стыда, раздражения, низкий уровень самооценки, крайне низкий или очень высокий уровень эмпатии, интровертированность, высокий уровень тревожности, высокая степень перфекционизма, пассивность, подозрительность, низкая стрессоустойчивость, стремление действовать по стандарту, вспыльчивость, внешний локус контроля, низкий уровень общительности, низкий уровень мотивации или фрустрация значимых мотивов профессиональной деятельности.

Для представителей обеих групп профессий (экстремальные и помогающие) с выраженными проявлениями синдрома эмоционального выгорания общими являются следующие личностные проявления: высокий уровень тревожности, интровертированность, внешний локус контроля, однако есть и различия. Так, во многих исследованиях отмечается высокий уровень различных видов агрессии у представителей экстремальных профессий, в то время как у представителей помогающих профессий этот параметр практически не изучен в связи с синдромом эмоционального выгорания. У представителей помогающих профессий (с выраженным синдромом эмоционального выгорания) отмечаются крайние проявления эмпатии (крайне высокий или крайне низкий уровни), выраженный перфекционизм, данные качества у представителей экстремальных профессий не отмечаются.

Необходимо отметить существующую в психолого-педагогической среде точку зрения на связь симптоматики эмоционального выгорания с личностными особенностями что «... не все особенности личности изучены в

достаточной степени равномерно в плане их взаимосвязи с эмоциональным выгоранием, полученные данные порою носят противоречивый характер» [36,с.80].

### *Литература*

1. Ахметгалеева З.М., Чурекова Т.М. Особенности профессионального выгорания учителей и школьных психологов//Проблемы исследования синдрома «выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): сб. науч. ст. / под ред. В. В. Лукьянова, С. А. Подсадного ; Курск. гос. ун-т. – Курск : КГУ, 2007. – с.9-14
2. Бабич О. И. Личностные ресурсы преодоления синдрома эмоционального выгорания педагогов: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01 / О. И. Бабич. – Хабаровск, 2007. – 23 с.
3. Бойко В.В. Энергия эмоций. СПб.; М.; Х.; Минск : Питер, 2004 . – 474 с
4. Бузовкина Н.Ю. Синдром эмоционального выгорания у психологов, оказывающих экстренную и продолжительную психологическую помощь. //Вестник Башкирского университета, 2008, т.13, №4, с.1100-1102.
5. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. М-СПб.: Изд-во «Питер», 2008. – 336 с.
6. Вологжанина О. М. Особенности эмоционального выгорания педагогов с разными типами акцентуаций характера // Психология сегодня – 2009: материалы XI регион. науч.- практ. конф. студентов и аспирантов, Екатеринбург, 16–17 апр. 2009 г. / ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т». – Екатеринбург, 2009. – С. 46–48.
7. Гурылева Л.В. Проблема влияния профессионального стресса на психическое здоровье педагогов//Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации. Материалы научно-практической конференции (заочной) с международным участием.2013, с.448-452.
8. Деркач А.А., Зазыкин В.Т. Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях. М., 1998. 256 с.
9. Зеленова М.Е., Захаров А.В. Выгорание и стресс в контексте профессионального здоровья военнослужащих//Социальная психология и общество, 2014, №2,с.50-70
10. Карамова Э.И.,Хусаинова Л.И. Проявления эмоционального выгорания у пожарных с разными личностными особенностями//Символ науки, 2016, №11-4, с.164-168.
11. Каримова А. Р. Особенности коммуникативных качеств личности и их взаимосвязь с эмоциональным выгоранием учителей: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / А. Р. Каримова. – Казань, 2003. – 173 с.
12. Комаревцева И.В. Динамика устойчивости к синдрому эмоционального выгорания у педагогов системы специального образования в процессе профилактической работы// Российский психологический журнал, 2014, том 11, №2, с.51-60.

13. Кондратьева О. Г. Изменения альфа- и бета-ритмов биоэлектрической активности мозга при формировании синдрома эмоционального выгорания у педагогов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.02 / О. Г. Кондратьева. – Уфа, 2011. – 219 с.

14. Кошкарев В.С. Влияние места несения службы и стажа работы на индивидуально-личностные особенности сотрудников пожарной охраны//Научно-аналитический журнал Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России «Проблема управления рисками в техносфере», 2010, №4 (16), с.97-103.

15. Крапивина О.В., Косырев В.Н. К вопросу о профилактике и коррекции эмоционального выгорания у пенитенциарных служащих// Вестник Тамбовского гос.ун-та. Серия гуманитарных наук, 2003, вып.1 (29), с.36-47.

16. Круглова М.А и др. Агрессия как предиктор профессиональной деформации личности сотрудников правоохранительных органов// Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта, 2015, № 11(129), с.274-278.

17. Лебедев А.Н., Камнева Е.В., Буянова С.М. Влияние индивидуально-психологических особенностей на «профессиональное выгорание» сотрудников органов внутренних дел //Вестник Финансового университета. 2012. № 3 (7). С. 58-63.

18. Малышев И.В. Взаимосвязь адаптационной готовности личности и эмоционального выгорания у представителей стрессогенных профессий.// Современные исследования социальных проблем, 2016, №8 (64), с.123-132

19. Малышев И.В. Социально-психологические и индивидуальные характеристики представителей экстремальных профессий с высоким и низким эмоциональным выгоранием. //Известия Саратовского университета. Сер. Философия. Психология. Педагогика, 2011, вып.3, с.83-87.

20. Мальцева Н. В. Проявления синдрома психического выгорания в процессе профессионализации учителя в зависимости от возраста и стажа работы: дис. ... канд психол. наук / Н. В. Мальцева. – Екатеринбург, 2005. – 190 с.

21. Марьин М.И. Психологическое обеспечение деятельности ОВД в экстремальных условиях. М. ГУК МВД России, 2001, 308 с.

22. Международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем. 10-й пересмотр (МКБ-10). Минск, «Асар», 2001. 400с.

23. Митина Л.М. Психология профессионального развития учителя, М., М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1998. - 200 с..

24. Мишкина Е.А. Профилактика синдрома эмоционального выгорания в профессиональной деятельности сотрудников предприятия //Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2015, т.10, с.96-100.

25. Молчанова Л.Н. Закономерности трансформации состояния психического выгорания у представителей экстремальных профессий. //Перспективы Науки и Образования, 2013, № 4, с.161-171.

26. Наличаева С. А. Связь самоактуализации и профессионального выгорания у педагогов // Вестник Адыгейского государственного университета. – 2011. – № 1. – С. 12–18.
27. Ожогова Е. Г. Исследование особенностей психического и физического здоровья педагогов / Е. Г. Ожогова // Человек и образование. – 2006. – № 8, 9. – С. 106–108.
28. Орел В.Е. Синдром психического выгорания личности, М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – 330 с.
29. Орел В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования// Психологический журнал. 2001. Т. 22. №1, С. 90-101.
30. Осухова Н., Кожевникова В. Профилактика эмоционального выгорания: практико-ориентированный семинар//Школьный психолог,2006, №16, с.18-32.
31. Полищук Е.А., Крылова Н.Н. Психолого-педагогическое исследования синдрома эмоционального выгорания педагогов//Вестник Пензенского государственного университета, 2016, №3 (15) с.20-25
32. Поляков А.В. психологическое сопровождение сотрудников полиции., Ученые записки СПбГИПСР. Выпуск 2. Том 22, 2014, с.53-58.
33. Профилактика профессиональной деформации личности сотрудников ОВД.,М.,ИМЦ ГУК МВД России, 2004, 144 с.
34. Пряхина Н.В.,Шихова А.П. Эмоциональное выгорание сотрудников специализированных подразделений дознания органов внутренних дел.// Ученые записки университета им.П.Ф.Легсафта, 2009, № 6 (52) , с.59-63
35. Психология экстремальных ситуаций /Под.ред.Ю.С.Шойгу, М.Смысл; Академия, 2009, 320с.
36. Ракицкая А.В. Взаимосвязь личностных особенностей и синдрома эмоционального выгорания у педагогов // Актуальные проблемы формирования психолого-педагогической культуры будущих специалистов : межвуз. сб. науч. ст. с междунар. участием. — Барановичи : РИО БарГУ, 2015. — Вып. 5 : в 2 ч. Ч. 1 : С. 70–81.
37. Рукавишников А. А. Личностные детерминанты и организационные факторы генезиса психического выгорания у педагогов: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03 / А. А. Рукавишников. – М.: РГБ, 2003. – 177 с.
38. Рыбников В.Ю. Психологическое прогнозирование надежности деятельности и коррекция дезадаптивных нервно-психических состояний специалистов экстремального профиля. СПб, Санкт-Петербургский университет МВД России, 2000, 205 с.,
39. Середина Н.В., Черныш И.В.// Северо-Кавказский психологический вестник, 2017, №12/1, с.49-53.
40. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях: хрестоматия. Харьков.: Гуманитарный Центр, 2007 - 276 с.

41. Смирнова И.Е. Оценка и критерии профессионального выгорания // *Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров*, 2014, № № (20), с.43-47.
42. Соковнина М.С., Соболева Е.С. Профилактика эмоционального выгорания педагогов и психологов через формирование адекватной оценки результативности профессиональной деятельности // *Служба практической психологии в системе образования. Выпуск 8. Научные сообщения в городской научно-практической конференции.* - Спб.: СПбАППО, 2004. - С. 272–277.
43. Уразаева Г.И. Профессиональная деформация сотрудников полиции в аспекте эмоционального выгорания: социально-психологические условия, механизмы, особенности, факторы // *Вестник Казанского юридического института МВД России*, 2014, №2 (16), с.14-20.
44. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной деформации учителя// *Вопросы психологии*, 1984, №6, с .7-73.
45. Шабанова К.Г. Специфика «эмоционального выгорания» у сотрудников линейных подразделений//*Психопедагогика в правоохранительных органах*, 2007, №2, с.41-49.
46. Шендель Т.В. Психолого-педагогическое обеспечение профилактики профессионального выгорания специалистов профессий особого риска // *Вестник ТГПУ* , 2015, №12 (165) , с.48-52.
47. Bayani A. A. *Teachers self-estem, self-efficacy and perception of school context as predictors of professional burnout* / A. A. Bayani, H. Bagheri, A. Bayani // *European Online Journal of Natural and Social Sciences.* – 2013. – Vol. 2. – № 2. – P. 298–304.,
48. Brouwers A. A. *longitudinalsstudy of teacher burnout and perceived self-efficacy in classroom management* / A. A. Brouwers, W. Tomic // *Teaching and Teacher Education.* – 2000. – № 16. – P. 239–253.
49. Byrne B. M. *Burnout: testing for the validity, replication, and invariance of causal structure across elementary, intermediate, and secondary teachers* // *Americal Educational Research J.* 1994. V. 31 (3). P. 645–673;
50. De Jonge J., Schaufeli W. B. *Job characteristics and employee well-being: A test of Warr’s Vitamin Model in health care workers using structural equation modelling* // *J. of Organizational Behavior.* 1998. V. 19 (4). P.387–407.
51. Dion G. *Le burnout chez les educatrices et garderie: proposition d’un modele theorique* // *Apprentissage et Socialisation.* – 1989. – V. 12 (4). – P. 205–215.
52. Freudenberger H. J. *Staff burn-out* // *J. of Social Issues.* 1974. Vol. 30. P. 159–165.
53. Huebner E. S. *Relationships among demographics, social support, job satisfaction and burnout among school psychologists* // *School Psychology International.* 1994. V. 15 (2). P. 181–186;
54. Leithwood K., Menzies T., Jantzi D., Leithwood J. *School restructuring, transformational leadership and amelioration of teacher burnout* // *Anxiety, Stress and Coping: An International J.* 1996. V. 9 (3). P. 199–215.

55. Maslach C. Burned-out // *Human Behavior*. 1976. Vol. 5(9). P. 16–22.
56. Maslach C., Jackson S. E. Patterns of burnout among a national sample of public contact workers // *J. of Health and Human Resources Administration*. 1984. Vol. 7. P. 189–212.
57. McGrath A., Reid N. Boore J. Occupational stress in nursing // *International J. of Nursing Studies*. 1989. V. 26 (4). P. 343–358.
58. Mills L. B., Huebner E. S. A prospective study of personality characteristics, occupational stressors, and burnout among school psychology practitioners // *J. of School Psychology*. 1998. V. 36 (1). P. 103–120;
59. Oktay J. S. Burnout in hospital social workers who work with AIDS patients // *Social-Work*. 1992. V. 37 (5). P. 432–439.
60. Skaalvik E. N. Teacher self-efficacy and teacher burnout: a study of relations / E. N. Skaalvik, S. Skaalvik // *Teacher and Teacher Education*. – 2010. – № 26. – P. 1059–1069.
61. Wan M. K. Teacher burnout: Relations with stress, personality, and social support / M. K. Wan // *Educational Journal*. – 1991. – № 19 (1). – P. 3–11.

#### Literature

1. Akhmetgaleeva Z.M., Churekova T. M. Features of professional burning out of teachers and school psychologists//*Problems of a research of a syndrome of "burning out" and a way of his correction at experts of the "helping" professions (in medical, psychological and student teaching): сб. науч. the Art. / under the editorship of V.V. Lukyanov, S.A. Podsadny; Kursk. state. un-t. – Kursk: KGU, 2007. – page 9-14*
2. Babich O.I. Personal resources of overcoming syndrome of emotional burning out of teachers: автореф. уеу. edging. психол. sciences: 19.00.01 / O.I. Babich. – Khabarovsk, 2007. – 23 pages.
3. Quickly V.V. *Energiya of emotions*. SPb.; M.; X.; Minsk: St. Petersburg, 2004. – 474 with
4. Buzovkina N.Yu. A syndrome of emotional burning out at the psychologists rendering the emergency and long psychological assistance.//*Bulletin of the Bashkir university*, 2008, t.13, No. 4, page 1100-1102.
5. Vodopyanova N. E., Starchenkova E.S. *Sindr of burning out: diagnostics and prevention*. M-SPb.: St. Petersburg publishing house, 2008. – 336 pages.
6. Vologzhanina O. M. Features of emotional burning out of teachers with different types of aktsentuation of character // *Psychology today – 2009: materials XI region. науч. - практ. конф. students and graduate students, Yekaterinburg, 16–17 Apr. 2009 / Public Educational Institution of Higher Professional Training Ros. gos. prof.-ped. un-t. – Yekaterinburg, 2009. – Page 46-48.*
7. Guryleva L.V. *Problem of influence of a professional stress on mental health of teachers*//*Current problems of modern education: experience and innovations. Materials of a scientific and practical conference (correspondence) with the international participation.2013, page 448-452.*
8. Derkach A.A., Zazykin V.T. *Professionalizm of activity in special and extreme conditions*. M, 1998. 256 pages.

9. Zelenova M.E., Zakharov A.V. *Burning out and a stress in the context of professional health of the military personnel*//*Social psychology and society*, 2014, No. 2, page 50-70

10. Karamova E.I., Khusainova L.I. *Manifestations of emotional burning out at firefighters with different personal features*//*a science Symbol*, 2016, No. 11-4, page 164-168.

11. Karimova A. R. *Features of communicative qualities of the personality and their interrelation with emotional burning out of teachers: yew. ... edging. psichol. sciences: 19.00.13 / A.R. Karimova. – Kazan, 2003. – 173 pages.*

12. Komarevtseva I.V. *Dynamics of resistance to a syndrome of emotional burning out at teachers of system of vocational education in the course of scheduled maintenance*//*the Russian psychological magazine*, 2014, volume 11, No. 2, page 51-60.

13. Kondratyeva O. G. *Changes alpha and beta rhythms of bioelectric activity of a brain when forming a syndrome of emotional burning out at teachers: yew. ... edging. psichol. sciences: 19.00.02 / O.G. Kondratyeva. – Ufa, 2011. – 219 pages.*

14. Koshkarev V.S. *Influence of the place of service and length of service on individual and personal features of employees of fire protection*//*Scientific and analytical magazine of the GPS Emercom of Russia St. Petersburg university "Risk management problem in technosphere"*, 2010, No. 4 (16), page 97-103.

15. Krapivina O.V., Kosyrev V.N. *to a question of prevention and correction of emotional burning out at penitentiary employees*//*the Messenger the Tambov state. un-that. Series of the humanities*, 2003, issue 1 (29), page 36-47.

16. Kruglova M. *And, etc. Aggression as predictor of professional deformation of the identity of law enforcement officers*//*Scientists of a note of the university of P.F. Lesgaft*, 2015, No. 11(129), page 274-278.

17. Lebedev A.N., Kamneva E.V., Buyanova S.M. *Influence of individual and psychological features on "professional burning out" of staff of bodies of internal affairs*//*Bulletin of the Financial university*. 2012. No. 3 (7). Page 58-63.

18. Malyshev I.V. *Interrelation of adaptation readiness of the personality and emotional burning out at representatives the stressogennykh of professions.*//*Modern researches of social problems*, 2016, No. 8 (64), page 123-132

19. Malyshev I.V. *Social and psychological and individual characteristics of representatives of extreme professions with high and low emotional burning out.*//*News of the Saratov university. It is gray. Philosophy. Psychology. Pedagogics*, 2011, issue 3, page 83-87.

20. Maltseva N. V. *Manifestations of a syndrome of mental burning out in the course of professionalizing of the teacher depending on age and length of service: yew. ... edging psichol. sciences / N.V. Maltseva. – Yekaterinburg, 2005. – 190 pages.*

21. Maryin M.I. *Psychological ensuring activity of Department of Internal Affairs in extreme conditions. M of GUK Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation*, 2001, 308 pages.

22. *The international statistical classification of the diseases and problems connected with health. 10th revision (MKB-10). Minsk, Asar, 2001. 400 pages.*

23. Mitino L.M. *Psikhologiya of professional development of the teacher*, M., M.: Flint: Moscow psikhologo-social institute, 1998. - 200 with.
24. Mishkina E.A. *Prevention of a syndrome of emotional burning out in professional activity of staff of the enterprise//the Scientific and methodical online magazine "Kontsept"*, 2015, t.10, page 96-100.
25. Molchanova L.N. *Regularities of transformation of a condition of mental burning out at representatives of extreme professions.//Prospects of Science and education*, 2013, No. 4, page 161-171.
26. Nalichayeva S.A. *Communication of self-updating and professional burning out at teachers//the Messenger of the Adygei state university*. – 2011. – No. 1. – Page 12-18.
27. Ozhogova E. G. *Research of features of mental and physical health of teachers / E.G. Ozhogov//Person and education*. – 2006. – No. 8, 9. – Page 106-108.
28. Eagle V.E. *Sindr of mental burning out of the personality*, M.: Institute of Psychology of RAS publishing house, 2005. – 330 pages.
29. Eagle V.E. *Fenomen of "burning out" in foreign psychology: empirical researches//Psychological magazine*. 2001. T. 22. No. 1, S. 90-101.
30. Osukhova N., Kozhevnikova V. *Prevention of emotional burning out: the praktiko-focused seminar//the School psychologist*, 2006, No. 16, page 18-32.
31. Polishchuk E.A., Krylova of N.N. *Psikhologo-pedagogicheskoye of a research of a syndrome of emotional burning out of teachers//Messenger of the Penza state university*, 2016, No. of 3 (15) page 20-25.
33. *Prevention of professional deformation of the identity of staff of Department of Internal Affairs., M.,IMTs GUK of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation*, 2004, 144 pages.
34. Pryakhina N.V., Shikhova A.P. *Emotional burning out of staff of specialized divisions of inquiry of law-enforcement bodies.//Scientific notes of the university of P.F. Legsgaft*, 2009, No. 6 (52), page 59-63
35. *Psychology of extreme situations / Under. edition Yu.S. Shoygu, M. Smysl; Academy*, 2009, 320 pages.
36. Rakitskaya A.V. *Interrelation of personal features and a syndrome of emotional burning out at teachers//Current problems of formation of psychology and pedagogical culture of future experts: interhigher education institution. сб. науч. the Art. with междунар. participation. — Baranovich: RIO BARGU, 2015. — Issue 5: in 2 h. P.1: Page 70-81.*
37. Rukavishnikov A. A. *Personal determinants and organizational factors of genesis of mental burning out at teachers: yew. ... edging. ncuxol. sciences: 19.00.03 / A.A. Rukavishnikov*. – M.: RGB, 2003. – 177 pages.
38. Rybnikov V.Yu. *Psychological forecasting of reliability of activity and correction dezadaptivnykh of psychological conditions of experts of an extreme profile. SPb, St. Petersburg university Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation*, 2000, 205 pages,
39. Middle N.V., Chernysh I.V.//*North Caucasian psychological messenger*, 2017, No. 12/1, page 49-53.

40. Smirnov B.A., Dolgopolova of E.V. *Psikhologiya of activity in extreme situations: anthology*. Kharkiv.: Humanitarian Center, 2007 - 276 pages.

41. Smirnova I.E. *Assessment and criteria of professional burning out//Scientific providing system of professional development of shots*, 2014, No. No. (20), page 43-47.

42. Sokovnina M.S., Soboleva E.S. *Prevention of emotional burning out of teachers and psychologists through formation of adequate assessment of effectiveness of professional activity//Service of practical psychology in an education system. Release 8. Scientific messages in a city scientific and practical conference. - SPb.: СПбАППО, 2004. - Page 272–277.*

43. Urazayeva G.I. *Professional deformation of police officers in aspect of emotional burning out: social and psychological conditions, mechanisms, features, factors//Bulletin of the Kazan legal institute of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation*, 2014, No. 2 (16), page 14-20.

44. Formanyuk T.V. *Syndrome of "emotional combustion" as indicator of professional deformation of the teacher//psychology Questions*, 1984, No. 6, from.7-73.

45. Shabanova K.G. *Specifics of "emotional burning out" at the staff of linear divisions//Psychopedagogics in law enforcement agencies*, 2007, No. 2, page 41-49.

46. Shendel T.V. *Psychology and pedagogical ensuring prevention of professional burning out of experts of professions of extra risk//TGPU Bulletin*, 2015, No. 12 (165), page 48-52.

47. Bayani A. A. *Teachers self-estem, self-efficacy and perception of school context as predictors of professional burnout / A. A. Bayani, H. Bagheri, A. Bayani // European Online Journal of Natural and Social Sciences. – 2013. – Vol. 2. – № 2. – P. 298–304.,*

48. Brouwers A. A. *longitudinalsstudy of teacher burnout and perceived self-efficacy in classroom management / A. A. Brouwers, W. Tomic // Teaching and Teacher Education. – 2000. – № 16. – P. 239–253.*

49. Byrne B. M. *Burnout: testing for the validity, replication, and invariance of causal structure across elementary, intermediate, and secondary teachers // Americal Educational Research J.* 1994. V. 31 (3). P. 645–673;

50. De Jonge J., Schaufeli W. B. *Job characteristics and employee well-being: A test of Warr's Vitamin Model in health care workers using structural equation modelling // J. of Organizational Behavior.* 1998. V. 19 (4). P.387–407.

51. Dion G. *Le burnout chez les educatrices et garderie: proposition d'un modele theorique // Apprentissage et Socialisation. – 1989. – V. 12 (4). – P. 205–215.*

52. Freudenberger H. J. *Staff burn-out // J. of Social Issues.* 1974. Vol. 30. P. 159–165.

53. Huebner E. S. *Relationships among demographics, social support, job satisfaction and burnout among school psychologists // School Psychology International.* 1994. V. 15 (2). P. 181–186;

54. Leithwood K., Menzies T., Jantzi D., Leithwood J. *School restructuring, transformational leadership and amelioration of teacher burnout* // *Anxiety, Stress and Coping: An International J.* 1996. V. 9 (3). P. 199–215.
55. Maslach C. *Burned-out* // *Human Behavior.* 1976. Vol. 5(9). P. 16–22.
56. Maslach C., Jackson S. E. *Patterns of burnout among a national sample of public contact workers* // *J. of Health and Human Resources Administration.* 1984. Vol. 7. P. 189–212.
57. McGrath A., Reid N. Boore J. *Occupational stress in nursing* // *International J. of Nursing Studies.* 1989. V. 26 (4). P. 343–358.
58. Mills L. B., Huebner E. S. *A prospective study of personality characteristics, occupational stressors, and burnout among school psychology practitioners* // *J. of School Psychology.* 1998. V. 36 (1). P. 103–120;
59. Oktay J. S. *Burnout in hospital social workers who work with AIDS patients* // *Social-Work.* 1992. V. 37 (5). P. 432–439.
60. Skaalvik E. N. *Teacher self-efficacy and teacher burnout: a study of relations* / E. N. Skaalvik, S. Skaalvik // *Teacher and Teacher Education.* – 2010. – № 26. – P. 1059–1069.
61. Wan M. K. *Teacher burnout: Relations with stress, personality, and social support* / M. K. Wan // *Educational Journal.* – 1991. – № 19 (1). – P. 3–11.