

УДК 159.9: 331

DOI: 10.18384/2310-7235-2021-3-142-154

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ КАК ДЕТЕРМИНАНТА ТРАНСФОРМАЦИИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЦЕННОСТНЫХ ПРИОРИТЕТОВ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

**Котовская С. В.**

*Московский государственный гуманитарно-экономический университет,  
107150, г. Москва, ул. Лосиноостровская, д. 49, Российская Федерация*

### **Аннотация**

**Цель** проведённого исследования заключалась в изучении влияния степени выраженности симптомов эмоционального выгорания на индивидуальные ценностные приоритеты специалистов экстремального профиля.

**Процедура и методы.** Исследование осуществлялось в Архангельской области. В нём приняли участие 700 специалистов экстремального профиля, осуществляющие служебно-профессиональную деятельность в разных областях: пожарной, военной и медицинской службах. Все респонденты – мужчины в возрасте от 35 до 49 лет. В исследовании использовались две валидные и надёжные методики: методика «Уровень эмоционального выгорания» В. В. Бойко и «Ценностный опросник» Ш. Шварца. Математико-статистическая обработка эмпирических данных, полученных с помощью обозначенных методик, предполагала процентное распределение респондентов по уровню выраженности у них симптомов эмоционального выгорания и по степени приоритетности для них определённых жизненных ценностей, расчёт коэффициентов корреляции Пирсона и непараметрического критерия Н. Краскалла–Уоллеса, позволяющего выявить достоверность различий медиан нескольких выборок, и однофакторный дисперсионный анализ.

**Результаты.** В результате исследования было выявлено, что, во-первых, большинство специалистов экстремального профиля характеризуются достаточно высокой степенью выраженности симптомов эмоционального выгорания, во-вторых, такие симптомы оказывают непосредственное влияние на трансформацию их индивидуальных ценностных приоритетов, что проявляется в компенсаторных потребностях личности, связанных прежде всего со стимулированием их профессиональной деятельности и жизнедеятельности в целом.

**Теоретическая и / или практическая значимость.** Статья содержит исследовательские материалы, отражающие психологические особенности профессиональной деятельности субъектов экстремальной деятельности, что расширяет теоретические знания в области психологии труда. Представленные результаты эмпирического исследования углубляют научно обоснованные сведения об особенностях и психологических закономерностях возникновения и развития у специалистов экстремального профиля эмоционального выгорания и связанной с ним трансформации ценностно-мотивационных структур их личности.

**Ключевые слова:** специалисты экстремального профиля, синдром эмоционального выгорания, индивидуальные ценностные приоритеты, трансформация мотивационно-ценностных структур личности

## EMOTIONAL BURNOUT AS A DETERMINANT OF EXTREME SPECIALISTS' INDIVIDUAL VALUE PRIORITIES TRANSFORMATION

**S. V. Kotovskaya**

*Moscow State University for the Humanities and Economics,  
49, Losinoostrovskaya ul., 107150 Moscow, Russian Federation*

### Abstract

**Aim.** To study the influence of the severity of symptoms of emotional burnout on the extreme specialists' individual value priorities.

**Methodology.** The research was carried out in Arkhangelsk region. 700 extreme profile specialists who carry out service and professional activities in various fields: fire, military and medical services participated in the research. All the respondents are men aged 35 to 49. The study used two valid and reliable methods: the methodology "The level of emotional burnout" by V.V. Boyko and Sh. Schwartz's Value Questionnaire. Mathematical and statistical processing of empirical data obtained using the indicated methods assumed the percentage distribution of respondents according to the level of severity of their symptoms of emotional burnout and according to the degree of priority for them of certain life values, as well as the calculation of Pearson's correlation coefficients and the nonparametric N Kruskal-Wallis criterion, which allows to reveal the reliability of the differences in the medians of several samples. The one-factor variance analysis was also done.

**Results.** As a result of the study, it was revealed that, firstly, most extreme specialists are characterized by a fairly high degree of severity of symptoms of emotional burnout; secondly, such symptoms have a direct impact on the transformation of their individual value priorities, which is manifested in the compensatory needs of the individual, associated, first of all, with the stimulation of their professional activity and life in general.

**Research implications.** The article contains research materials reflecting the psychological characteristics of the professional activity of the subjects of extreme activity, which expands the theoretical knowledge in the field of labor psychology. The presented results of empirical research deepen scientifically substantiated information about the features and psychological patterns of the emergence and development of extreme profile specialists' emotional burnout and the associated transformation of the value-motivational structures of their personality.

**Keywords:** employees of extreme profile, emotional burnout syndrome, individual value priorities, transformation of the motivational and value structures of personality.

### Введение

Проблема эмоционального выгорания специалистов экстремального профиля не теряет своей актуальности в силу её сложности и многоаспектности. За годы изучения данного психологического феномена сложилось множество подходов к рассмотрению его сущности и природы, механизмов и факторов его возникновения и раз-

вития у представителей самых разных профессий. В качестве основных подходов исследователи отмечают:

– феноменологический подход (описание признаков эмоционального выгорания без раскрытия механизмов и природы его возникновения и развития) [5];

– ресурсный подход (исследование ресурсов личности, препятствующих

развитию эмоционального выгорания, рассмотрение данного синдрома как феномена, отрицательно связанного с личностными ресурсами субъекта труда) [1];

– индивидуально-личностный подход, в рамках которого изучаются индивидуально-психологические особенности личности, подверженной данному психологическому явлению [4];

– мотивационный подход как одна из составляющих индивидуально-психологического или индивидуально-личностного подхода (в таких работах в качестве основной причины эмоционального выгорания рассматривается отсутствие у субъекта труда внутренних мотивов и социально значимых мотивов деятельности) [9];

– аксиологический подход, с позиций которого постулируется, что отсутствие у субъекта профессиональной деятельности вкупе с осмысленностью жизни и социальными ценностями приводит к эмоциональному выгоранию [3];

– экзистенциальный подход, представители которого, напротив, считают, что внутренняя мотивация и поиск смысла жизни приводят к эмоциональному выгоранию, или экзистенциальному вакууму) [7];

– позитивный подход, который основывается на описании позитивных характеристик синдрома эмоционального выгорания, определяемого как естественный процесс профессионального развития личности. Эти характеристики заключаются в том, что у субъекта труда появляется способ коммуникации между осознанным и неосознаваемым [15];

– средовой подход, с позиций которого исследуется влияние среды и

культуры организации в сочетании с реальными профессиональными данными субъекта труда на его психоэмоциональное самочувствие [9].

Помимо указанных подходов отмечается исследование эмоционального выгорания в рамках разных психологических школ и направлений, что, несомненно, усложняет восприятие данного феномена как однозначно интерпретируемого психологического явления [13].

Выделяют также разные модели эмоционального выгорания, отражающие психологические механизмы его зарождения и развития у представителей разных профессий: существуют модели, раскрывающие структуру эмоционального выгорания (структурные) и фазы его формирования (процессуальные). Среди структурных моделей необходимо выделить:

– одномерные модели, где эмоциональное выгорание, в сущности, сводится к эмоциональному истощению;

– двухфакторная модель, где к эмоциональному истощению присоединяется фактор деперсонализации, проявляющийся в ухудшении отношения к клиентам;

– трёхкомпонентная модель, разработанная К. Маслач и являющаяся наиболее признанной. Согласно этой модели, эмоциональное истощение сопровождается и явлением деперсонализации, и редуцированием личностных достижений [8].

Среди процессуальных моделей необходимо отметить наиболее известную – модель, созданную В. В. Бойко, согласно которой процесс развития эмоционального выгорания проходит три основные фазы: напряжение, резистенцию и истощение. Каждая из фаз

имеет определённые симптомы, выраженность которых определяет степень развития эмоционального выгорания [1]. Вместе с тем в процессуальной модели В. В. Бойко нет чёткого обозначения ступеней развития эмоционального выгорания: фазы напряжения, резистенции и истощения не определяют последовательность процесса, а отражают разные стороны проявления синдрома [12].

Процессуальный анализ развития синдрома эмоционального выгорания представляет в своих работах М. Буриш. Автор выделяет шесть фаз, последовательно сменяющих друг друга, что в итоге приводит к разрушению личности и к потере смысла жизни [11].

Несмотря на то, что многие исследователи, изучая феномен эмоционального (профессионального, психического) выгорания (сгорания), приносят своё видение в его определение, в современной мировой психологии всё же существуют общие или общепризнанные взгляды на его сущность. Так, под эмоциональным выгоранием понимается синдром, возникающий вследствие профессиональных перегрузок и характеризующийся ощущением истощения эмоциональных ресурсов, чувством беспомощности, безнадёжности, опустошённости, что проявляется в истощении, деперсонализации и экономии эмоций и чувств [2].

В качестве основного фактора, обуславливающего возникновение и развитие синдрома эмоционального выгорания, исследователями рассматриваются профессиональные перегрузки [4]. По мнению исследователей, профессиональные перегрузки при субъективном восприятии их как

нестандартных ситуаций становятся источниками стремления субъектов труда отстраниться от них, ослабить их влияние на психоэмоциональное состояние, вследствие чего наблюдается не только редукция профессиональных обязанностей, формальное их выполнение без включения в профессиональную деятельность эмоций и чувств, но и общая деформация личности [10; 12].

Синдром эмоционального выгорания связан с деструкцией всех психических сфер и выражается физическим истощением, нередко выражающимся в нарушениях психосоматического характера различной степени тяжести [10]. Его проявления многообразны: от усталости, вызванной собственной работой, до ощущения пустоты, бессмысленности жизни, отчаяния, депрессии и разочарования в своём профессиональном выборе [17; 19]. Эмоциональное выгорание понимается как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующую ситуацию. Вследствие этого синдром эмоционального выгорания влияет, прежде всего, на эмоциональную сферу личности как субъекта профессиональной деятельности.

Не меньшим изменениям подвергается и ценностно-смысловая сфера субъекта труда (кризис ценностей, внутриличностный конфликт, переживание одиночества, сильная зависимость от работы, разочарование в своих профессиональных идеалах) [6; 18].

Однако в исследованиях, посвящённых взаимосвязи показателей эмоционального выгорания и жизненных ценностей субъекта труда, традици-

онно подчёркивается обратное влияние [14]. Как правило, звучит мысль о том, что определенные жизненные ценности становятся источниками и причинами возникновения и развития синдрома эмоционального выгорания.

В исследовании, проведённом под нашим руководством, ставилась задача выявить, как изменяется система ценностей у специалистов экстремального профиля с эмоциональным выгоранием. Согласно теории Ш. Шварца, ценности личности существуют на двух уровнях: на уровне нормативных идеалов и на уровне индивидуальных приоритетов. Первый уровень более стабилен и отражает представления человека о том, как нужно поступать, определяя тем самым его жизненные принципы поведения. Второй уровень более зависим от внешней среды, например, от группового давления и соотносится с конкретными поступками человека [16]. Исходя из такого понимания, можно предположить, что синдром эмоционального выгорания специалистов экстремального профиля станет источником деформации именно второго уровня существования ценностей – уровня индивидуальных ценностных приоритетов. В связи с этим целью исследования стало изучение влияния степени выраженности симптомов эмоционального выгорания на индивидуальные ценностные приоритеты специалистов экстремального профиля.

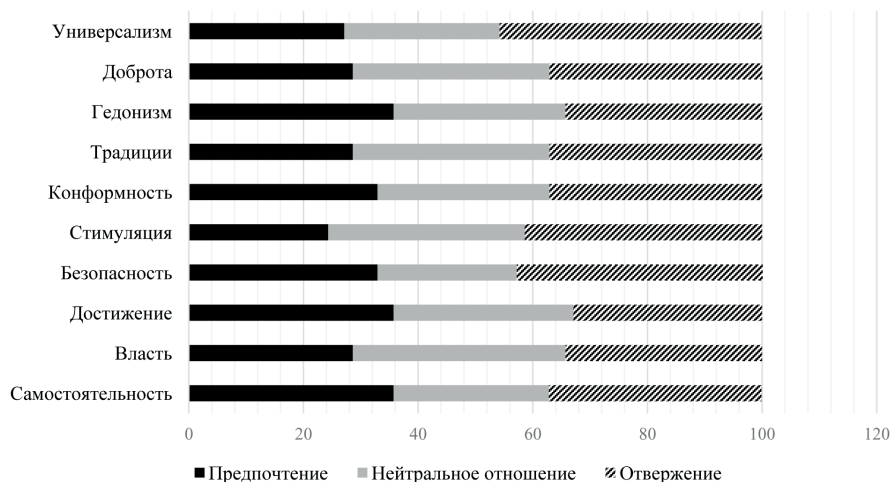
### **Методы и процедура исследования**

Исследование осуществлялось в Архангельской области. В нём приняли участие 700 специалистов экстремального профиля, осуществляющие

служебно-профессиональную деятельность в разных областях: пожарной, военной и медицинской службах. Все респонденты – мужчины в возрасте от 35 до 49 лет. В исследовании использовались две валидные и надёжные методики: методика «Уровень эмоционального выгорания» В. В. Бойко и «Ценностный опросник» Ш. Шварца. Математико-статистическая обработка эмпирических данных, полученных с помощью обозначенных методик, предполагала процентное распределение респондентов по уровню выраженности у них симптомов эмоционального выгорания и по степени приоритетности для них определённых жизненных ценностей, а также расчёт коэффициентов корреляции Пирсона и непараметрического критерия Н Краскала–Уоллеса, позволяющего выявить достоверность различий медиан нескольких выборок. Влияние определённых симптомов эмоционального выгорания на степень значимости для специалистов экстремального профиля конкретных жизненных ценностей определялось с помощью однофакторного дисперсионного анализа. При интерпретации полученных эмпирических данных учитывались результаты не только корреляционного, но и однофакторного дисперсионного анализов.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Поскольку интерпретация показателей, полученных с помощью методики Ш. Шварца, основана на общих групповых ценностях, что противоречит нашей цели исследования, мы перевели первичную оценку испытуемых в Z-значения. Дальнейшая интерпретация



**Рис. 1 / Fig. 1.** Процентное распределение респондентов по их ценностным приоритетам / Percentage distribution of respondents by their value priorities

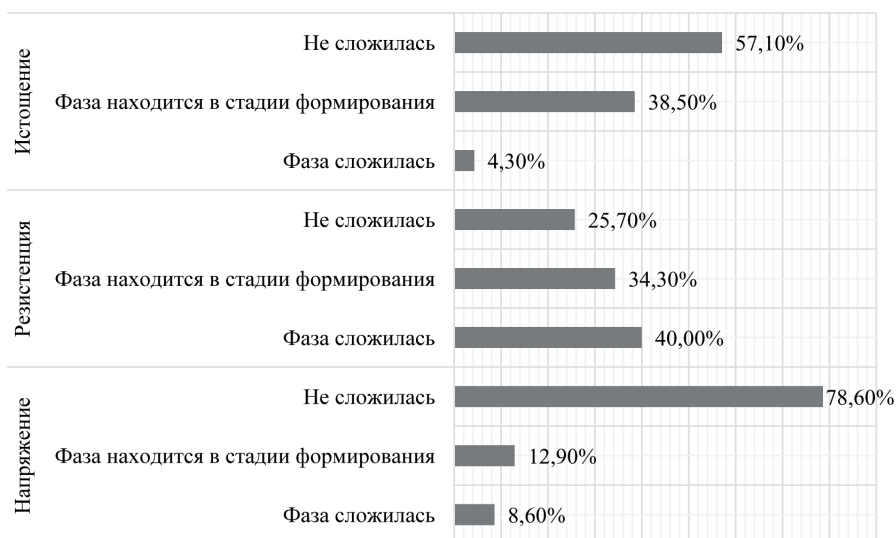
*Источник:* составлено автором по результатам исследования.

основывается на этих значениях. Было выявлено, что у испытуемых какие-либо ценности не выделяются в приоритеты индивидуального поведения, т.е. по всем измеряемым характеристикам наблюдается примерно равное распределение по ценностным предпочтениям. Это может свидетельствовать о высоком уровне социальной регуляции поведения респондентов и избирательной ценностной основе индивидуального поведения в различных ситуациях профессиональной деятельности и жизнедеятельности в целом (рис. 1).

Результаты исследования уровня эмоционального выгорания свидетельствуют о том, что у большей части испытуемых преобладает стадия резистенции и формируется стадия истощения. Невысокая выраженность стадии напряжения объясняется достаточно продолжительным стажем служебно-профессиональной деятельности испытуемых, в силу чего данная стадия эмоционального выгорания может считаться пройденной (рис. 2).

Фаза «Напряжение» имеет следующие симптомы: симптом «Переживание психотравмирующих обстоятельств» сложился у 12,9% респондентов, находится в стадии формирования – у 15,7% испытуемых, не выражен – у 71,4%. Симптом «Неудовлетворённость собой» сложился у 8,6% испытуемых, находится в стадии формирования – у 14,3% испытуемых, не выражен – у 77,1% респондентов. Симптом «Загнанность в клетку» сложился у 15,7% испытуемых, находится в стадии формирования – у 4,3% испытуемых, не выражен – у 80% испытуемых.

Симптом «Тревога и депрессия» сложился у 10% испытуемых, находится в стадии формирования – у 30% испытуемых, не выражен – у 60% от общего числа респондентов, принявших участие в нашем исследовании. По совокупности баллов, можно говорить о том, что фаза «Напряжение» сложилась у 8,6% испытуемых, находится в стадии формирования – 12,9% и никак не проявляется – у 78,6%.



**Рис. 2 / Fig. 2.** Процентное распределение респондентов по уровню сформированности фаз эмоционального выгорания / Percentage distribution of respondents by the level of emotional burnout phases formation

*Источник:* составлено автором по результатам исследования.

Однако многие респонденты характеризуются ярко выраженными симптомами фазы резистенции. Так, симптом «Редукция профессиональных обязанностей» ярко выражен у почти половины испытуемых – 42,9%. Столь же высокие баллы были получены и по шкале «Неадекватное эмоциональное реагирование»: 51,4% респондентов ограничивают эмоциональную реакцию за счёт выборочного реагирования на различные ситуации, что проявляется в их эмоциональной чёткости в определённых случаях, равнодушии, отстранённости. Фаза резистенции отражает, с одной стороны, стремление к психологическому благополучию субъектов профессионально-экстремальной деятельности, а с другой стороны – отражает их неспособность адекватно сопротивляться внешним негативным воздействиям стрессовых ситуаций.

Таким образом, результаты исследования показали, что у большей части испытуемых исследовательской выборки наблюдается достаточно высокая выраженность эмоционального выгорания.

Для выявления влияния эмоционального выгорания на индивидуальные ценностные приоритеты личности был проведён статистический анализ с применением критерия Н. Краскалла-Уоллеса, а также корреляционный анализ Пирсона. Результаты такого исследования наглядно представлены на рис. 3.

Было выявлено, что выраженность симптома «Переживание психотравмирующих обстоятельств» достоверно взаимосвязана с индивидуальным приоритетом ценности «Стимуляция» ( $p = 0,04$ ). Испытуемые с выраженностью данного симптома имеют наиболее высокую потребность в разнообразии.



**Рис. 3. / Fig. 3.** Корреляционные связи между степенью выраженности симптомов эмоционального выгорания и показателями ценностных приоритетов специалистов экстремального профиля / Correlation links between the severity of symptoms of emotional burnout and indicators of value priorities of specialists in extreme profile

*Источник:* составлено автором по результатам исследования.

зии и глубоких переживаниях, так как именно от них зависит их активность, в том числе и в профессиональной деятельности.

Выраженность симптома «Тревога и депрессия» достоверно взаимосвязана с показателями индивидуального приоритета ценности «Доброта» ( $p = 0,05$ ). Испытуемые с выраженностью данного симптома имеют наиболее высокую потребность сохранения благополучия людей, с которыми индивид находится в частом личном контакте. Выраженность симптома «Эмоционально-нравственная дезориентация» достоверно влияет на индивидуальный приоритет ценности «Традиции» ( $p = 0,01$ ).

Испытуемые, у которых отсутствует выраженность данного симптома, имеют наиболее высокую потребность в уважении традиций, их принятии и следовании социально значимым обычаям и идеям, доминирующим в той или иной культуре.

Выраженность симптома «Редукция профессиональных обязанностей» достоверно взаимосвязана со степенью индивидуальной приоритетности ценностей «Традиции» ( $p = 0,01$ ) и «Доброта» ( $p = 0,03$ ). Выраженность симптома «Эмоциональный дефицит» – «Доброта» ( $p = 0,02$ ), «Конформность» ( $p = 0,03$ ) и «Универсализм» ( $p = 0,02$ ). Специалисты экстремального профиля с выраженностью данного симпто-



ма имеют минимальную потребность в сохранении благополучия других людей, с которыми индивид находится в частом личном контакте; они не склонны к пониманию, терпимости, защите благополучия всех людей и природы, не расположены сдерживать склонности, имеющие негативные социальные последствия.

Выраженность симптома «Эмоциональная отстранённость» достоверно взаимосвязана со степенью личностной значимости ценности «Конформность» ( $p = 0,04$ ). При этом испытуемые, у которых отсутствует выраженность данного симптома, имеют наиболее высокую потребность сдерживать склонности, имеющие негативные социальные последствия. Выраженность симптома «Личностная отстранённость» достоверно влияет на индивидуальный приоритет ценности «Стимуляция» ( $p = 0,00$ ). При этом испытуемые, у которых наблюдается умеренная выраженность данного симптома, имеют минимальную потребность в разнообразии и глубоких переживаниях для поддержания оптимального уровня активности. При отсутствии выраженности данного симптома, а также при сильной его выраженности у испытуемых существенно повышается значимость ценности «Стимуляция». Выраженность фазы «Напряжение» достоверно влияет на индивидуальный приоритет ценности «Конформность» ( $p = 0,04$ ). При этом испытуемые, у которых наблюдается высокая выраженность данной фазы эмоционального выгорания, имеют минимальную потребность в сдерживании склонностей, имеющих негативные социальные последствия. Выраженность фазы

«Резистенция» достоверно влияет на индивидуальный приоритет ценности «Самостоятельность» ( $p = 0,02$ ), «Традиции» ( $p = 0,02$ ) и «Доброта» ( $p = 0,04$ ). При этом испытуемые, у которых данная фаза эмоционального выгорания не сформирована, имеют максимальную потребность в независимости мышления и выбора действий, потребность в уважении, принятии и следовании обычаям и идеям, которые существуют в культуре, и потребность сохранения благополучия людей, с которыми индивид находится в частом личном контакте.

На заключительном этапе исследования проводился однофакторный дисперсионный анализ, который показал, что как уровень развития эмоционального выгорания, так и степень выраженности отдельных его симптомов оказывают непосредственное влияние на мотивационно-потребностную сферу специалистов экстремального профиля (корректность проведения однофакторных дисперсионных анализов проверялась с помощью критерия Ливия, расчёт которого для каждого проведённого анализа (однофакторного «ANOVA») показал, что дисперсии сравниваемых групп однородны, то есть  $p > 0,05$ ).

Так, было выявлено, что проявление у респондентов симптома «переживание психотравмирующих обстоятельств» на разных уровнях значимо влияет на увеличение их потребности постоянно чувствовать глубокие и разнообразные переживания в своей жизни ( $F_{эмп} > F_{кр}$ , при  $p < 0,01$ ). Симптом тревоги и депрессии повышает значимость для специалистов экстремального профиля ценности доброты и милосердия ( $F_{эмп} > F_{кр}$ , при  $p < 0,05$ ), бескорыстной помощи людям.

Вместе с тем, другие симптомы эмоционального выгорания, согласно результатам однофакторных «ANOVA», напротив, снижают значимость ценности доброты: речь идёт о таких симптомах, как «редукция профессиональных обязанностей» ( $F = 4,36$ , при  $p < 0,01$ ) и «расширение сферы экономии чувств» ( $F = 3,97$ , при  $p < 0,02$ ).

В результате проведённого исследования было выявлено, что возникновение и развитие синдрома эмоционального выгорания в целом обуславливает трансформацию системы индивидуальных приоритетов специалистов экстремального профиля (результаты однофакторного «ANOVA» с парными сравнениями и контрастным методом). Такая трансформация предполагает компенсаторное замещение прежних индивидуальных предпочтений на такие ценности, которые, с одной стороны, выполняют компенсаторные функции (возрастает ценность стимуляции, т. е. потребности в разнообразных переживаниях  $F = 4,08$ , при  $p < 0,01$ ), а с другой стороны – негативно сказываются на общем социальном взаимодействии специалистов экстремального профиля (наблюдается снижение ценностей доброты и традиции ( $F = 3,29$ , при  $p < 0,03$ )).

### **Заключение**

Таким образом, анализ эмпирических данных, полученных на достаточно репрезентативной выборке специалистов экстремального профиля, показал, что эмоциональное выгорание может существенно изменять индивидуальные ценностные приоритеты личности, трансформируя мотивационно-ценностные структуры их личности. При этом актуализируются ценности, связанные, прежде всего, с компенсаторными функциями.

Чаще всего у испытуемых с выраженными симптомами эмоционального выгорания существенно снижается значимость ценностей, направленных на позитивное социальное взаимодействие личности. Выраженность фазы резистенции, помимо нарушения оптимальных социальных взаимодействий личности, также снижает значимость индивидуальности и независимости мышления, что в свою очередь может оказывать существенное негативное влияние на результаты профессиональной деятельности специалистов.

*Статья поступила  
в редакцию 27.05.2021*

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Бойко В. В. Энергия эмоций. 2-е изд. СПб.: Питер, 2004. 473 с.
2. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб.: Юрайт, 2008. 201 с.
3. Ермакова Е. В. Изучение синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) // Культурно-историческая психология. 2010. Т. 6. № 1. С. 27–39.
4. Колузаева Т. В. Эмоциональное выгорание: причины, последствия, способы профилактики // Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. 2020. № 1 (31). С. 122–130.
5. Ларенцова Л. И., Терехина Н. В. Феномен эмоционального выгорания: механизмы формирования, симптомы и способы преодоления с точки зрения различных

- психологических подходов // Прикладная юридическая психология. 2009. № 2. С. 37–48.
6. Лукьяненко М. А., Матвеева С. С. Взаимосвязь синдрома психического выгорания и ценностных ориентаций педагогов среднего профессионального образования // Инновационная наука. 2016. № 11–3. С. 143–146.
  7. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа // Вопросы психологии. 2008. № 2. С. 3–16.
  8. Маслач К. Профессиональное выгорание: как люди справляются: практикум по социальной психологии. СПб.: Питер, 2001. 528 с.
  9. Мурзакова С. Г. Эмоциональное выгорание как мотивационный фактор смены профессиональной деятельности // Молодой учёный. 2019. № 46 (284). С. 391–393.
  10. Никифоров Г. С. Психология здоровья. СПб.: Речь, 2002. 256 с.
  11. Орел В. Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии: эмпирические исследования // Психологический журнал. 2001. Т. 22. № 1. С. 90–101.
  12. Полякова О. Б. Категория и структура профессиональных деформаций // Национальный психологический журнал. 2014. № 1 (13). С. 55–62.
  13. Полянский А. И., Быковская Л. И. Синдром выгорания как феномен в современной науке // Горизонты гуманитарного знания. 2018. № 1. С. 8–16.
  14. Сурженко Л. В. Синдром психического выгорания преподавателей высшей школы: ценностно-смысловой аспект: монография. Краснодар: КубГАУ, 2014. 159 с.
  15. Трунов Д. Г. Ещё раз о синдроме сгорания // Журнал практической психологии и психоанализа. 2001. № 4. С. 22–34.
  16. Уточнённая теория базовых индивидуальных ценностей: применение в России / Ш. Шварц, Т. П. Бутенко, Д. С. Седова, А. С. Липатова // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 2. С. 43–70.
  17. Ярошенко Е. И. Социально-психологическая модель эмоционального выгорания личности // Учёные записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. Психологические науки. 2019. № 1 (49). URL: <https://orgpsyjournal.hse.ru> (дата обращения: 20.04.21).
  18. Orłowski M. D., Gullede M. D. Critical Care Stress and Burnout // Critical Care Clinics. 1986. Vol. 2 (1). P. 173–181. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0749-0704\(18\)30634-1](https://doi.org/10.1016/S0749-0704(18)30634-1).
  19. Siegel M. D., Nagengast M. D. Mitigating Burnout // Surgical Clinics of North America. 2019. Vol. 99 (5). P. 1029–1035. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.suc.2019.06.015>.

## REFERENCES

1. Bojko V. V. *Energiya emocij* [Energy of emotions]. St. Petersburg, Piter Publ., 2004. 473 p.
2. Vodop'yanova N. E., Starchenkova E. S. *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. St. Petersburg, 2008. 201 p.
3. Ermakova E. V. [Study of the emotional burnout syndrome as a violation of the value-semantic sphere of personality]. In: *Kul'turno-istoricheskaya psihologiya* [Cultural and Historical Psychology], 2010, vol. 6, no. 1, pp. 27–39.
4. Koluzaeva T. V. [Emotional burnout: causes, consequences, methods of prevention]. In: *Vestnik Hakasskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. F. Katanova* [Bulletin of the Khakass State University of N. F. Katanov], 2020, no. 1 (31), pp. 122–130.
5. Larencova L. I., Terekhina N. V. [The phenomenon of emotional burnout: mechanisms of formation, symptoms and ways of overcoming from the point of view of various psychological approaches]. In: *Prikladnaya yuridicheskaya psihologiya* [Applied legal psychology], 2009, no. 2, pp. 37–48.

6. Luk'yanenko M. A., Matveeva S. S. [The relationship between mental burnout syndrome and value orientations of teachers of secondary vocational education]. In: *Innovacionnaya nauka* [Innovational science], 2016, no. 11–3, pp. 143–146.
7. Lengle A. [Burnout from an existential analysis perspective]. In: *Voprosy psihologii* [Questions of psychology], 2008, no. 2, pp. 3–16.
8. Maslach K. *Professional'noe vygoranie: kak lyudi spravlyayutsya* [Burnout: How People Cope]. St. Petersburg, Piter Publ., 2001. 528 p.
9. Murzakova S. G. [Emotional burnout as a motivational factor for changing professional activities]. In: *Molodoj uchenyj* [Young scientist], 2019, no. 46 (284), pp. 391–393.
10. Nikiforov G. S. *Psihologiya zdorov'ya* [Health Psychology]. St. Petersburg, Rech' Publ., 2002. 256 p.
11. Orel V. E. [The phenomenon of “burnout” in foreign psychology: empirical research]. In: *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 2001, vol. 22, no. 1, pp. 90–101.
12. Polyakova O. B. [Category and structure of occupational deformities]. In: *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal* [National psychological journal], 2014, no. 1 (13), pp. 55–62.
13. Polyanskij A. I., Bykovskaya L. I. [Burnout syndrome as a phenomenon in modern science]. In: *Gorizonty gumanitarnogo znaniya* [Horizons of humanitarian knowledge], 2018, no. 1, pp. 8–16.
14. Surzhenko L. V. *Sindrom psihicheskogo vygoraniya prepodavatelej vysshej shkoly: cennostno-smyslovoj aspekt* [Mental burnout syndrome of higher school teachers: value-semantic aspect]. Krasnodar, KubGAU Publ., 2014. 159 p.
15. Trunov D. G. [Burnout syndrome again]. In: *Zhurnal prakticheskoy psihologii i psihoanaliza* [Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis], 2001, no. 4, pp. 22–34.
16. Shvarc Sh., Butenko T. P., Sedova D. S., Lipatova A. S. [Refined theory of basic individual values: application in Russia]. In: *Psihologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher School of Economics], 2012, vol. 9, no. 2, pp. 43–70.
17. Yaroshenko E. I. [Socio-psychological model of emotional burnout of personality]. In: *Uchenye zapiski. Elektronnyj nauchnyj zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta. Psihologicheskie nauki* [Scientific notes. Electronic scientific journal of Kursk State University. Psychological sciences.], 2019, no. 1 (49). Available at: <https://orgpsyjournal.hse.ru> (accessed: 20.04.21).
18. Orłowski M. D., Gullidge M. D. Critical Care Stress and Burnout. In: *Critical Care Clinics*. 1986, vol. 2 (1), pp. 173–181. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0749-0704\(18\)30634-1](https://doi.org/10.1016/S0749-0704(18)30634-1)
19. Siegel M. D., Nagengast M. D. Mitigating Burnout. In: *Surgical Clinics of North America*. 2019, vol. 99 (5), pp. 1029–1035. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.suc.2019.06.015>.

---

### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Котовская Светлана Васильевна – кандидат биологических наук, доцент, заведующий кафедрой педагогики и психологии Московского государственного гуманитарно-экономического университета;  
e-mail: [kotovskaya@mggeu.ru](mailto:kotovskaya@mggeu.ru); ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7832-2702>.

### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Svetlana V. Kotovskaya – Cand. Sci. (Biology), Assoc. Prof., Departmental Head of Pedagogy and Psychology, Moscow State University for the Humanities and Economics;  
e-mail: [kotovskaya@mggeu.ru](mailto:kotovskaya@mggeu.ru); ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7832-2702>.

### ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Котовская С. В. Эмоциональное выгорание как детерминанта трансформации индивидуальных ценностных приоритетов специалистов экстремального профиля // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2021. № 3. С. 142–154.

DOI: 10.18384/2310-7235-2021-3-142-154

### FOR CITATION

Kotovskaya S. V. Emotional burnout as a determinant of extreme specialists' individual value priorities transformation. In: *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychological Sciences*, 2021, no. 3, pp. 142–154.

DOI: 10.18384/2310-7235-2021-3-142-154