

ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.23:159.94

Березовська Л. І., Брецько І. І.

ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ МАЙБУТНІХ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

Березовська Л. І., Брецько І. І. Психологічна характеристика емоційного вигорання майбутніх працівників закладів освіти. У статті представлено результати дослідження емоційного вигорання у майбутніх працівників закладів освіти. Емпірично визначено, що у майбутніх фахівців освітніх закладів в процесі навчання починає формуватися емоційне вигорання через такі компоненти, як: напруження, резистенція та виснаження. Зазначено, що вищим є прояв реактивної (ситуаційної) та особистісної тривожності, значно більше проявляються авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозрливість, альтруїзм, значно нижче підлеглисть, залежність у тих, у кого проявляється емоційне вигорання, ніж у тих, хто не має ознак зазначеного синдрому. Визначено, що група з ознаками формування емоційного вигорання має негативні кореляційні зв'язки з реактивною та особистісною тривожністю, позитивні та негативні взаємозв'язки з типами міжособистісних відносин. Для попередження виникнення та розвитку емоційного вигорання в майбутніх фахівців закладів освіти доцільним є застосування соціально-психологічних тренінгів.

Ключові слова: емоційне вигорання, майбутні фахівці закладів освіти, тривожність, типи міжособистісних відносин.

Березовская Л. И., Брецько И. И. Психологическая характеристика эмоционального выгорания будущих работников учебных заведений. В статье представлены результаты исследования эмоционального выгорания у будущих работников учебных заведений. Эмпирически установлено, что в будущих специалистов образовательных учреждений в процессе обучения начинает формироваться эмоциональное выгорание через такие компоненты, как: напряжение, резистенция и истощение. Отмечено, что в опрошенных с эмоциональным выгоранием сильнее проявляется реактивная (ситуационная) и личностная тревожность, значительно сильнее проявляются авторитарность, эгоистичность, агрессивность, подозрительность, альтруизм, значительно ниже подчиненность, зависимость, чем у тех, кто не имеет признаков указанного синдрома. Определено, что группа с признаками формирования эмоционального выгорания имеет негативные корреляционные связи с реактивной и личностной тревожностью, положительные и отрицательные взаимосвязи с типами межличностных отношений. Для предупреждения возникновения и развития эмоционального выгорания у будущих специалистов учебных заведений целесообразно применение социально-психологических тренингов.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, будущие специалисты учебных заведений, тревожность, типы межличностных отношений.

Постановка проблеми. У своєму професійному становленні особистість проходить шлях, на якому період отримання знань та опрацювання перших навичок майбутньої професії є одним із найбільш важливих. Адже від того, яку отримає молода людина підготовку, з якими перешкодами їй доведеться зустрітися, як вона навчиться з ними справлятися, залежить її професійне становлення.

Сучасні дослідження Н. Булатевич [5], Н. Грисенко [6], О. Грицук [7], Т. Зайчикової [9], Н. Назарук [12], Н. Перегончук [17] та ін. свідчать, що вже на початку свого професійного шляху значна частина молодих працівників відчуває емоційне вигорання. Наші дослідження [2] показали, що у вчителів зі стажем педагогічної діяльності до 5 років синдром вигорання сформований у 9,8% за компонентом «напруження», за компонентом «резистенція» у 56%, за компонентом «виснаження» у 16,9%, щодо стадії формування, то 37,9%, 39,4% та 29,7% відповідно. Отже, такі результати спонукали нас до дослідження емоційного вигорання у майбутніх педагогічних працівників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Насамперед зазначимо, що поняття синдрому «емоційне вигорання» з'явилося в психології порівняно недавно, але широко використовується в наукових текстах і лексиконі психологів. Емоційне вигорання – це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій (пониження їх енергетики) у відповідь на обрані психотравмуючі впливи. Емоційне вигорання розглядається як набутий стереотип емоційної, частіше за все професійної, поведінки. «Вигорання» визначається як частково функціональний стереотип, оскільки дозволяє людині дозувати і економно витратити енергетичні ресурси. У той же час, можуть виникати його дисфункціональні наслідки, коли «вигорання» негативно позначається на виконанні професійної діяльності та відносинах з партнерами [1; 2].

Аналіз літературних джерел показав, що синдром емоційного вигорання став предметом різнопланового пошуку. Зокрема, свої роботи вивченню сутності, змісту та структури емоційного вигорання присвятили В. Грицук [7], Л. Карамушка [18], М. Лейтер [19], К. Масляч [19], Е. Махер [20] та інші. Питанням аналізу детермінант синдрому вигорання займалися В. Бойко [3], О. Грицук [7], К. Дубиницька [8], Т. Зайчикова [9], Л. Карамушка [18], С. Наличаєва [13], В. Орел [15], Н. Перегончук [17] та інші.

Оскільки психоемоційне вигорання вивчається як проблема професійної деформації особистості, тому типові ознаки синдрому емоційного вигорання розглядаються здебільшого за фаховою ознакою прояву у представників різних професійних груп. Прояв даного синдрому у вчителів досліджували Л. Березовська [1; 2], Н. Булатевич [5], Н. Грисенко [6], О. Грицук [7], К. Дубиницька [8], Т. Зайчикова [9], Н. Мальцева [11], Н. Назарук [12], Н. Перегончук [17] та інші. Прояв емоційного вигорання у до професійний період життя особистості визначали І. Брецько [4], Л. Кондрацька [10] та інші.

Метою даної статті є аналіз прояву емоційного вигорання у майбутніх працівників освітніх закладів.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Дослідження емоційного вигорання здійснено на базі Мукачівського державного університету Закарпатської області. Вибірка досліджуваних складала 38 студентів спеціальності «Початкова освіта» та «Дошкільна освіта».

Прояв синдрому емоційного вигорання у студентів визначено за методикою діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко [3; 18]. Методика визначає три компоненти та дванадцять симптомів емоційного вигорання. Перший компонент «напруження» містить симптоми: «переживання психотравмуючих обставин»; «незадоволеність собою»; «загнаність у кут»; «тривога і депресія». Другий компонент «резистенція» виявляється у таких симптомах, як: «неадекватна вибіркова емоційна реакція»; «емоційно-моральна дезорієнтація»; «розширення сфери економії емоцій»; «редукція професійних обов'язків». Третій компонент «виснаження» має такі симптоми, як «емоційний дефіцит»; «емоційне відчуження»; «особистісне відчуження (деперсоналізація)»; «психосоматичні та психовегетативні порушення». Прояв тривожності досліджено за методикою визначення особистісної та реактивної (ситуативної) тривожності Спілбергера-Ханіна [16]. Визначають три рівні прояву: високий, середній та низький. Тип міжособистісних відносин та їх особливостей визначено за методикою діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі [16]. Виокремлюють такі типи: авторитарний, егоїстичний, агресивний, підозрілий, підлеглий, залежний, дружлюбний, альтруїстичний. Для виявлення статистично значущих відмінностей між різними групами використано непараметричний метод: порівняння двох незалежних вибірок, U-критерій Манна-Уїтні; для виявлення статистично значущих зв'язків між змінними методик, отриманих у результаті дослідження: кореляційний аналіз, коефіцієнт r-Пірсона [14].

Насамперед розглянемо прояв емоційного вигорання за методикою діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко (табл. 1).

Таблиця 1

Прояв емоційного вигорання

Компоненти	Стадії прояву (у %)		
	Сформованість	Формування	Не проявляється
напруження	0,0	34,2	65,8
резистенція	0,0	23,7	76,3
виснаження	0,0	10,5	89,5

Отримані нами результати дослідження підтвердили наші припущення, що ще в процесі професійної підготовки під час навчання у закладах вищої освіти у студентів починає формуватися емоційне вигорання. Так, у третини опитаних (34,2%) компонент «напруження» знаходиться на стадії формування, у четвертій частині (23,7%) компонент «резистенція», у десятої (10,5%) компонент «виснаження». Щодо середніх значень, то вони є 38 ум. од. Отже, у значної частини майбутніх працівників закладів освіти вже формується емоційне вигорання, хоч вони ще і не почали професійну діяльність.

Щодо симптомів, то не всі вони мають однаковий вплив на формування та розвиток емоційного вигорання. Так, домінуючими симптомами у компоненті «напруження» визначено такі: «переживання психотравмуючих обставин» та «незадоволеність собою». Вони знаходяться на стадії формування, середні значення 10,5 бала та 10,3 бала відповідно. У компоненті «резистенція» домінує такий симптом, як: «неадекватна вибіркова емоційна реакція». Він у наших опитаних формується, середні значення по даній групі він є 10,7 бала. У компоненті «виснаження» найбільше проявляються симптоми «емоційний дефіцит» та «емоційне відчуження». Середні їхні значення 12,0 бала та 10,3 бала відповідно. Зазначені симптоми, що є домінуючими у компонентах емоційного вигорання, пов'язані з проявами емоційної сфери у студентів з проявами ознак даного синдрому.

Ми припустили, що тривожність буде вищою у студентів, в яких формується емоційне вигорання. Дане припущення було нами досліджено за методикою визначення особистісної та реактивної (ситуативної) тривожності Спілбергера-Ханіна (табл. 2).

Прояв тривожності залежно від емоційного вигорання

		Стадії прояву емоційного вигорання					
		Сформованість		Формування		Несформованість	
		М	Σ	М	σ	М	Σ
Тривож- ність	Реактивна	0	0	48,5**	6,3	34,8	7,2
	Особистісна	0	0	43,8**	3,9	32,9	5,4

Примітка: рівні достовірності: * – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$.

Визначено відмінності у проявах тривожності на статистичному рівні між групами студентів, які не мають емоційного вигорання, та тими, в яких воно формується. Так, показники реактивної (ситуативної) тривожності досліджуваних, у яких формується емоційне вигорання, перебувають у межах високого рівня ($M \pm SD = 48,5 \pm 6,3$ бала). У них більшою мірою проявляється схильність до перебільшення в загрозливих ситуаціях, які впливають на їхню самооцінку та життєдіяльність. Вони схильні до виникнення комплексу емоційних переживань: страху, смутку, сорому, гніву. Виявляють роздратованість, нетерпимість, а власну невдачу намагаються пояснити її зовнішніми причинами.

Щодо особистісної тривожності, то у студентів з проявом ознак емоційного вигорання її середнє значення перебуває в межах середнього рівня ($M \pm SD = 43,8 \pm 3,9$ бала). Однак показник наближений до тих значень, які є наближеними до високого рівня. У цих досліджуваних проявляється зниження самооцінки, рішучості, впевненості в собі, наявне почуття сором'язливості, скутості в стосунках. Тобто вони більш негативно сприймають власну зовнішність та фізичну привабливість, а спілкування не дає їм повною мірою розкрити свій внутрішній світ.

Таким чином, студенти, в яких формується емоційне вигорання, виявляють вищий рівень як реактивної, так і особистісної тривожності. А це негативно впливає на результат діяльності, суттєво впливає на майбутнє формування професійних умінь та навичок, а також на мотивацію до професійної діяльності.

Оскільки майбутня професійна діяльність студентів тісно пов'язана з різномірними міжособистісними відносинами, то проаналізуємо особливості міжособистісної взаємодії залежно від прояву емоційного вигорання (табл. 3).

Спрямованість міжособистісних відносин залежно від емоційного вигорання

		Стадії прояву емоційного вигорання					
		Сформованість		Формування		Несформованість	
		М	σ	М	σ	М	σ
Типи міжособистісних відносин	Авторитарний	0	0	10,2**	2,35	7,8	1,48
	Егоїстичний	0	0	9,0**	2,76	5,77	1,83
	Агресивний	0	0	8,9**	2,54	5,9	1,50
	Підозрілий	0	0	8,1**	2,01	4,69	1,55
	Підлеглий	0	0	6,8**	2,88	9,85	1,72
	Залежний	0	0	7,6**	2,75	8,2	2,17
	Дружелюбний	0	0	8,8	1,61	7,0	1,35
	Альтруїстичний	0	0	8,4**	1,73	6,4	0,65

Примітка: рівні достовірності: * – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$.

Отримані дані показують, що тип міжособистісних відносин студентів визначається рівнем сформованості емоційного вигорання. Так, значно вищими у групі з ознаками емоційного вигорання на статистичному рівні є середні значення за такими типами, як «авторитарний» ($M \pm SD = 10,2 \pm 2,35$ бала), «егоїстичний» ($M \pm SD = 9,0 \pm 2,76$ бала), «агресивний» ($M \pm SD = 8,9 \pm 2,54$ бала), «підозрілий» ($M \pm SD = 8,1 \pm 2,01$ бала), «альтруїстичний» ($M \pm SD = 8,4 \pm 1,73$ бала). Тобто їм притаманні більшою мірою нетерпимість до критики, переоцінювання своїх можливостей, вираження власної переваги над оточуючими, нестриманість, недовірливість, гіперсоціальність установок, підкреслений альтруїзм.

Значно нижчими у групі з проявами емоційного вигорання є середні значення за такими типами, як: «підлеглий» ($M \pm SD = 6,8 \pm 2,88$ бала), «залежний» ($M \pm SD = 7,6 \pm 2,75$ бала). Досліджуваним притаманна поступливість, вони потребують допомоги та довіри зі сторони оточуючих.

Таким чином, група опитаних з ознаками емоційного вигорання виявляє більшою мірою авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозрілість, альтруїзм та менше підлеглисть, залежність, ніж група, що не має ознак зазначеного синдрому.

За допомогою кореляційного аналізу ми визначили взаємозалежність показників у групі студентів з проявами емоційного вигорання та без прояву даного синдрому. Результати засвідчили, що емоційне вигорання має взаємозв'язки як з особистісною, так і з реактивною тривожністю (табл. 4).

Таблиця 4

Кореляційні зв'язки емоційного вигорання та тривожності

Емоційне вигорання	Тривожність	Показник	p
симптом «особистісне відчуження (деперсоналізація)»	особистісна	-0,646	0,017
компонент «виснаження»	особистісна	-0,620	0,024
симптом «емоційне відчуження»	особистісна	-0,595	0,032
симптом «неадекватна вибіркова емоційна реакція»	реактивна	-0,595	0,032
симптом «переживання психотравмуючих обставин»	особистісна	-0,590	0,034
симптом «емоційно-моральна дезорієнтація»	особистісна	-0,582	0,037

Таким чином, застосування кореляційного аналізу показало, що наше припущення щодо позитивних взаємозв'язків між показниками емоційного вигорання та тривожності не було правильним стосовно групи опитаних з проявами емоційного вигорання. Якщо в групі без ознак емоційного вигорання всі взаємозв'язки між зазначеними характеристиками були позитивними, тобто підвищення показників емоційного вигорання викликало підвищення тривожності та навпаки, то у групі з проявами емоційного вигорання ми отримали всі негативні помітного рівня взаємозв'язки між компонентами, симптомами емоційного вигорання та тривожністю. Так, симптом «неадекватна вибіркова емоційна реакція» має кореляційний зв'язок із реактивною тривожністю. Компонент «виснаження», симптоми: «особистісне відчуження (деперсоналізація)», «емоційне відчуження», «переживання психотравмуючих обставин», «емоційно-моральна дезорієнтація» мають взаємозв'язки з особистісною тривожністю.

Отримані результати кореляційного аналізу можуть свідчити про те, що з підвищенням емоційного вигорання студенти менше тривожитимуться щодо професійної діяльності, яка пов'язана з педагогічною, стануть більш байдужими. А це, в свою чергу, можливо, буде підштовхувати їх до зміни обраної професії. На даний момент студенти потребують негайної психологічної допомоги для зниження в них емоційного вигорання.

Також на основі кореляційного аналізу можемо констатувати, що емоційне вигорання має прямі та зворотні помітного рівня взаємозв'язки з типами міжособистісних відносин (табл. 5).

Таблиця 5

Кореляційні зв'язки емоційного вигорання та типів міжособистісних відносин

Емоційне вигорання	Тип відносин	Показник	p
симптом «переживання психотравмуючих обставин»	Залежний	-0,637	0,019
симптом «незадоволеність собою»	Залежний	0,613	0,026
симптом «переживання психотравмуючих обставин»	Дружелюбний	0,594	0,032
симптом «емоційно-моральна дезорієнтація»	Дружелюбний	0,558	0,48

Згідно з отриманими даними симптом «переживання психотравмуючих обставин» має негативні взаємозв'язки з таким типом міжособистісних відносин, як «залежний», а позитивні – з типом «дружелюбний». Тобто переживання психотравмуючих обставин залежатиме від прояву залежності та дружелюбності в міжособистісних відносинах. Симптом «незадоволеність собою» позитивно корелює з залежним типом міжособистісних відносин, а симптом «емоційно-моральна дезорієнтація» – з дружелюбним типом. Тобто незадоволеність собою, емоційно-моральна дезорганізація підвищуватимуться через підвищення проявів залежності та дружелюбності.

Висновки. Аналіз результатів дослідження уможливило зробити наступні висновки:

- вже у студентському віці починає формуватися емоційне вигорання через такі компоненти, як: напруження, резистенція та виснаження;

- прояв реактивної (ситуаційної) та особистісної тривожності в тих, у кого формується емоційне вигорання, є вищим, ніж у тих, хто не має ознак зазначеного синдрому;

- в опитаних з ознаками емоційного вигорання значно вищими є середні значення за такими типами, як «авторитарний», «егоїстичний», «агресивний», «підозрілий», «альтруїстичний», нижчими за такими типами, як «підлеглий», «залежний», ніж в тих, хто не виявляє емоційного вигорання.

Група з ознаками формування емоційного вигорання має негативні кореляційні зв'язки з реактивною та особистісною тривожністю, позитивні та негативні взаємозв'язки з іншими типами міжособистісних відносин.

Перспективи подальших досліджень. Перспективу дослідження вбачаємо у розробці та проведенні соціально-психологічних тренінгів з майбутніми фахівцями закладів освіти з метою попередження виникнення та розвитку в них емоційного вигорання.

Список використаних джерел

1. Березовська Л. І. Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання у вчителів : дис. ... канд. ... психол. наук : 19.00.10 / Березовська Лариса Іванівна. – К., 2013. – 200 с.
2. Березовська Л. І. Теоретичні підходи до синдрому «професійного вигорання» вчителів / Л. І. Березовська : зб. наук. праць: філософія, соціологія, психологія. – Вип. 17, ч. 1. – Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника», 2012. – С. 74–82.
3. Брецько І. І. Особливості психоемоційного вигорання підлітків в умовах сімейної деривації : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / І. І. Брецько. – К., 2015 – 22 с.
4. Бойко В. В. Энергия эмоций / В. В. Бойко – [2-е изд., доп. и перераб.] – СПб. : Питер, 2004. – 474 с.
5. Булатевич Н. М. Синдром емоційного вигорання вчителя : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.04 «Медична психологія» / Н. М. Булатевич. – К., 2004 – 19 с.
6. Грисенко Н. В. Особистісні детермінанти запобігання емоційного вигорання педагога в аспекті досліджень позитивної психології : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» / Н. В. Грисенко. – К., 2011. – 21 с.
7. Грицук В. І. Психологічні особливості динаміки емоційного вигорання вчителів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / В. І. Грицук. – Х., 2010 – 23 с.
8. Дубиницкая К. А. Социально-психологические факторы формирования эмоционального выгорания у педагогов и воспитателей дошкольных образовательных учреждений : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.05 «Социальная психология» / К. А. Дубиницкая. – М., 2011. – 27 с.
9. Зайчикова Т. В. Соціально-психологічні детермінанти синдрому «професійного вигорання» у вчителів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Зайчикова Тетяна Вікторівна. – К., 2005. – 178 с.
10. Кондрацька Л. В. Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Л. В. Кондрацька. – К., 2009 – 19 с.
11. Мальцева Н. В. Проявления синдрома психического выгорания в процессе профессионализации учителя в зависимости от возраста и стажа работы : дис. ... канд. психол. наук : 10.00.13, 19.00.07 / Мальцева Наталья Владимировна. – Екатеринбург, 2005. – 212 с.
12. Назарук Н. В. Психологічні засоби профілактики «професійного вигорання» вчителя : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Н. В. Назарук. – К., 2007 – 22 с.
13. Наличаева С. А. Самоактуализационный потенциал личности как детерминанта профессионального выгорания педагогов : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.03 «Психология труда, инженерная психология, эргономика (психологические науки)» / С. А. Наличаева. – М., 2011 – 26 с.
14. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных : учеб. пособие ; [3-е изд., стереотип.] / А. Д. Наследов – СПб. : Речь, 2008. – 392 с.
15. Орел В. Е. Синдром психического выгорания личности / В. Е. Орел. – М. : ИП РАН, 2005. – 330 с.
16. Пашукова Т. І. Практикум із загальної психології / Т. І. Пашукова, А. І. Допіра, Г. В. Дьяконов / за ред. Т. І. Пашукової. – [2-ге вид., стер.] – К. : Т-во «Знання», КОО, 2006. – 203 с.
17. Перегончук Н. В. «Професійне вигорання» як фактор розвитку особистості педагога : автореф. дис. ... канд. психол. наук, спец. : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Н. В. Перегончук. – К., 2011. – 20 с.
18. Технології роботи організаційних психологів : [навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / за наук. ред. Л. М. Карамушки. – К. : Фірма «ІНККОС», 2005. – 366 с.
19. Leiter, M.P. Burnout and health. In: Baum A., Revenson T., Singer J., editors / M.P. Leiter, C. Maslach // Handbook of health psychology. – Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum, 2000. – P. 415–426.
20. Mäher, E. The burnout syndrome / E. Mäher // J. of Consyting and Clinical Psychologie. – 1983. – №7. – P. 8–12.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Berezovska L. I. Psykhodiagnostyka ta korektsiia vnutrishnoosobystisnykh konfliktiv yak umova podolannia profesiinoho vyhoriannia u vchyteliv : dys. ... kand. ... psykhol. nauk : 19.00.10 / Berezovska Larysa Ivanivna. – K., 2013. – 200 s.
2. Berezovska L. I. Teoretichni pidkhody do syndromu «profesiinoho vyhoriannia» vchyteliv / L. I. Berezovska : zb. nauk. prats: filosofii, sotsiologii, psykholohii. – Vyp. 17, ch. 1. – Ivano-Frankivsk : DVNZ «Prykarpat. nats. un-t im. V. Stefanyka», 2012. – S. 74–82.

3. Bretsko I. I. Osoblyvosti psykhoemotsiinoho vyhorannia pidlitkiv v umovakh simeinoi deryvatsii : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.07 «Pedahohichna ta vikova psykholohiia» / I. I. Bretsko. – K., 2015 – 22 s.
4. Bojko V. V. Jenergija jemocij / V. V. Bojko – [2-e izd., dop.i pererab.] – SPb. : Piter, 2004. – 474 s.
5. Bulatevych N. M. Syndrom emotsiinoho vyhorannia vchytelia : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.04 «Medychna psykholohiia» / N. M. Bulatevych. – K., 2004 – 19 s.
6. Hrysenko N. V. Osobystisni determinanty zapobihannia emotsiinoho vyhorannia pedahoha v aspekti doslidzhen pozytyvnoi psykholohii : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.01 «Zahalna psykholohiia, istoriia psykholohii» / N. V. Hrysenko. – K., 2011. – 21 s.
7. Hrytsuk V. I. Psykholohichni osoblyvosti dynamiky emotsiinoho vyhorannia vchyteliv : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.07 «Pedahohichna ta vikova psykholohiia» / V. I. Hrytsuk. – Kh., 2010 – 23 s.
8. Dubinickaja K. A. Social'no-psihologicheskie faktory formirovaniia jemocional'nogo vygoranija u pedagogov i vospitatelej doskol'nyh obrazovatel'nyh uchrezhdenij : avtoref. diss. ... kand. psihol. nauk : spec. 19.00.05 «Social'naja psihologija» / K. A. Dubinickaja. – M., 2011. – 27 s.
9. Zaichykova T. V. Sotsialno-psykholohichni determinanty syndromu «profesiinoho vyhorannia» u vchyteliv : dys. ... kand. psykhol. nauk : 19.00.05 / Zaichykova Tetiana Viktorivna. – K., 2005. – 178 s.
10. Kondratska L. V. Simeini konflikty yak faktor emotsiinoho vyhorannia u pidlitkiv : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.07 «Pedahohichna ta vikova psykholohiia» / L. V. Kondratska. – K., 2009 – 19 s.
11. Mal'ceva N. V. Projavlenija sindroma psihicheskogo vygoranija v processe professionalizacii uchitelja v zavisimosti ot vozrasta i stazha raboty : diss. ... kand. psihol. nauk : 10.00.13, 19.00.07 / Mal'ceva Natal'ja Vladimirovna. – Ekaterinburg, 2005. – 212 s.
12. Nazaruk N. V. Psykholohichni zasoby profilaktyky «profesiinoho vyhorannia» vchytelia : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk : spets. 19.00.07 «Pedahohichna ta vikova psykholohiia» / N. V. Nazaruk. – K., 2007 – 22 s.
13. Nalichaeva S. A. Samoaktualizacionnyj potencial lichnosti kak determinanta professional'nogo vygoranija pedagogov : avtoref. diss. ... kand. psihol. nauk : spec. 19.00.03 «Psihologija truda, inzhenernaja psihologija, jergonomika (psihologicheskie nauki)» / S. A. Nalichaeva. – M., 2011 – 26 s.
14. Nasledov A. D. Matematicheskie metody psihologicheskogo issledovanija. Analiz i intepretacija dannjah : ucheb. posobie ; [3-e izd., stereotip.] / A. D. Nasledov – SPb. : Rech', 2008. – 392 s.
15. Orel V. E. Sindrom psihicheskogo vygoranija lichnosti / V. E. Orel. – M. : IP RAN, 2005. – 330 s.
16. Pashukova T. I. Praktikum iz zahalnoi psykholohii / T. I. Pashukova, A. I. Dopira, H. V. Diakonov / za red. T. I. Pashukovoi. – [2-he vyd., ster.]. – K. : T-vo «Znannia», KOO, 2006. – 203 s.
17. Perehonchuk N. V. «Profesiine vyhorannia» yak faktor rozvytku osobystosti pedahoha : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk, spets : 19.00.07 «Pedahohichna ta vikova psykholohiia» / N. V. Perehonchuk. – K., 2011. – 20 s.
18. Tekhnolohii roboty orhanizatsiinykh psykholohiv : [navch. posib. dlia studentiv vyshch. navch. zakl. ta slukhachiv in-tiv pisliadyplom. osvity] / za nauk. red. L. M. Karamushky. – K. : Firma «INKOS», 2005. – 366 s.
19. Leiter, M.P. Burnout and health. In: Baum A., Revenson T., Singer J., editors / M.P. Leiter, S. Maslach // Handbook of health psychology. – Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum, 2000. – P. 415–426.
20. Mäher, E. The burnout syndrome / E. Mäher // J. of Consylyting and Clinical Psychologie. – 1983. – №7. – P. 8–12.

Berezovska, L. I., Bretsko, I. I. Psychological characteristic of burnout in future teachers. The article presents the results of the study into future teachers' burnout. It has been found that burnout develops during the first years of work in educational institutions.

The author has empirically shown that future teachers start developing burnout during their years in university through such components of burnout as tension, resistance and exhaustion.

Reactive (situational) and personal anxieties are higher in the respondents with the signs of burnout. The respondents with the symptoms of burnout have been found to be by far more authoritarian, selfish, aggressive, suspicious and altruistic and much less submissive and dependent than those who have no burnout symptoms.

Besides, the signs of burnout have been shown to have negative relationship with reactive and personal anxiety, as well as positive and negative relationships with interpersonal relation types.

The follow-up research is planned to focus on the development and conduct of future teachers' burnout prevention socio-psychological trainings.

Key words: burnout, future teachers, anxiety, types of interpersonal relations.

Відомості про авторів

Березовська Лариса Іванівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теоретичної та практичної психології, Національний університет «Львівська політехніка», м. Львів, Україна.

Berezovska, Larisa Ivanivna, PhD, Associate Professor, Department of Theoretical and Applied Psychology, Lviv Polytechnic National University, Lviv, Ukraine.

E-mail: berezlarisa@gmail.com.

Брецько Ірина Іванівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, Мукачівський державний університет, м. Мукачів, Україна.

Bretsko, Iryna Ivanivna, PhD, Associate Professor of the Department of Psychology, Mukachevo State University, Mukachiv, Ukraine.

E-mail: irinabretsko@gmail.com