



Взаимосвязь эмоционального интеллекта и профессионального выгорания как актуальная проблема современной психологии

Лебединцева О.И.¹

¹ Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ, Москва, Россия

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Получено: 22.11.2017

Опубликовано: 30.12.2017

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

эмоциональный интеллект, профессиональное выгорание, диагностика профессионального выгорания, измерение эмоционального интеллекта, психологические исследования, управление эмоциями, «помогающие» профессии

АННОТАЦИЯ:

В связи с нарастающими процессами глобализации, стремительными социально-экономическими преобразованиями, к специалистам любой сферы деятельности предъявляются высокие требования. Речь идет не только о профессиональной подготовке в соответствии с международными стандартами, но и о формировании определенных навыков и качеств личности, необходимых для успеха в конкурентной борьбе на мировом рынке труда. В данном контексте перспективной областью психологических исследований становится изучение эмоционального интеллекта — психологического образования, которым определяется способность специалиста адекватно выражать свои эмоции, оценивать эмоциональные состояния и мотивы поведения коллег и клиентов, выбирать эффективные способы общения, в проблемных бизнес-ситуациях справляться с трудностями, которые ведут к развитию синдрома профессионального выгорания.

Relationship of emotional intelligence and professional burnout as a current issue of modern psychology

Lebedintseva O.I.¹

¹ The Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Russia

ARTICLE INFO:

Received: 22.11.2017

Accepted: 30.12.2017

KEYWORDS:

emotional intelligence, professional burnout, diagnostics of professional burnout, measurement of emotional intelligence, psychological studies, managing emotions, «helping» professions

ABSTRACT:

In connection with increasing globalization and rapid socio-economic transformations there are high standards for experts in any professional field. It's not just about training in accordance with international standards, but also about the formation of certain skills and personality qualities necessary when competing on the global labor market. In this context, the study of emotional intelligence (psychological education) is a promising area of psychological research. Emotional intelligence is determined by the ability of an expert to adequately express his emotions, assess emotional state and motives of behavior of colleagues and clients, choose efficient communication methods and to cope with difficulties in troubled business situations, which result in burnout syndrome.

CITATION

Лебединцева О.И. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и профессионального выгорания как актуальная проблема современной психологии // Живая психология. — 2017. — Том 4. — № 4. — с. 337–346. — doi: [10.18334/lp.4.4.38660](https://doi.org/10.18334/lp.4.4.38660)

Lebedintseva O.I. (2017) Vzaimosvyaz emotsionalnogo intellekta i professionalnogo vygoraniya kak aktualnaya problema sovremennoy psikhologii [Relationship of emotional intelligence and professional burnout as a current issue of modern psychology]. *Zhivaya psikhologiya*, 4(4), 337–346. doi: [10.18334/lp.4.4.38660](https://doi.org/10.18334/lp.4.4.38660)



Синдром «профессионального выгорания» (ПВ) часто называют «болезнью цивилизации». Как правило, под ПВ понимают реакцию организма, возникающую вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов и проявляющуюся в симптомах эмоционального, умственного истощения и физического утомления. В научный обиход термин (англ. burn-out) был введен в 1974 г. психиатром Гербертом Фроуденбергером (США) [49] (*Freudenberger, 1974*) и психологом Кристиной Маслач (США) [50] (*Maslach, 1976*). В отечественной науке первые упоминания о данном явлении содержатся в работах Б.Г. Ананьева. Ученый употреблял термин «эмоциональное сгорание» для обозначения подавленного состояния, возникающего у людей профессий типа «человек-человек» [1] (*Anan'ev, 1968*).

К настоящему времени подробно разработаны теоретические основы ПВ. Данный феномен изучается в контексте профессионального становления личности и рассматривается как динамический процесс, который развивается во времени и характеризуется нарастанием его проявлений. В зоне риска развития синдрома выгорания в первую очередь находятся представители так называемых «помогающих» профессий. Работа с людьми, в силу предъявляемых ею высоких требований, особой ответственности и эмоциональных нагрузок, потенциально содержит в себе опасность переживаний, связанных с рабочими ситуациями. В литературе широко представлены сравнительные исследования выгорания у представителей различных профессиональных групп: преподавателей [4; 36; 43] (*Borisova, 2003; Rukavishnikov, 2001; Formanyuk, 1994*), врачей [21; 22] (*Kuznetsova, 2012; Larentsova, 2009*), административных работников [8] (*Vidanova,*

2008), адвокатов [29] (*Minin, 2016*) и пр. Ученые указывают на существование количественных и качественных различий в проявлениях и генезисе психического выгорания у представителей разных профессий и специализаций [10; 16; 30; 46] (*Vodopyanova, Starchenkova, 2005; Druzhilov, 2010; Orel, 2005; Burish, 1993*).

Особый научный интерес представляют предлагаемые учеными-психологами методики диагностики ПВ [10; 48; 51] (*Vodopyanova, Starchenkova, 2005; Demerouti, Mostert, Bakker, 2010; Maslach, Jackson, 1981*). В частности, А.Ю. Смирнова осуществила анализ ПВ и увлеченности работой как биполярных и независимых конструктов. В своем исследовании она приводит результаты валидизации русскоязычной версии опросника ПВ Е. Демерути. Адаптированная версия, по мнению А.Ю. Смирновой, позволяет эффективно выполнить экспресс-диагностику изменения психического состояния субъекта труда по континууму: увлеченность работой — ПВ [37] (*Smirnova, 2017*).

Научное понятие «эмоциональный интеллект» сформировалось в 1990-х гг. [14; 52] (*Goulman, 2011; Salovey, Mayer, 1990*), и в настоящее время активно исследуется зарубежными и отечественными учеными [6; 19; 20; 26; 31; 32; 42; 44] (*Bredberri, Grivz, 2017; Karuzo, Selovey, 2016; Kiseleva, 2014; Lyusin, 2004; Pavlova, 2015; Panteleeva, 2016; Ushakov, 2004; Khlevnaya, 2012*). Дж. Мейер и П. Сэловей определили ЭИ как форму интеллекта, включающую способность отслеживать и различать свои и чужие эмоции, а также использовать эту информацию для управления своими мыслями и действиями [52] (*Salovey, Mayer, 1990*).

В российской психологической науке понятие ЭИ впервые использовала Г.Г. Гарскова в 1999 г. [13] (*Garskova,*



1999). Она рассматривала ЭИ как способность понимать отношения личности, репрезентируемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза [2, с. 83] (*Andreeva, 2008*). Нам более близка концепция, предложенная российским исследователем Д.В. Люсиным, который трактует ЭИ как способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими [26] (*Lyusin, 2004*). Данное качество в первую очередь необходимо представителям профессий типа «человек-человек» с высокой степенью личной ответственности.

Большинство исследователей сходятся во мнении о том, что ЭИ не является неизменным качеством. Он представляет собой психологическое образование, которое формируется на протяжении жизни человека под влиянием факторов, обуславливающих его уровень и специфические индивидуальные особенности [40] (*Lyusin, Ushakov, 2009*). Для измерения гипотетических конструкторов, на которых строится ЭИ, ученые применяют опросники, методики и шкалы: EQ-i (Emotional Quotient Inventory) Р. Бар-Она, SSRI (Schutte et al. Self-Report Index), ECI (Emotional Competence Inventory) и др. В частности, опросник Д.В. Люсина ЭМИн состоит из двух шкал — межличностного и внутриличностного ЭИ, каждая из которых включает по 3 субшкалы, соответствующие способностям, связанным с пониманием эмоций и управлением ими [25] (*Lyusin, 2009*). Измерение ЭИ с помощью опросников, как свидетельствует практика их применения в прикладной психологии, достаточно надежно и обладает приемлемой критериальной валидностью.

Осознавая остроту проблемы ПВ, исследователи всё больше внимания уделяют направлению профилактики

и коррекции выгорания [9; 24; 33; 46] (*Vodopyanova, 2011; Lukyanov, 2007; Pakhomova, Mikhalets, 2013; Burish, 1993*). При этом они обращают внимание на адаптивную, ресурсную и протективную функцию ЭИ [3; 15; 18] (*Bodrov, 2006; Derevyanko, 2008; Karpov, Petrovskaya, 2008*). Так, Т.И. Солодкова в своем диссертационном исследовании доказывает, что, если ЭИ хорошо развит, человек восстанавливает утраченные ресурсы за сравнительно короткое время [39, с. 7] (*Solodkova, 2011*). М.С. Кайдина также подчеркивает, что ПВ в меньшей степени подвержены те, кто обладает способностью правильно понимать свое поведение и поведение других людей в постоянном видоизменении психических состояний и межличностных отношений [17] (*Kaydina, 2012*). Л.А. Степнова определяет процесс повышения уровня самопознания, саморегуляции и самореализации как важный внутренний резерв личности [41] (*Stepnova, 2017*).

А.С. Петровская усматривает взаимосвязь между индивидуальной мерой выраженности ЭИ и результативными параметрами профессиональной деятельности [34] (*Petrovskaya, 2007*). Н.Е. Водопьянова и К.Н. Шестакова полагают, что ПВ связано с нарушением мотивационной регуляции субъекта труда, и указывают на то, что мотивация профессиональной деятельности и удовлетворенность работой связаны с позитивным мышлением, которое может быть представлено как механизм регуляции активности субъекта труда [11] (*Vodopyanova, Shestakova, 2014*).

В последние годы появились исследования, посвященные изучению взаимосвязи уровня ЭИ и риска развития синдрома ПВ у специалистов различных профессий [7; 27; 28; 39] (*Vasileva, 2016; Manoylova, 2004; Manyanina, 2010*;



Solodkova, 2011). Е.Н. Бочкаревой в процессе исследования сотрудников контактного центра была подтверждена гипотеза о том, что и ЭИ, и уровень ПВ сотрудников подвержены общим ситуативным факторам, изменение которых сказывается как на способности ориентироваться в эмоциях и управлять ими, так и на степени вовлеченности в работу организации [5] (*Bochkareva, 2016*).

Связь ЭИ и синдрома выгорания у студентов изучалась М.А. Воробьевой [12] (*Vorobeva, 2016*). При этом ею были выявлены фазы проявления выгорания и уровни сформированности интеллекта. Данное исследование наметило направления профилактики и коррекции синдрома выгорания через развитие ЭИ.

Ученые единодушно приходят к выводу о том, что целенаправленное развитие ЭИ посредством специально разработанной системы методов способствует снижению уровня выраженности синдрома «выгорания». Согласно исследованию А.Т. Лариной, развитый ЭИ является структурообразующим компонентом профессиональной культуры педагогов. Устранение перегрузок, связанных с профессиональной деятельностью, автор предлагает осуществлять с помощью специально разработанной программы, формами реализации которой являются деловые игры, интерактивные лекции, техники индивидуального и группового взаимодействия [23] (*Larina, 2016*); Е.А. Хлевная уверена в том, что ЭИ можно развить «путем целенаправленного обучающего воздействия на развитие способностей: идентификации эмоций; использования эмоций в целях решения задач; понимания и анализа эмоций; сознательного управления» ими [44, с. 8] (*Khlevnaya, 2012*).

Примером программы по преодолению ПВ в педагогической среде может стать и модель, описанная в диссертации

Т.С. Киселевой. Автор рекомендует использовать следующие формы занятий: интерактивные лекции, деловые игры, дискуссии, решение кейсов, ментальные карты, интернет-консультирование, техники индивидуальной и групповой работы, упражнения. Завершиться обучение должно защитой проекта по внедрению полученных знаний и навыков в профессиональную деятельность [20, с. 167] (*Kiseleva, 2014*).

С.П. Деревянко предлагает развивать ЭИ в тренинговых группах путем актуализации и углубления способностей к пониманию эмоций, обучения эффективным способам и приемам управления эмоциональными состояниями с последующим применением полученных знаний на практике [15, с. 82] (*Derevyanko, 2008*). Теоретические основы содержательно-целевого и формально-методического компонентов программы тренинга развития ЭИ, а также результаты эмпирической проверки эффективности данного тренинга представлены Т.И. Солодковой [38] (*Solodkova, 2011*).

Итак, анализ научной литературы показывает нам, что проблема ПВ становится все более актуальной из-за негативных последствий, которые оно влечет за собой (ухудшение психологического и физического здоровья, нарушение системы отношений, развитие негативных установок по отношению к месту работы, снижение качественных и количественных показателей профессиональной деятельности и др.).

Вместе с тем круг профессий, связанных с повышенным риском ПВ, неуклонно расширяется, и сегодня в него входят не только представители «помогающих» профессий, но и, например, специалисты коммерческих компаний, специфика развития ПВ и его связи с ЭИ которых до настоящего времени не изу-



чены и не описаны. Некоторые авторы утверждают, что если интеллектуальная движущая сила бизнеса в XX в. была IQ, то в веке XXI это будет EQ [47]. Практика работы во многих крупных бизнес-организациях подтверждает это предположение: в четырех из пяти таких организациях при формировании и развитии руководящего состава используется конструкт «эмоциональный интеллект» [35, с. 162] (Polyanova, 2014).

Рассматривая перспективу изучения ЭИ, можно отметить, что дальнейшие научные исследования в этой области могут касаться углубления представлений об ЭИ как предиктора ПВ, что в конечном счете сделает возможным разработку научно обоснованных программ профилактики и преодоления явления ПВ за счет развития компонентов ЭИ, в том числе у специалистов коммерческих компаний. Последняя задача в условиях современной экономической ситуации представляется нам чрезвычайно актуальной.

ИСТОЧНИКИ:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. 1968. — 338 с.
2. Андреева И.Н. [О становлении понятия «эмоциональный интеллект»](#) // Вопросы психологии. — 2008. — № 5. — с. 8–95.
3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. — М.: ПЕР СЭ, 2006. — 528 с.
4. Борисова М.В. Психологические детерминанты психического выгорания у педагогов. / дис.,... канд. психолог. наук., 2003. — 190 с.
5. Бочкарева Е.Н. Взаимосвязь профессионального выгорания и эмоционального интеллекта сотрудников контактного центра // Психолог. — 2016. — № 3. — С. 576–587.
6. Бредберри Т., Гривз Дж. Эмоциональный интеллект 2.0. — М.: Манн, Иванов и Фебер, 2017. — 197 с.
7. Васильева Н.Г. Взаимосвязь особенностей эмоционального интеллекта и синдрома выгорания у врачей. / дис.,... канд. психолог. наук., 2016. — 203 с.
8. Виданова Ю.И. Особенности психического выгорания и преодолевающего поведения у административных работников государственной службы. / автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2008. — 25 с.
9. Водопьянова Н.Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания. / Монография. — СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского гос. ун-та, 2011. — 159 с.
10. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. , 2005. — 336 с.
11. Водопьянова Н.Е., Шестакова К.Н. [Позитивный подход к противодействию профессиональному выгоранию](#) // Гуманитарные и социальные науки. — 2014. — № 5. — с. 253–265.
12. Воробьева М.А. [Связь эмоционального интеллекта и синдрома эмоционального выгорания у студентов](#) // Образование и наука. — 2016. — № 4(133). — с. 80–94. — doi: 10.17853/1994-5639-2016-4-80-94 .
13. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию // Ананьевские чтения: Тез. науч.-практ. конф. СПб., 1999. — с. 25–26.
14. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. 2011. — 461 с.
15. Деревянко С.П. Развитие эмоционального интеллекта в тренинговых группах // Психолог. — 2008. — № 2. — с. 79–84.
16. Дружилов С.А. Индивидуальный ресурс человека как основа становления профессионализма. , 2010. — 259 с.
17. Кайдина М.С. [Социальный интеллект и эмоциональное выгорание преподавателей средних специальных учебных заведений](#) // Вестник Адыгейского



- государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. — 2012. — № 2. — С. 159–164.
18. Карпов А.В., Петровская А.С. Психология эмоционального интеллекта: теория, диагностика, практика. — Ярославль: ЯрГУ, 2008. — 344 с.
 19. Карузо Д., Сэловей П. Эмоциональный интеллект руководителя. 2016. — 319 с.
 20. Киселева Т.С. Эмоциональный интеллект как жизненный ресурс и его развитие у взрослых. / дис.,... канд. психолог. наук., 2014. — 222 с.
 21. Кузнецова О.А. Психологические особенности развития и коррекции синдрома профессионального выгорания у врачей анестезиологов-реаниматологов / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2012. — 22 с.
 22. Ларенцова Л.И. Синдром эмоционального выгорания у врачей-стоматологов. 2009. — 141 с.
 23. Ларина А.Т. [Роль эмоционального интеллекта в предотвращении эмоционального выгорания педагогов](#) // Международный научно-исследовательский журнал. — 2016. — № 10-4(52). — с. 121–123.
 24. Лукьянов В.В. Защитно-совладающее поведение и синдром «эмоционального выгорания» у врачей-наркологов, их коррекция и влияние на эффективность лечения больных. / дис.,... д-ра психолог. наук., 2007. — 343 с.
 25. Люсин Д.В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям. — 2009. — с. 264–278.
 26. Люсин Д.В. Современное представление об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования. — 2004. — с. 29–36.
 27. Манойлова М.А. Акмеологическое развитие эмоционального интеллекта учителей и студентов педагогических учебных заведений. / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2004. — 18 с.
 28. Манянина Т.В. Эмоциональный интеллект в структуре психологической культуры личности. / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2010. — 22 с.
 29. Минин Д.С. Эмоционально-личностные предикторы психического выгорания адвокатов в различных видах судопроизводства. / Дис.,... канд. психолог. наук., 2016. — 230 с.
 30. Орел В.Е. Синдром психического выгорания личности. , 2005. — 329 с.
 31. Павлова Е.М. Креативность и эмоциональный интеллект в структуре интеллектуально-личностного потенциала человека. / Дис.,... канд. психолог. наук., 2015. — 215 с.
 32. Пантелеева Т.В. Особенности эмоционального интеллекта интернет-аддиктов в ранней юности. / Дис.,... канд. психолог. наук., 2016. — 194 с.
 33. Пахомова И.Ю., Михалец И.В. Профилактика /«Эмоционального выгорания»/ в профессиональной деятельности педагогов. — Пенза : Изд-во ПГУ, 2013. — 133 с.
 34. Петровская А.С. Эмоциональный интеллект как детерминанта результативных параметров и процессуальных характеристик управленческой деятельности. / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2007. — 25 с.
 35. Полянова Л.М. Использование моделей эмоционального интеллекта в оценке управленческой деятельности // Вестник РУДН. Сер.: Социология. — 2014. — № 2. — с. 161–173.
 36. Рукавишников А.А. Личностные детерминанты и организационные факторы генезиса психического выгорания у педагогов. / Дис.,... канд. психолог. наук., 2001. — 173 с.
 37. Смирнова А.Ю. Ольденбургский опросник профессионального выгорания: диагностика изменения психического состо-



- яния субъекта труда по континууму: увлеченность работой — профессиональное выгорание // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. — 2017. — № 2. — с. 211–218.
38. Солодкова Т.И. [Тренинг развития эмоционального интеллекта как психологическое средство профилактики и коррекции синдрома «выгорания»](#) // Психопедагогика в правоохранительных органах. — 2011. — № 2. — с. 55–57.
 39. Солодкова Т.И. Эмоциональный интеллект как личностный ресурс преодоления синдрома выгорания и его развитие у педагогов. / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2011. — 23 с.
 40. Люсин Д.В., Ушаков Д.В. Социальный и эмоциональный интеллект: от процессов к измерениям. — М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2009. — 349 с.
 41. Степнова Л.А. [Аутопсихологическая компетенция в контексте изучения механизмов саморазвития личности](#) // Акмеология. — 2017. — № 2(62). — с. 27.
 42. Ушаков Д.В. // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования. — 2004. — с. 11–28. — url: http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ/ushakov1_Social_IQ.pdf.
 43. Форманюк Т.В. Синдром «эмоционального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя // Вопросы психологии. — 1994. — № 6. — с. 57–64.
 44. Хлевная Е.А. Роль эмоционального интеллекта в эффективности деятельности. / Автореф. дис.,... канд. психолог. наук., 2012. — 27 с.
 45. Юрьева Л.Н. Профессиональное выгорание у медицинских работников: формирование, профилактика, коррекция. / Монография. — Киев: Сфера, 2004. — 271 с.
 46. Burish M. In search of theory: some ruminations on the nature and etiology of burn-out // Pro-fessional burnout: Recent

developments in the theory and Research. — 1993. — P. 75–93.

47. Conger J.A., Kanungo R.N. Charismatic leadership in organizations. Thousand Oaks, CA, 1998. 299 p
48. Demerouti E., Mostert K., Bakker A. Burn-out and work engagement: a thorough investigation of the independency of both constructs // J. of Occupational Health Psychology. — 2010. — № 3. — P. 209–222.
49. Freudenberger H.J. Staff burn-out // Journal of Social Issues. — 1974. — P. 159–165.
50. Maslach C. Burned-out // Human Behavior. — 1976. — № 9. — P. 16–22.
51. Maslach C., Jackson S.E. The measurement of experienced burnout // Journal of Occupational Behaviour. — 1981. — P. 99–113.
52. Salovey P., Mayer J.D. Emotional intelligence // Imagination, Cognition, and Personality. — 1990. — № 9. — P. 185–211.

REFERENCES:

- Ananov B.G. (1968). *Chelovek kak predmet poznaniya* [Human as an object of knowledge] L. (in Russian).
- Andreeva I.N. (2008). *O stanovlenii ponyatiya «emotsionalnyy intellekt»* [On the development of the concept of «emotional intelligence»]. *Issues of Psychology*. (5). 8-95. (in Russian).
- Bochkareva E.N. (2016). *Vzaimosvyaz professionalnogo vygoraniya i emotsionalnogo intellekta sotrudnikov kontaktnogo tsentra* [The relationship between professional burnout and emotional intelligence of contact center employees]. *Psikholog*. (3). 576–587. (in Russian).
- Bodrov V.A. (2006). *Psikhologicheskiy stress: razvitiye i preodoleniye* [Psychological stress: development and overcoming] M.: PER SE. (in Russian).
- Borisova M.V. (2003). *Psikhologicheskie determinanty psikhicheskogo vygoraniya u peda-*



- gogov [Psychological determinants of mental burnout in educators] Yaroslavl. (in Russian).
- Bredberri T., Grivz Dzh. (2017). *Emotsionalnyy intellekt 2.0* [Emotional Intelligence 2.0] M.: Mann, Ivanov, Ferber; Eksmo. (in Russian).
- Burish M. (1993). *In search of theory: some ruminations on the nature and etiology of burnout Professional burnout: Recent developments in the theory and Research*. 75–93.
- Demerouti E., Mostert K., Bakker A. (2010). *Burnout and work engagement: a thorough investigation of the independency of both constructs J. of Occupational Health Psychology*. 15 (3). 209–222.
- Derevyanko S.P. (2008). *Razvitie emotsionalnogo intellekta v treningovykh gruppakh* [Development of emotional intelligence in training groups]. *Psikholog*. (2). 79–84. (in Russian).
- Druzhilov S.A. (2010). *Individualnyy resurs cheloveka kak osnova stanovleniya professionalizma* [Individual resource of a person as the basis for professional formation] Voronezh. (in Russian).
- Formanyuk T.V. (1994). *Sindrom «emotsionalnogo sgoraniya» kak pokazatel professionalnoy dezadaptatsii uchitelya* [Syndrome of «emotional combustion» as an indicator of professional disadaptation of a teacher]. *Issues of Psychology*. (6). 57–64. (in Russian).
- Freudenberger H.J. (1974). *Staff burn-out Journal of Social Issues*. 30. 159–165.
- Garškova G.G. (1999). *Vvedenie ponyatiya «emotsionalnyy intellekt» v psikhologicheskuyu teoriyu* [Introduction of the concept of «emotional intelligence» in psychological theory] *Ananyev readings*. 25–26. (in Russian).
- Goulman D. (2011). *Emotsionalnyy intellekt* [Emotional intellect] M. (in Russian).
- Karpov A.V., Petrovskaya A.S. (2008). *Psikhologiya emotsionalnogo intellekta: teoriya, diagnostika, praktika* [Psychology of emotional intelligence: theory, diagnostics, practice] Yaroslavl: YarGU. (in Russian).
- Karuzo D., Selovey P. (2016). *Emotsionalnyy intellekt rukovoditelya* [Emotional intelligence of a leader] SPb. (in Russian).
- Kaydina M.S. (2012). *Sotsialnyy intellekt i emotsionalnoe vygoranie prepodavateley srednikh spetsialnykh uchebnykh zavedeniy* [Social intelligence and emotional burnout of teachers of special high education institutions]. *Vestnik adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. seriya 3: Pedagogika i psikhologiya*. (2). 159–164. (in Russian).
- Khlevnaya E.A. (2012). *Rol emotsionalnogo intellekta v effektivnosti deyatelnosti* [The role of emotional intelligence in performance] M. (in Russian).
- Kiseleva T.S. (2014). *Emotsionalnyy intellekt kak zhiznennyi resurs i ego razvitie u vzroslykh* [Emotional intelligence as a vital resource and its development in adults] M. (in Russian).
- Kuznetsova O.A. (2012). *Psikhologicheskie osobennosti razvitiya i korrektsii sindroma professionalnogo vygoraniya u vrachey anesteziologov-reanimatologov* [Psychological features of development and treatment of the syndrome of professional burnout in anesthesiologists and intensivists] SPb. (in Russian).
- Larentsova L.I. (2009). *Sindrom emotsionalnogo vygoraniya u vrachey-stomatologov* [Emotional burnout syndrome in dentists] M. (in Russian).
- Larina A.T. (2016). *Rol emotsionalnogo intellekta v predotvrashchenii emotsionalnogo vygoraniya pedagogov* [The role of emotional intelligence in preventing emotional burnout of teachers]. *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal*. (10-4(52)). 121–123. (in Russian).
- Lukyanov V.V. (2007). *Zaschitno-sovladayuschee povedenie i sindrom «emotsionalnogo vygoraniya» u vrachey-narkologov, ikh korrektsiya i vliyaniye na effektivnost lecheniya bolnykh* [Protective-coping behavior and the syndrome of «emotional burnout/» in medical



- experts on drug abuse, their treatment and impact on the effectiveness of treatment of patients] SPb. (in Russian).
- Lyusin D.V. (2004). *Sovremennoe predstavlenie ob emotsionalnom intellekte* [Modern concept of emotional intelligence]. *Sotsialnyy intellekt: teoriya, izmerenie, issledovaniya*. 29–36. (in Russian).
- Lyusin D.V. (2009). *Oprosnik na emotsionalnyy intellekt EmIn: novye psikhometricheskie dannye* [Emotional Intelligence Questionnaire: new psychometric data]. *Sotsialnyy i emotsionalnyy intellekt: ot protsessov k izmereniyam*. 264–278. (in Russian).
- Lyusin D.V., Ushakov D.V. (2009). *Sotsialnyy i emotsionalnyy intellekt: ot protsessov k izmereniyam* [Social and emotional intelligence: from processes to measurements] M.: Izdatel'stvo «Institut psikhologii RAN». (in Russian).
- Manoylova M.A. (2004). *Akmeologicheskoe razvitiye emotsionalnogo intellekta uchiteley i studentov pedagogicheskikh uchebnykh zavedeniy* [Akmeological development of emotional intelligence of teachers and students of pedagogical educational institutions] SPb. (in Russian).
- Manyanina T.V. (2010). *Emotsionalnyy intellekt v strukture psikhologicheskoy kultury lichnosti* [Emotional intelligence in the structure of psychological personality culture] Barnaul. (in Russian).
- Maslach C. (1976). *Burned-out» Human Behavior*. 5 (9). 16–22.
- Maslach C., Jackson S.E. (1981). *The measurement of experienced burnout Journal of Occupational Behaviour*. 2. 99–113.
- Minin D.S. (2016). *Emotsionalno-lichnostnye prediktory psikhicheskogo vygoraniya advokatov v razlichnykh vidakh sudoproizvodstva* [Emotional-personal predictors of mental burnout of lawyers in various types of legal proceedings] SPb. (in Russian).
- Orel V.E. (2005). *Sindrom psikhicheskogo vygoraniya lichnosti* [Syndrome of burnout of a person] M. (in Russian).
- Pakhomova I.Yu., Mikhalets I.V. (2013). *Profilaktika /«Emotsionalnogo vygoraniya/» v professionalnoy deyatel'nosti pedagogov* [Prevention of «Emotional Burnout» in teachers' professional activity] Penza: Izd-vo PGU. (in Russian).
- Panteleeva T.V. (2016). *Osobennosti emotsionalnogo intellekta internet-addiktov v ranney yunosti* [Features of emotional intelligence of Internet addicts in early adolescence] M.. (in Russian).
- Pavlova E.M. (2015). *Kreativnost i emotsionalnyy intellekt v strukture intellektualno-lichnostnogo potentsiala cheloveka* [Creativity and emotional intelligence in the structure of the intellectual-personal potential of a person] M. (in Russian).
- Petrovskaya A.S. (2007). *Emotsionalnyy intellekt kak determinanta rezultativnykh parametrov i protsessualnykh kharakteristik upravlencheskoy deyatel'nosti* [Emotional intelligence as a determinant of effective parameters and procedural characteristics of management activity] Yaroslavl. (in Russian).
- Polyanova L.M. (2014). *Ispolzovanie modeley emotsionalnogo intellekta v otsenke upravlencheskoy deyatel'nosti* [Application of emotional intelligence models in the assessment of management activities]. *Vestnik RUDN. Ser.: Sotsiologiya*. (2). 161–173. (in Russian).
- Rukavishnikov A.A. (2001). *Lichnostnye determinanty i organizatsionnye faktory genezisa psikhicheskogo vygoraniya u pedagogov* [Personal determinants and organizational factors of the genesis of mental burnout among educators] Yaroslavl. (in Russian).
- Salovey P., Mayer J.D. (1990). *Emotional intelligence Imagination, Cognition, and Personality*. (9). 185–211.
- Smirnova A.Yu. (2017). *Oldenburgskiy oprosnik professionalnogo vygoraniya: diagnostika izmeneniya psikhicheskogo sostoyaniya subekta truda po kontinuumu: uvlechennost rabotoy — professionalnoye vygoranie* [Olden-



- burgskiy questionnaire of professional burn-out: diagnosis of the change in mental state of labor subject on the basis of continuum: passion for work — professional burnout]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika*. (2). 211–218. (in Russian).
- Solodkova T.I. (2011). *Trening razvitiya emotsionalnogo intellekta kak psikhologicheskoe sredstvo profilaktiki i korrektsii sindroma «vygoraniya»* [Emotional intellect development training as psychological means of preventing and treatment of /«burnout/» syndrome]. *Psikhopedagogika v pravookhranitelnykh organakh*. (2). 55–57. (in Russian).
- Solodkova T.I. (2011). *Emotsionalnyy intellekt kak lichnostnyy resurs preodoleniya sindroma vygoraniya i ego razvitie u pedagogov* [Emotional intelligence as a personal resource for overcoming the burnout syndrome and its development among teachers] Irkutsk. (in Russian).
- Stepnova L.A. (2017). *Autopsikhologicheskaya kompetentnost v kontekste izucheniya mekhanizmov samorazvitiya lichnosti* [Autopsychological competence in the context of the personality self-development mechanisms]. *Acmeology*. (2(62)). 27. (in Russian).
- Ushakov D.V. (2004). *Sotsialnyy intellekt kak vid intellekta* [Social intelligence as a type of intelligence]. *Sotsialnyy intellekt: teoriya, izmerenie, issledovaniya*. 11–28. (in Russian).
- Vasileva N.G. (2016). *Vzaimosvyaz osobennostey emotsionalnogo intellekta i sindroma vygoraniya u vrachey* [Relationship between the features of emotional intelligence and burnout syndrome in physicians] SPb. (in Russian).
- Vidanova Yu.I. (2008). *Osobennosti psikhicheskogo vygoraniya i preodolevayushchego povedeniya u administrativnykh rabotnikov gosudarstvennoy sluzhby* [Peculiarities of mental burnout and overcoming behavior among administrative civil servants] SPb. (in Russian).
- Vodopyanova N.E. (2011). *Profilaktika i korrektsiya sindroma vygoraniya* [Prevention and treatment of burnout syndrome] SPb.: Izd-vo Sankt-Peterbskogo gos. un-ta. (in Russian).
- Vodopyanova N.E., Shestakova K.N. (2014). *Positivnyy podkhod k protivodeystviyu professionalnomu vygoraniyu* [Positive approach to professional burnout resistance]. *Gumanitarnye i sotsialnye nauki*. (5). 253–265. (in Russian).
- Vodopyanova N.E., Starchenkova E.S. (2005). *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout Syndrome: diagnostics and prevention] M. (in Russian).
- Vorobeva M.A. (2016). *Svyaz emotsionalnogo intellekta i sindroma emotsionalnogo vygoraniya u studentov* [Connection of the Emotional Intellect and the Emotional Burnout of Students]. *Obrazovanie i nauka*. (4(133)). 80–94. (in Russian). doi: [10.17853/1994-5639-2016-4-80-94](https://doi.org/10.17853/1994-5639-2016-4-80-94).
- Yureva L.N. (2004). *Professionalnoe vygoranie u meditsinskikh rabotnikov: formirovanie, profilaktika, korrektsiya* [Professional burnout of medical workers: formation, prevention, correction] Kiev: Sfera. (in Russian).

Сведения об авторе:

Лебединцева Ольга Ивановна, аспирант
E-mail: lebedinzeva@mail.ru