

УДК 159.942.5

Л. Н. Молчанова

ББК 88.4

*Доктор психологических наук***ЗАКОНОМЕРНОСТИ ТРАНСФОРМАЦИИ СОСТОЯНИЯ
ПСИХИЧЕСКОГО ВЫГОРАНИЯ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ ПРОФЕССИЙ**

В статье эмпирически доказаны закономерности трансформации состояния психического выгорания в личностные свойства у представителей экстремальных профессий. В фазе «истощение» состояния психического выгорания выявлены высокая интеграция взаимосвязей его структурных элементов между собой и с личностными свойствами, проявления безответственности и неорганизованности, влияние психического выгорания на личностные свойства.

Ключевые слова: закономерности, структурно-динамические изменения, трансформация, состояние психического выгорания, личностные свойства

L. N. Molchanova

*Doctor of psychological sciences***TRANSFORMATION OF THE MENTAL BURNOUT THE
WORKERS OF EXTREME PROFESSIONS**

Article empirically proven transformation of the mental burnout in the personal properties of the workers of extreme professions. In the phase of «exhaustion» of the state of mental burnout revealed high integration linkages its structural elements among themselves and with personality properties, the manifestation of irresponsibility and lack of organization, the impact of mental burnout on personal characteristics.

Key words: regularities, structural and dynamic changes, transformation, mental burnout, personal characteristics

Анализ степени разработанности проблемы динамики психических состояний, их взаимоотношений с психическими свойствами свидетельствует о том, что на сегодняшний день имеются доказательства влияния психических свойств на формирование психических состояний [2, 6-8, 10]. Мало исследованными остаются аспекты влияния психических состояний на психические свойства [6], трансформация одних состояний в другие [4, 7], трансформация психических состояний в личностные свойства, черты [1, 3, 7].

Учитывая результаты исследований А. О. Прохорова [6-8] о существовании взаимосвязей между психическими состояниями и свойствами, и следуя структурно-процессуальной логике, мы выдвинули предположение о том, что с каждым переходом из одной фазы в другую состояния психического выгорания проявляется, с одной стороны, усиление взаимосвязей между всеми его структурными элементами, а с другой – взаимосвязей структурных элементов с психическими свойствами, отмечается дифференцированность

психических свойств состоянием психического выгорания. Первая фаза («напряжение») характеризуется невысокой степенью интегрированности структурных элементов «эмоциональное истощение», «деперсонализация» и «редукция личных достижений» как между собой, так и с личностными свойствами – моральной нормативностью и самодисциплиной. При переходе во вторую фазу («резистенция») степень интегрированности структурных элементов увеличивается. В фазе «истощение» состояния психического выгорания ожидается наличие самой высокой степени интегрированности взаимосвязей его структурных элементов между собой и с психическими свойствами, влияние высокой выраженности состояния психического выгорания на проявления личностных свойств, что может привести к его трансформации в другую группу психических явлений – личностные свойства. Закономерности трансформации состояния психического выгорания в личностные свойства (моральную нормативность (безответственность) и самодисциплину (неорганизованность)) понимаем как повторяющиеся в каждой фазе его структурно-динамические изменения.

Изучение общих и специфических закономерностей трансформации состояния психического выгорания у представителей экстремальных профессий осуществлялось на базах подразделений МЧС г. Курска и Курской области, где с использованием методик «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко [5] и опросника психического выгорания А. А. Рукавишникова [9] были обследованы 90 спасателей со стажем деятельности $7,67 \pm 4,62$ лет, имеющие средний возраст $34,55 \pm 8,78$ лет. Градация выборки испытуемых осуществлялась с учетом длительности профессиональной деятельности (до 5 лет, от 5 до 10 лет, свыше 10 лет) и образовательного уровня. При этом были выделены группы, состоящие из пожарных (62 человека) и командиров отделений (28 человек) с различными этапами длительности профессиональной деятельности: до 5 лет, от 5 до 10 лет и свыше 10 лет.

Средние значения показателей состояния психического выгорания у спасателей МЧС, полученных по методике «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В. В. Бойко [5], соответствуют уровню диагностируемых значений у пожарных в фазах «резистенция»: $X_{\text{ср.}} = 39,88 \pm 4,24$ и «истощение»: $X_{\text{ср.}} = 38,00 \pm 2,87$ (в фазе «напряжение» – $X_{\text{ср.}} = 33,31 \pm 3,82$), что свидетельствует о его возникновении, а также у командиров отделений пожарных служб в фазах «напряжение»: $X_{\text{ср.}} = 38,00 \pm 3,31$ и «резистенция»: $X_{\text{ср.}} = 49,88 \pm 3,93$ (в фазе истощение – $X_{\text{ср.}} = 32,88 \pm 3,28$). Полученные результаты демонстрируют истощение

психоэмоциональных ресурсов пожарных, а также сопротивление психотравмирующим обстоятельствам профессиональной деятельности.

Сравнительный анализ средних значений показателей состояния психического выгорания у пожарных и командиров отделений пожарных служб указал на значимость различий в уровнях выраженности в фазах «напряжение» ($U_{\text{эмп.}}=00,0^*$ при $p = 0,020$) и «истощение» ($U_{\text{эмп.}}=1,5^*$ при $p = 0,042$). Таким образом, пожарные испытывают более выраженное истощение психоэмоциональных и энергетических ресурсов, а командиры отделений пожарных служб – напряженность, связанную с условиями и содержанием профессиональной деятельности.

Изучение динамики состояния психического выгорания у спасателей с различной длительностью профессиональной деятельности указало на отсутствие значимости различий в уровнях выраженности средних значений показателей фаз «напряжение» и «резистенция», «резистенция» и «истощение» состояния психического выгорания на всех этапах длительности профессиональной деятельности у пожарных и командиров отделений пожарных служб, что свидетельствует о совпадении, а, значит, и соотносимости фаз состояния психического выгорания с этапами длительности профессиональной деятельности (см. таблицы 1, 2). Другими словами, длительность профессиональной деятельности проецируется на процесс трансформации состояния психического выгорания у спасателей МЧС.

Таблица 1

Средние значения значимость различий показателей состояния психического выгорания пожарных с различной длительностью профессиональной деятельности
(критерий U-Манна-Уитни, $p \leq 0,05$; $U_{\text{эмп.}} \neq U_{\text{кр.}}$)

Этапы длитель -ности	Фаза						«напряжение»– «резистенция»		«резистенция»– «истощение»	
	«напряжение»		«резистенция»		«истощение»					
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качест - венны й	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$			Качест - венны й	$U_{\text{эмп.}}$	p	$U_{\text{эмп.}}$	p
До 5 лет	28,33 ± 4,50	Не сформ и- рована	40,33 ± 4,36	В стади и форми - рован ия	38,00 ± 2,73	В стади и форми - рован ия	-	-	-	-
От 5	40,67	В	46,50	В	37,00	В	-	-	-	-

до 10 лет	± 2,99	стадии и формы - рования	± 4,50	стадии и формы - рования	± 2,81	стадии и формы - рования				
Свыше 10 лет	29,75 ± 2,92	Не сформирована	29,25 ± 3,10	Не сформирована	39,5 ± 3,42	В стадии и формы - рования	-	-	-	-

Таблица 2

Средние значения и значимость различий показателей состояния психического выгорания командиров отделений пожарных служб с различной длительностью профессиональной деятельности (критерий U-Манна-Уитни, $p \leq 0,05$; $U_{\text{эмп.}} \neq U_{\text{кр.}}$)

Этапы длительности	Фаза						«напряжение» – «резистенция»		«резистенция» – «истощение»	
	«напряжение»		«резистенция»		«истощение»		$U_{\text{эмп}}$	p	$U_{\text{эмп}}$	p
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный				
До 5 лет	40,33 ± 2,69	В стадии формы - рования	50,67 ± 4,52	В стадии формы - рования	34,33 ± 1,80	Не сформирована	-	-	-	-
От 5 до 10 лет	36,67 ± 4,20	Не сформирована	56,33 ± 3,61	В стадии формы - рования	38,33 ± 3,80	В стадии формы - рования	-	-	-	-
Свыше 10 лет	36,5 ± 3,03	Не сформирована	39,00 ± 3,361	В стадии формы - рования	22,5 ± 2,80	Не сформирована	-	-	-	-

Исследование структурных элементов состояния психического выгорания у спасателей МЧС осуществлялось с использованием опросника психического выгорания А. А. Рукавишникова [9] и указало на средний уровень выраженности структурного элемента «психоэмоциональное

истощение» и у пожарных ($X_{\text{ср.}}=24,02\pm5,13$), и у командиров отделений пожарных служб ($X_{\text{ср.}}=33,02\pm5,55$). Средние значения структурного элемента «личностное отдаление» соответствуют среднему уровню выраженности у пожарных Π ($X_{\text{ср.}}=21,61\pm6,21$) и высокому уровню выраженности – у командиров отделений пожарных служб ($X_{\text{ср.}}=24,85\pm2,78$). Средний уровень выраженности структурного элемента «профессиональная мотивация» зарегистрирован у командиров отделений пожарных служб ($X_{\text{ср.}}=21,88\pm4,33$), а высокий уровень – у пожарных ($X_{\text{ср.}}=25,00\pm3,4$).

Изучение динамики структурных элементов состояния психического выгорания в его различных фазах у спасателей МЧС предусматривало наличие полной соотносимости фаз состояния психического выгорания с этапами длительности профессиональной деятельности. В связи с этим из числа пожарных и командиров отделений пожарных служб, в зависимости от этапов длительности профессиональной деятельности, были сформированы по три группы, между которыми в дальнейшем осуществлялось сравнение.

Проведенный с помощью критерия U-Манна-Уитни попарный сравнительный анализ средних значений показателей структурных элементов состояния психического выгорания у спасателей МЧС в его различных фазах позволил установить следующие общие тенденции в его динамике (см. таблицы 3, 4):

Таблица 3

Средние значения и значимость различий показателей структурных элементов состояния психического выгорания пожарных в его различных фазах (U-критерий Манна-Уитни, $p \leq 0,05$; $U_{\text{эмп.}} \Pi U_{\text{кр.}}$)

Фазы выгорания Структурные элементы	Фаза «напряжение» (1)				Фаза «резистенция» (2)				Фаза «истощение» (3)			
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный	(1)-(2)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный	(2)-(3)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Качественный	(1)-(3)	
			$U_{\text{эмп.}}$	p			$U_{\text{эмп.}}$	p			$U_{\text{эмп.}}$	p
«психологическое истощение»	8,91 $\pm$ 7,73	Крайне низкий уровень выраженности	6,5*	0,016	20,80 $\pm$ 4,32	Низкий уровень выраженности	113,5*	0,036	42,35 $\pm$ 3,35	Высокий уровень выраженности	15,0*	0,0004

«личностное отдаление»	12,55 ± 6,19	Низ- кий уро- вень выра- жен- ност и	10,0*	0,046	20,00 ± 3,39	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	814,5*	0,044	32,27 ± 9,04	Высо- - кий уро- вень выра- жен- ност и	11,0*	0,000 2
«профессиональная мотивация»	21,83 ± 3,45	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	42,0*	0,035	23,36 ± 3,34	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	5,0*	0,010	29,80 ± 3,41	Высо- - кий уро- вень выра- жен- ност и	2,0*	0,002

* - значимость различий

Таблица 4

Средние значения и значимость различий показателей структурных элементов состояния психического выгорания командиров отделений пожарных служб в его различных фазах
(U-критерий Манна-Уитни, $p \leq 0,05$; $U_{\text{эмп.}} \geq U_{\text{кр.}}$)

Фазы выго- ра- ния Струк- турны е элеме- нты	Фаза «напряжение» (1)				Фаза «резистенция» (2)				Фаза «истощение» (3)			
	$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Каче- ст- вен- ный	(1)-(2)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Каче- ст- вен- ный	(2)-(3)		$X_{\text{ср.}} \pm \sigma_x$	Каче- ст- вен- ный	(1)-(3)	
			$U_{\text{эмп.}}$	p			$U_{\text{эмп.}}$	p			$U_{\text{эмп.}}$	p
«психоэмоциональное истощение»	20,80 ± 9,09	Низ- кий уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,025	31,00 ± 1,00	Высо- - кий уро- вень выра- жен- ност и	10,00*	0,034	47,25 ± 6,55	Высо- - кий уро- вень выра- жен- ност и	0,00*	0,014
«личностное отдаление»	27,20 ± 6,30	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,025	34,33 ± 2,52	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	50,0*	0,034	40,00 ± 8,21	Высо- - кий уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,014

«профессиональная мотивация»	15,80 ± 8,58	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,025	20,33 ± 1,15	Сред- ний уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,032	29,50 ± 3,26	Высо- кий уро- вень выра- жен- ност и	0,0*	0,014
---------------------------------	--------------------	--	------	-------	--------------------	--	------	-------	--------------------	--	------	-------

* – значимость различий

средние значения показателей структурных элементов «профессиональная мотивация» состояния психического выгорания в фазе «напряжение» и «личностное отдаление» в фазе «резистенция» соответствуют среднему уровню выраженности, а в фазе «истощение» – высокому; в фазе «истощение» зарегистрирован высокий уровень выраженности средних значений показателей; нарастание уровня выраженности средних значений показателей структурных элементов «психоэмоциональное истощение», «личностное отдаление», «профессиональная мотивация» во всех фазах состояния психического выгорания и достижение максимальных значений в фазе «истощение»; динамика структурных элементов состояния психического выгорания в фазах «напряжение» и «резистенция» носит гетерохронный характер. В фазе «напряжение» выявлен следующий порядок его возникновения. У пожарных, в отличие от командиров отделений пожарных служб, первым и единственным структурным элементом, достигшим уровня диагностируемых значений, выступает «профессиональная мотивация» (см. таблицу 3). У командиров отделений пожарных служб структура состояния психического выгорания двухкомпонентная, представленная элементами «профессиональная мотивация» и «личностное отдаление», появляющимися синхронно (см. таблицу 4). В фазе «резистенция» наблюдается следующий порядок возникновения структурных элементов: и у пожарных, и у командиров отделений пожарных служб первыми, синхронно возникающими структурными элементами, выступают «профессиональная мотивация» и «личностное отдаление». Далее у командиров отделений пожарных служб, в отличие от пожарных, в данной фазе зарегистрировано появление структурного элемента «психоэмоциональное истощение» (см. таблицу 4); статистически значимые различия в уровнях выраженности средних значений показателей всех структурных элементов состояния психического выгорания во всех его фазах (см. таблицы 3, 4).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что при увеличении

длительности профессиональной деятельности (с каждым переходом из одной фазы в другую состояния психического выгорания) значимо усиливается по сравнению с предыдущей фазой уровень истощения эмоциональных, физических и энергетических ресурсов спасателей МЧС, характеризующийся снижением эмоционального фона, равнодушным или эмоциональным перенасыщением. Также значимо увеличивается уровень дезадаптации, проявляющейся в повышении раздражительности и нетерпимости в ситуациях общения, негативизме по отношению к коллегам и клиентам. Вместе с тем значимо уменьшается интерес к работе, возрастает ощущение своей профессиональной некомпетентности.

Изучение динамики взаимосвязей структурных элементов состояния психического выгорания между собой и с показателями личностных свойств в его различных фазах у спасателей МЧС осуществлялось с использованием корреляционного анализа, по результатам которого были выявлены следующие общие закономерности: взаимосвязи показателей структурных элементов состояния психического выгорания отличаются во всех его фазах по тесноте и уровню значимости; в фазе «напряжение» выявлена высокосignификантная корреляционная взаимосвязь между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление» у пожарных ($r=0,82^{**}$), а у командиров отделений пожарных служб – ($r=0,79^{**}$); в фазе «резистенция» установлены значимые и высокосignификантные корреляционные взаимосвязи между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление» ($r=0,83^{**}$), «личностное отдаление» и «профессиональная мотивация» ($r=0,72^{*}$) у пожарных, а также между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление» ($r=0,83^{**}$), «личностное отдаление» и «профессиональная мотивация» ($r=0,75^{*}$) у командиров отделений пожарных служб; в фазе «истощение» высокосignификантные корреляционные взаимосвязи обнаружены между всеми структурными элементами состояния психического выгорания. Так у пожарных и командиров отделений пожарных служб в данной фазе коэффициент корреляции между элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление» имеет значение, равное $0,87^{**}$ и $0,85^{**}$ соответственно. Между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «профессиональная мотивация» у пожарных достигает значения $0,79^{**}$, а у командиров отделений пожарных служб – $0,76^{**}$. Между структурными элементами «профессиональная мотивация» и «личностное отдаление» у пожарных выявлено значение, равное $0,85^{**}$, а у командиров отделений пожарных служб

– значение коэффициента корреляции, равное 0,82^{**}; самые тесные взаимосвязи во всех трех фазах фиксируются между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление»; с каждым переходом из одной фазы в другую состояния психического выгорания проявляется усиление взаимосвязей между структурными элементами «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление», «личностное отдаление» и «профессиональная мотивация»; степень интегрированности взаимосвязей показателей структурных элементов состояния психического выгорания между собой и со свойствами саморегуляции (моральной нормативностью и самодисциплиной) является самой высокой в фазе «истощение» (см. таблицы 5, 6).

Таблица 5

Значимые корреляции показателей элементов состояния психического выгорания и личностных свойств пожарных в фазе «истощение»

Наименование показателя	ПИ	ЛО	ПМ	ОИВ
G	-0,77 ^{**}	-0,81 ^{**}	-0,72 ^{**}	-0,79 [*]
Q3	-0,82 ^{**}	-0,80 [*]	-0,67 ^{**}	-0,81 [*]

Таблица 6

Значимые корреляции показателей элементов состояния психического выгорания и личностных свойств командиров отделений пожарных служб в фазе «истощение»

Наименование показателя	ПИ	ЛО	ПМ	ОИВ
G	-0,89 ^{**}	-0,91 ^{**}	-0,87 ^{**}	-0,89 [*]
Q3	-0,83 ^{**}	-0,80 [*]	-0,83 [*]	-0,85 [*]

Условные обозначения:

G – моральная нормативность

Q3 – самодисциплина

ПИ – психоэмоциональное истощение

ЛО – личностное отдаление

ПМ – профессиональная мотивация

*, ** – статистическая значимость

Анализ средних значений показателей личностных свойств, полученных с помощью 16-факторного личностного опросника Р. Кэттелла [5] у спасателей МЧС (пожарных, командиров отделений пожарных служб) в различных фазах состояния психического выгорания, указал на следующие общие тенденции в фазе «истощение»: низкий уровень выраженности свойств саморегуляции (у пожарных $X_{cp.}(G) = 3,73 \pm 0,88$ и $X_{cp.}(Q_3) = 3,93 \pm 0,88$; у командиров отделений пожарных служб $X_{cp.}(G) = 2,33 \pm 0,98$ и $X_{cp.}(Q_3) =$

2,20±0,86), что свидетельствует о проявлениях безответственности и неорганизованности; статистическую достоверность различий в уровнях выраженности моральной нормативности: $U_{\text{эмп.}} = 4,5^*$ при $p=0,022$ и самодисциплины $U_{\text{эмп.}} = 2,0^*$ при $p=0,007$ у пожарных; у командиров отделений пожарных служб: моральной нормативности: $U_{\text{эмп.}} = 3,0^*$ при $p=0,003$ и самодисциплины $U_{\text{эмп.}} = 4,0^*$ при $p=0,006$, что свидетельствует о влиянии психического выгорания на возникновение безответственности и неорганизованности.

Итак, состояние психического выгорания у спасателей МЧС характеризуется одинаковыми тенденциями и закономерностями структурно-динамических изменений в фазе «истощение»: значимо высоким уровнем выраженности структурного элемента «психоэмоциональное истощение», самыми тесными и интегрированными взаимосвязями структурных элементов «психоэмоциональное истощение» и «личностное отдаление», самыми интегрированными взаимосвязями всех структурных элементов между собой и со свойствами саморегуляции (моральной нормативностью и самодисциплиной), влиянием психического выгорания на возникновение безответственности и неорганизованности. Все это свидетельствуют о трансформации состояния психического выгорания в данной фазе в свойства саморегуляции (безответственность и неорганизованность). При этом длительность профессиональной деятельности специфицирует процесс трансформации состояния психического выгорания у спасателей МЧС, определяя гетерохронный порядок возникновения его структурных элементов в фазах «напряжение» и «резистенция».

ЛИТЕРАТУРА

1. Ильин, Е.П. Психофизиология состояний человека / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2005. – 412 с.
2. Левитов, Н.Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М., 1964. – С.18-21; 34-35.
3. Некрасова, Ю.Б. О психических состояниях, их диагностике, управлении и направленном формировании / Ю. Б. Некрасова // Вопросы психологии. – 1994. – № 6. – С. 37-41.
4. Платонов, К.К. Система психологии и теория отражения / К. К. Платонов. – М.: Наука, 1982. – 309 с.
5. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2007. – 672 с.
6. Прохоров, А.О. Психические состояния и их функции / А. О. Прохоров. – Казань: Из-во Казанского ун-та, 1994. – 146 с.

7. Прохоров, А.О. Психология неравновесных состояний / А. О. Прохоров. – М.: Наука, 1998. – 152 с.
8. Прохоров, А.О. Функциональные структуры психических состояний / А. О. Прохоров // Психологический журнал. – 1996. – Т.17, № 3. – С. 9-17.
9. Рукавишников, А.А. Опросник «психического выгорания» для учителей / А. А. Рукавишников. – Ярославль: НЦП «Психодиагностика», 2001. – 14 с.
10. Цагарелли, Е.Б. Личностные детерминанты неравновесных психических состояний: дис. ... канд. психол. наук / Е. Б. Цагарелли. – Казань, 2003. – 188 с.

REFERENCES

1. Il'in E.P. *Psikhofiziologiya sostoianii cheloveka* [Psychophysiology of human states]. Saint Petersburg, Piter, 2005. 412 p.
2. Levitov, N.D. *O psikhicheskikh sostoianiiakh cheloveka* [About the mental state of man]. Moscow, 1964, pp.18-21; 34-35.
3. Nekrasova Iu.B. About mental States, their diagnosis, management, and directed the formation. *Voprosy psikhologii - Questions of psychology*, 1994, no.6. pp. 37-41 (in Russian).
4. Platonov K.K. *Sistema psikhologii i teoriia otrazheniia* [System of psychology and theory of reflection]. Moscow, Nauka, 1982. 309 p.
5. *Prakticheskaiia psikhodiagnostika. Metodiki i testy. Uchebnoe posobie* [Practical psychodiagnostics. Methods and tests. The tutorial]. Samara, Izdatel'skii Dom «BAKhRAKh-M», 2007. 672 p.
6. Prokhorov A.O. *Psikhicheskie sostoianiiia i ikh funktsii* [Psychological States and their functions]. - Kazan, Iz-vo Kazanskogo un-ta, 1994. 146 p.
7. Prokhorov A.O. *Psikhologiya neravnovesnykh sostoianii* [Psychology of nonequilibrium States]. Moscow, Nauka, 1998. 152 p.
8. Prokhorov A.O. Functional structure of mental states. *Psikhologicheskii zhurnal - Psychological journal*, 1996, V.17, no.3. p. 9-17 (in Russian).
9. Rukavishnikov, A.A. *Oprosnik «psikhicheskogo vygoraniia» dlia uchitelei* [Questionnaire "mental burnout" for teachers]. Yaroslavl, Psikhodiagnostika, 2001. 14 p.
10. Tsagarelli, E.B. *Lichnostnye determinanty neravnovesnykh psikhicheskikh sostoianii: Diss. ... kand. psikhol. nauk* [Personal determinants of nonequilibrium mental States: Diss. ... Cand. psychol. science]. Kazan, 2003. 188 p.

Информация об авторе

Молчанова Людмила Николаевна (Россия, г. Курск) – Доктор психологических наук, старший преподаватель кафедры социальной работы. Курский государственный медицинский университет. E-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Information about the author

Molchanova Liudmila Nikolaevna (Russia, Kursk) – Doctor of psychological sciences, senior lecturer in social work. Kursk State Medical University. E-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru