

## **Психологічна симптоматика емоційного вигорання особистості**

Стаття розкриває психологічні особливості емоційного вигорання людини. Встановлено основні сутнісні ознаки і симптоми психо-емоційного вигорання, встановлено закономірності його негативного впливу на діяльність особистості.

**Ключові слова:** особистість, емоційні розлади, емоційне вигорання, симптоми психоемоційного вигорання.

Статья раскрывает психологические особенности эмоционального выгорания человека. Установлены основные существенные признаки и симптомы психоемоционального выгорания, раскрыты закономерности его негативного влияния на деятельность личности.

**Ключевые слова:** личность, эмоциональные расстройства, эмоциональное выгорание, симптомы психоемоционального выгорания.

*Постановка проблеми.* Серед багатьох негативних чинників трансформації нашого суспільства виокремлюється підвищена невротичність громадян, які, зазнаючи впливу різнобічних (матеріальних, політичних, духовних та ін.) обмежень повномірної самореалізації, переживають цілу низку дисгармонійних і деструктивних психоемоційних станів. Безперечно, синдром психо-емоційного виснаження і вигорання набуває домінуючого значення насамперед через свій амортизаційний та нівеляційний вплив на життєдіяльність значної кількості людей. Синдром психо-емоційного вигорання здебільшого розпочинається “завдяки” хронічній повсякденній напрузі, емоційній перевтомі, пережитій людиною внаслідок соціопатійності стресогенних чинників.

Більшість фахівців, що вивчають проблеми психоемоційного вигорання, сходяться на спільному розумінні його типових засадничих ознак – це складний психофізіологічний феномен, якому властиві емоційне, фізичне й когнітивне виснаження унаслідок тривалого (іноді перманентного) емоційного навантаження. Типовий репертуар психоемоційного вигорання особистості складають психосоматичні нездужання, безсоння, негативне ставлення до навколишніх людей, роботи, зловживання хімічними агентами (алкоголь, тютюн, кава, наркотики інші психотропні речовини) тощо. Досить частими є відсутність апетиту або, навпаки, переїдання, а також агресивні почуття, насамперед тривожність,

дратівливість, напруженість, гнів, образливість, загальний пригнічений настрій та закономірний спектр пов'язаних з ним емоцій – цинізм, песимізм, апатія, депресія, відчуття безглуздості й безнадійності подальшого життєіснування, переживання почуття провини, виснаження, втрату мотивації та відповідальності. Синдром вигорання проявляється в депресивному стані, почутті втоми та спустошеності, нестачі енергії й ентузіазму, неспроможності бачити позитивні результати своєї праці, негативних настановленнях на роботу й життя загалом [3; 4; 6; 7].

Здійснений нами аналіз наукової та навчально-методичної психолого-педагогічної літератури, присвяченої вивченню спілкування у депривованих вихованців інтернатних закладів (М. Аралова, Я. Гошовський, Н. Карасьова, Й. Лангмейер, М. Лісіна, З. Матейчек, С. Мещерякова, В. Мухіна, Л. Осьмак, А. Прихожан, А. Рузьська, Л. Царегородцева та ін.), дозволив виокремити найтипівші симптомокомплекси проблеми: емоційно-вольова неврівноваженість, що формує імпульсивні й хаотичні тактики та стратегії спілкування та детермінується підвищеним рівнем загальної тривожності в учнів шкіл-інтернатів при спілкуванні з дорослими та однолітками; специфіка співвідношення та функціонування в депривованих дітей емоційного, когнітивного, поведінкового аспектів емпатії, зокрема її завищений рівень; гостре переживання самотності, знехтуваності, занедбаності, меншовартості; помітна специфіка трансактних виборів вихованців шкіл-інтернатів, зокрема полярна (наївна або прагматична) комунікативна мотивація; особливості поведінки вихованців інтернатних закладів у конфліктних ситуаціях; прояви егоїзму та сегрегації за ознакою “свій – чужий”; залежність блокуваного спілкування від темпоральних особливостей депривування: пізніші форми мають малопомітний вплив, порівняно з деструктивністю ранніх форм депривації тощо.

Часті сімейні конфлікти, алкоголізм, наркоманія, аморальність батьків, відсутність чуйності й уваги до дітей, байдуже, зневажливе, жорстоке ставлення до них призводить до блокування гармонійного спілкування і виникнення “ерзац-сім’ї”, в якій, дитина зазнає впливу інших різноманітних форм депривації та ризикує набути такого девіантного або й делінквентного досвіду, який зруйнує можливість повноцінного особистісного розвитку.

Можна вичленувати дві основні групи несприятливих соціально-психологічних факторів, які здійснюють деструктивний вплив, викликають порушення у розвитку особистості дитини-сироти і стимулюють виникнення комунікативної депривації та

психоемоційне вигорання. Першу групу складають чинники, зумовлені недоліками виховання в колишніх сім'ях (негативна спадковість, безпритульність, бездоглядність, жорстоке ставлення, занедбаність, агресивність і девіантність міжособистісного спілкування тощо). Другу групу наповнюють фактори, зумовлені наслідками недосконалої системи виховання в інтернатних закладах (обмеження хронотопу, постійне перебування в закладі закритого типу, регламентація вільного часу режимними моментами і відсутність контактів з довкіллям, звужене коло спілкування і перенасичення ним, комунікативний вакуум, неповноцінне конфліктне спілкування з дорослими через відсутність достатньої кількості персоналу і його велику плинність тощо).

Сімейна депривація зумовлює нестачу міжособистісних взаємин на рівні “батьки-діти”, в результаті чого виникає дефіцит спілкування та не набуваються вкрай важливі перцептивні складові (М. Буянов, Л. Виговська, О. Виноградова, Я. Гошовський, О. Кізь, Г. Лялюк, Л. Осьмак, Л. Рюмшина, М. Шкопоров та ін.). Порушення комунікативної діалогічності, трансформація й викривлення інтеракційних функцій, розбалансованість партнерської взаємодії призводять до появи психічних відхилень у розвитку дитини, породжують відчуття особистісної неповноцінності, негативно впливають на становлення всіх конструктів, тактик і стратегій міжособистісного спілкування.

Спілкування як провідний вид діяльності підлітка піддається в умовах депривації обмежувальному тискові різноманітних детермінант. Маючи нагальну потребу в спілкуванні, підлітки вступають одночасно в суб'єкт-суб'єктні та суб'єкт-об'єктні стосунки, тому важливою з'єднувальною та опосередковуючою ланкою в цих відносинах є образ власного “Я” та образ значущого іншого – партнера по дружньому спілкуванню. В рамках цих взаємин відбувається постійний обмін цінностями, що складають змістовий бік спілкування, внаслідок чого за сприятливих умов виникає і може поступово укріпитись спільність настроїв, поглядів, життєво важливих цілей і ціннісних орієнтацій. Тому, віддзеркалюючись від образів Я своїх комунікативних партнерів, формується і власний образ Я (Ми) депривованого підлітка. Це типовий психосоціальний шлях набуття підлітком завдяки розгалуженій і багатоманітній комунікації власного рефлексивного досвіду. Однак обмежувальний характер режиму депривації досить часто надмірно звужує коло комунікативних партнерів, що призводить до перенасичення спілкуванням, а отже, й до психоемоційного вигорання [6].

Пережита в дитинстві депривація спілкування викликає складне переплетення всіх видів депривації (сенсорної, емоційної, когнітивної, економічної), що ускладнено позначається на самосвідомості й на подальшому особистісному розвитку. Через негативний вплив таких мегафакторів, як соціально-економічні трансформації суспільства, що мають типовим проявом трудову міграцію та інші ускладнюючі повномірну комунікацію форми і чинники, виникає ціла низка істотних перепон, які гальмують розвиток комунікативної активності депривованої дитини, яка відчуває вакуум спілкування на найважливішому соціально-генетичному рівні – на рівні сімейно-родинного комунікативно-перцептивного досвіду. Звичайно, внаслідок перерваної або відсутньої сімейної взаємодії виникають обтяжливі деприваційні фактори, що виступають могутніми комунікативними бар'єрами та заважають міжособистісній перцепції, що несприятливо позначається на самосвідомості дитини, звужуючи та збіднюючи розімкнуті параметри її поліфонічного спілкування із соціумом.

У дослідженні Я. Гошовського, присвяченому проблемам ресоціалізації депривованої особистості, відзначається, що “у гнітючих і обмежуючих умовах депривації спілкування та внаслідок потужного блокування звичного поведінкового ритму регламентованим режимом навчально-виховного закладу закритого типу в дітей домінує стан постійного нервово-психічного напруження, яке малоефективно впливає на коректування їхнього особистісного розвитку та породжує додаткові труднощі й ресоціалізаційні бар'єри” [6, 158]. Унаслідок неадекватного уявлення про себе, спричиненого деприваційним синдромом, виникає стан дезадаптації, конфліктності і самоконфліктності, тривожності, порушується самоповага, виникають численні проблеми у спілкуванні. Депресивний модус самосвідомості, в першу чергу, проявляється на відкритості-закритості комунікативних настановлень депривованої особистості, створює низку перцептивних бар'єрів, усталює режими відчуттів у площині самотності, відлюдькуватості й аутистичності. Вчений стверджує, що характерологічний комунікативний профіль депривованих дітей вибудовують насамперед такі риси, як чутливість, полізалежність, вразливість, поступливість, несамостійність, надмірна емпатійність і соціальна боязкість. Зіткнувшись із системою заборон і обмежень, екстравертні тенденції спілкування, можуть перерости у латентні чи явні конфлікти як на зовнішньому рівні (задиркуватість, озлоблена вербальна агресивність, поведінкова імпульсивність тощо), так і на рівні внутрішньоособистісного самоаналізу (гіпертрофована сором'язливість, надмірне само-

копирсання і самокартання тощо). Безперечно, це стає визначальною умовою та причиною психоемоційного вигорання дітей, причому значно інтенсивнішого і частішого, ніж в однолітків з підліткової популяції [6].

Д. Трунов трактує “синдром вигорання” як природній, нормальний процес, адже горіння людини як віддання себе – це один з найважливіших глобальних сенсів людського існування, оскільки лише в горінні людина проявляє себе для інших. Спектр “горіння” дуже розгорнутий, тому в принципі неважливо, в яких масштабах відбувається це горіння – у вигляді тління або палання. Дослідник апофеозно стверджує, що немає приватного “синдрому згорання”, а є тотальний процес Горіння Людини [7].

В. Бойко стверджує, що це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на обрані психотравмуючі чинники. На думку вченого, вигорання є своєрідним функціональним стереотипом, оскільки дозволяє людині дозувати й ощадливо витратити енергетичні ресурси. Водночас можуть виникати і дисфункційні наслідки, коли вигорання негативно позначається на виконанні професійної діяльності. Виокремлюється ціла низка компонентів, зокрема 1) *напруження*, яке характеризується відчуттям емоційної виснаженості, втоми, викликані власною професійною діяльністю; 2) *резистенція*, якій притаманні надмірне емоційне виснаження, що провокує виникнення та розвиток захисних реакцій, які роблять людину емоційно закритою, відстороненою, байдужою; 3) *виснаження*, якому властиві психофізична перевтома людини, спустошеність, нівелювання власних професійних досягнень, порушення професійних комунікацій, розвиток цинічного ставлення до тих, з ким доводиться спілкуватися з робочих питань, розвиток психосоматичних порушень тощо [2].

Дослідження синдрому емоційного вигорання не оминають проблеми встановлення та класифікації детермінаційного ряду, тобто вичленування системи тих факторів, що гальмують розвиток феномена (або сприяють його функціонуванню). Серед різноманітних соціально-психологічних та особистісних чинників Н. Водоп'янова, А. Серебрякова, О. Старченкова вичленовують три основні групи, що містять ризик для появи синдрому вигорання: особистісні, ситуативні і професійні.

Особистісні детермінанти – переживання несправедливості, самотності, соціальної незахищеності, соціально-економічної нестабільності, соціальної та міжособистісної ізоляції, неконструктивні моделі поведінки, високу мотивацію влади, “трудоголізм”,

слабку “Я-концепцію”, низький соціальний інтелект і насамперед емпатію, низьку професійну мотивацію.

Ситуативні чинники – соціальне порівняння й оцінки інших, несправедливість, нерівність взаємин, негативні, напружені або “холодні” стосунки з колегами і підлеглими, рольові конфлікти тощо.

Професійні фактори – когнітивно складні комунікації, емоційно насичене ділове спілкування, необхідність постійного саморозвитку і підвищення професійної компетентності, адаптація до нових людей, змінні професійні ситуації, пошук нових рішень, самоконтроль і вольове рішення, нецікава або нелюбима робота, бюрократизм і “паперова” робота, відсутність готових рішень, необхідність творчого пошуку тощо. Стверджується важлива роль ще однієї детермінанти, яка зумовлює синдром емоційного вигорання – наявність психологічно важкого й емоційно напруженого контингенту, з яким доводиться мати справу професіоналові у сфері спілкування (так звані важкі хворі, конфліктні покупці, “важкі” підлітки та ін.).

Т. Щербан, досліджуючи психологічні особливості навчального спілкування у контексті генетичної психології (за С. Максименком), наголошує на істотному значенні скоординованості когнітивних та емоційних факторів академічної комунікації, адже будь-які розлади цього складного процесу призводять до розбалансування системи позитивного психосоціального гомеостазу людини: від професійних функцій до сімейного мікроклімату. Зауважується, що молоді вчителі, адаптуючись до складної реальності навчально-виховного процесу сучасної української школи, зазнають психоемоційного вигорання та дезадаптації професійної діяльності. Нейтралізація впливу синдрому особистісного вигорання молодих учителів є одним з найважливіших завдань для шкільного психолога й адміністрації освітнього закладу [8].

Як вважає М. Скугаревська, на розвиток синдрому емоційного вигорання мають істотний вплив особистісні характеристики людини, зокрема з показниками психоемоційного виснаження корелюють, насамперед, такі риси особистості, що пов’язані з високим ступенем тривожності – низька емоційна стійкість, боязкість, підозрілість, фрустрованість, імпульсивність, схильність до відчуття провини тощо. Водночас дослідниця зазначає, що протилежні полюси цих особистісних рис, а також внутрішній локус контролю, щирість, доброта, домінантність, практичність, гнучкість, соціабельність, екстраверсія, незалежність можуть відігравати захисну роль при психоемоційному стресі. Дослідницею

було встановлено, що люди, які є неспокійні, чутливі, емпатійні, схильні до інтроверсії, з гуманістичним життєвим настановленням, схильні ототожнюватися з іншими, більше піддані цьому синдрому та зазнають відчутніших психоемоційних виснажень та особистісно-соціальних амортизацій [6].

З подібними твердженнями солідаризується В. Орел, який зазначає, що значною мірою все залежить від особистісних характеристик, насамперед таких, як низька самооцінка, високий нейротизм, тривожність [5].

За результатами проведеного розгалуженого дослідження окресленої проблематики Л. Кондрацькій вдалося з'ясувати, що серед зовнішніх факторів, які провокують психоемоційне вигорання підлітків, є такі: хронічна напружена психоемоційна діяльність, дестабілізуюча організація навчальної діяльності, підвищена відповідальність за виконуючі функції, неблагополучна психологічна атмосфера в родині та в школі, психологічно важкий контингент, з яким має справу підліток у сфері спілкування. До внутрішніх факторів, які зумовлюють емоційне вигорання, дослідниця відносить такі: схильність до емоційної ригідності, інтенсивна інтеріоризація (сприймання і переживання) обставин навчальної діяльності, моральні дефекти і дезорієнтація особистості. В цілому, вчена встановила, що у сучасних підлітків переважає помірний та низький реактивний тривожність і висока особистісна тривожність. Негативною тенденцією називається той фактор, що посилення у підлітків тривожності стимулює появу страхів, які є неодмінними супутниками невротичності і стресогенності особистості [3].

А. Амбрумова пропонує виділяти такі реакції на стрес, які подібні з ефектами "вигорання":

1. Реакція емоційного дисбалансу, тобто виразне превалювання негативної гами емоцій. Загальний фон настрою знижений. Людина відчуває почуття дискомфорту певного ступеня виразності. Крім широкого діапазону негативно забарвлених емоцій, реакція емоційного дисбалансу характеризується скороченням кола оточуючих.

2. Песимістична ситуаційна реакція, тобто явно виражена зміна світовідчуження, простежується похмурий забарвлення світогляду, суджень і оцінок, видозмінена й переструктурована система цінностей. Світ сприймається людиною в надто "чорних" тонах. Таке сприйняття викликає стійке зниження рівня оптимізму, що, зрозуміло, стає перешкодою на шляху до продуктивного планування діяльності на майбутнє. Реальне планування поступається

місцем похмурим прогнозам. Така скрутність власної волі чинить тиск на контрольованість подій, які змінюються, викликає вторинне зниження самооцінки, відчуття незначущості й неспроможності власних можливостей.

3. Ситуаційна реакція демобілізації, тобто різкі зміни в сфері контактів (від відмови від звичних контактів до їх значного обмеження) викликають стійкі, тривалі й болісні переживання самотності, безпорадності, безнадійності. Спостерігається також часткова відмова від діяльності. Практично людина уникає включення в будь-які сфери діяльності, крім найнеобхідніших, соціально контрольованих, до яких її спонукають встановлені й засвоєні правила та вимоги суспільства.

4. Ситуаційна реакція опозиції, тобто підвищення ступеня агресивності, зростання різкості негативних оцінок навколишніх людей та їхньої діяльності.

5. Ситуаційна реакція дезорганізації, тобто наявність три-вального компонента, на що вказують різноманітні види соматовегетативних проявів (гіпертонічні, судинно-вегетативні кризи, порушення сну тощо). Проте, незважаючи на схожість ефектів вигорання й професійних стресів, їх не слід ототожнювати, адже синдром емоційного вигорання, скоріше, є не різновидом стресу, а наслідком впливу комплексу стресогенних факторів [1].

Спільними соціально-психологічними показниками особистості з синдромом емоційного вигорання традиційно визнаються: вік, стать, сімейний стан, освітній рівень, стаж роботи, соціальне походження тощо. Констатується помітний зв'язок між мотивацією й психо-емоційним вигоранням, зокрема такі мотиви трудової діяльності, як задоволеність зарплатою, почуття власної значущості на робочому місці, професійне просування, самостійність, рівень контролю з боку керівництва та інші суттєво впливають на біосоціальну й психофізичну опірність емоційному вигоранню [3; 4; 5; 6; 7].

Існують наукові міркування про те, що до категорії людей з психоемоційним вигоранням належать особи з низьким рівнем емпатії та схильних до авторитаризму, що сюди можна зарахувати людей співчуваючих, гуманних, м'яких, захопливих, ідеалістів, орієнтованих на допомогу іншим, і одночасно нестійких, інтравертних, одержимих настирливою ідеєю (фанатичних), полум'яних, які легко солідаризуються тощо. Робляться спроби віднайдення кореляційних зв'язків синдрому вигорання з рівнем зарплати й матеріальної задоволеності, встановлення співмірностей між незадоволеністю професійним кар'єрним ростом і психо-емоційним виснаженням [4].



Попри визнання загальності впливу стресогенних та інших невротично-патогенних чинників на процес емоційного вигорання людини, все ж часто виводиться базовий, ключовий фактор – готовність особистості брати на себе або віддавати зовнішнім обставинам відповідальність за все, що відбувається в житті. Екстра-, інтра- та імунітивність характеру людини, рівень її інтернальності-екстернальності висуваються в ранг чільних детермінант процесу психоемоційного вигорання та визначають міру опірності організму людини його нівеляційному впливові [3; 4; 6].

Типовими симптомами емоційного вигорання є постійне почуття хронічної втоми навіть після вихідних днів, відпустки або зміни обстановки, перманентне переживання байдужості, афективного виснаження, знемоги, фрустрації та депресії. Синдром проявляється на рівні дегуманізації взаємин, насамперед у негативному й роздратованому ставленні до членів сім'ї, своїх колег і клієнтів, а також у неадекватному самосприйманні власних сімейних статусно-рольових позицій та у професійному плані – почуття зниження професійної майстерності, непотрібності, знехтуваності, недооціненості, аутсайдерстві тощо. Особистості з ознаками психоемоційного вигорання притаманні імпульсивність, поривчастість, істеричність, підвищена дратівливість, депресивність, схильність скаржитися на життя, тривожність і невпевненість у теперішньому та майбутньому, агресивні й автоагресивні тенденції.

Супутними ознаками психоемоційного виснаження можуть бути соматичні захворювання, зумовлені сімейними і службовими проблемами, адже нервова перенапруга й перевтома часто провокують чимало серйозних хвороб: аритмію, інсульт, інфаркт тощо. За такими клінічними симптомами, як болі в ділянці серця, шлунку, кишечника, проявами алергії, гормональними збоями й захворюваннями ендокринної системи можна відшукувати соматичні параметри й індикатори психоемоційного вигорання, адже організм людини чуйно реагує на тривалі стреси і неможливість відволіктися від нагальних і нав'язливо-невирішених проблем. Особливо негативний вплив має психоемоційне вигорання на особистість, яка проживає в режимі депривації та зазнає різнотипних обмежень для повноцінного задоволення потреб. Проблема істотно ускладнюється, коли в ракурсі наукової уваги постають депривовані діти, адже їхнє психоемоційне виснаження примножується відсутністю батьківської уваги й опіки.

*Висновки.* Вірогідність синдрому вигорання знижує особистісна орієнтація на співпрацю і компроміс, висока мотивація саморозвитку і професійного зростання, креативність підходу до

вирішення актуальних сімейних завдань, високий рівень комунікативних умінь, просоціальний життєвий тонус. Тому інтенсивне партнерське спілкування, підкріплення його сприятливими гедоністичними емоціями, адекватне самосприйняття, переробка й інтерпретація отримуваної інформації в позитивно-оптимістичному ракурсі, ухвалення активних рішень і дій є запорукою подолання синдрому психоемоційного вигорання.

Культивування стилю уникнення як пасивного відходу від вирішення конфліктів – теж не завжди доречна тактика і стратегія запобігання емоційному вигоранню. Потрібно практикувати інтенсивні поведінково-комунікативні підходи, насамперед “компроміс” і “співпраця”, адже очевидним фактом є визнання того, що використовувані в конфліктних ситуаціях поведінкові моделі “змагання” і “приспособлення” значно ближчі до вигорання, ніж співробітництво. Уміння генерувати нові ідеї міжособистісної співпраці, раціонально-координаційне мислення, високий рівень комунікативних умінь, гнучкість, ініціативність, креативність і оптимізм дозволять швидше подолати дестабілізаційні тенденції в сімейному психопросторі.

Амбівалентність особистих цілей і вартостей, низький рівень життєвих домагань, консерватизм, негнучкість моделей поведінки і ригідність у сімейному комунікативному просторі можуть розглядатися як персональні чинники вигорання. Заглиблена інтроверсія, низька самоповага, неадекватна самооцінка, занижена самооцінка, низький рівень емпатії, трудоголізм, певні мотиваційні проблеми дуже часто корелюють з особистісним виснаженням і психоемоційним вигоранням, а отже, потребують виважених профілактичних, консультаційних та корекційних втручань з метою нейтралізації їхніх соціопатогенних впливів.

#### Список використаних джерел

1. Амбрумова А.Г. О ситуационных реакциях у подростков в суицидологической практике / А.Г. Амбрумова, Е.М. Брано // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С.Корсакова. – 1985. – Т.85, вып.10. – С. 1557-1560.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций / В.В.Бойко. – СПб.: Питер, 2004. – 474 с.
3. Кондрацька Л.В. Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків: дис.... канд. психол наук : 19.00.07 / Лариса Вікторівна Кондрацька. – Х., 2008. – 249 с.
4. Водопьянова Н.Е. Синдром профессионального выгорания в управленческой деятельности / Н.Е.Водопьянова, А.Б.Сереб-

- рякова, Е.С.Старченкова // Вестник СПбГУ. – Сер. 6. – Вып. 2. – № 13. – 1997. – С. 83-91.
5. Орел В.Е. Феномен “выгорания” в зарубежной психологии: эмпирические исследования / В.Е.Орел // Психологический журнал. – 2001. – Т.22. – №1. – С. 90-101.
  6. Скугаревская М.М. Синдром эмоционального выгорания / М.М.Скугаревская // Медицинские новости. – 2002. – №7. – С.3-9.
  7. Трунов Д.Г. “Синдром сгорания”: позитивный подход к проблеме / Д.Г.Трунов// Журнал практического психолога. – 1998. – № 8. – С. 84–89.
  8. Щербан Т.Д. Психологія навчального спілкування: монографія / Т.Д.Щербан. – К. : Міленіум, 2004. – 346 с.

The article deals with the psychological features of the emotional burnout of person. Basic essential signs and symptoms of the psycho emotional burnout are predetermined, principles of its negative influence on personality activity are considered.

**Keywords:** personality, emotional disorders, emotional burnout, symptoms of psycho emotional burnout.

*Отримано: 22.02.2011*

**УДК 159.922.8**

*Т.Ю. Бубряк*

## **ДЕЯКІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМОІДЕНТИЧНОСТІ**

Представлене дослідження присвячено актуальним проблемам – дослідження самоідентичності. У статті проведений психологічний аналіз проблеми самоідентичності, доведено її складність, неоднозначність трактувань, з’ясовано сутність і структуру самоідентичності, розкрито значення її формування, щодо розвитку особистості. Проведено порівняння результатів теоретичних досліджень зарубіжних і вітчизняних науковців з даної проблеми.

**Ключові слова:** самоідентичність, самоідентифікація, особистісно-професійна самоідентичність.

Представленное исследование посвящено актуальным проблемам – исследованию самоидентичности. В статье проведен психологический анализ проблемы самоидентичности, показал её сложность, неодно-