

## СПЕЦИФИКА СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ЛИЧНОСТИ С ПСИХИЧЕСКИМ ВЫГОРАНИЕМ

**А.А. Шевченко**

*Челябинский государственный педагогический университет, г. Челябинск  
Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск*

Раскрываются особенности смысловых ориентаций личности, характеризующейся психическим выгоранием различного уровня. Целью практического исследования стало выявление универсальных и профессионально-специфических взаимосвязей смысловых ориентаций личности и компонентов психического выгорания у представителей коммуникативных и производственных профессий. В исследовании для измерения выгорания применялись адаптированные методики «МВІ», «МВІ – GS» и тест «Смысловые ориентации» Д.А. Леонтьева. Расчёт коэффициента линейной корреляции г-Пирсона осуществлялся в программе SPSS. Результаты показали, что низкие показатели выгорания сохраняются через поддержание смысла деятельности независимо от профессиональной группы. Профессиональные отличия проявляются в том, что представители коммуникативных профессий склонны к поддержанию смысла деятельности через профессиональную успешность, а работники производственной сферы – через дегуманизацию отношений.

*Ключевые слова: психическое выгорание; смысловые ориентации; коммуникативные профессии; производственные профессии.*

Интерес к проблеме психического выгорания обусловлен тем мощным негативным влиянием, которое оно способно оказывать на личность и деятельность профессионала. Изначально наиболее остро последствия этого влияния ощущались у представителей коммуникативных профессий, которым по роду деятельности приходится сталкиваться с проблемами и трудностями человека (у учителей, медицинского персонала, социальных работников, работников правоохранительных органов, психологов и т. д.).

В последние годы наблюдается прогресс в изучении психического выгорания, что выражается в его изучении с позиций системного подхода (Орел, 2005), увеличении исследований на представителях профессиональных групп, не связанных частыми межличностными контактами (Буянкина, 2011; Картавая, 2009; Орел, 2005; Сечко, 2006; Шевченко, 2012). Однако отмечаются и проблемы в изучении выгорания: нет четкой дифференциации его с такими явлениями, как «профессиональная деформация» и «профессиональные деструкции»; практически отсутствуют сравнительные данные о взаимосвязи выгорания с различными личностными конструктами (в том числе жизненными целями и ценностями) у представителей коммуникативных и других профессиональных групп.

Проблема выделения выгорания как самостоятельного психического явления и нахождения его специфичности в ряду других явлений объясняется тем, что в настоящее время нет однозначной трактовки самого термина. Несмотря на большое число определенных психического выгорания, можно выделить общие для них моменты:

1) выгорание рассматривается как процесс психоэмоционального, физического и умственного истощения (Maslach, 2003; Гришина, 1997; Руковишников, 2001);

2) условием его возникновения является сложная, эмоционально насыщенная ситуация, длительный стресс и т. д. (Fredenberger, 1974; Гришина, 1997; Водопьянова, 2005; Савина, 2009);

3) наличие деструктивного влияния выгорания на личность, появление негативных установок, снижение мотивации и самооценки (Maslach, 2003; Руковишников, 2001; Савина, 2009);

4) социальная природа выгорания, т.к. его возникновение связано с интенсивным, избыточным профессиональным общением с другими людьми (Fredenberger, 1974; Скугаревская, 2002; Водопьянова, 2005; Гришина, 1997);

5) высокая частота встречаемости и психически здоровых людей (Fredenberger, 1997; Руковишников, 2001).

Согласно выделенным выше общим при-

## Краткие сообщения

знакам, наиболее полной, на наш взгляд, дефиницией выгорания является предложенное Н.С. Савиной (2009) определение: «устойчивое, прогрессирующее, негативно окрашенное психологическое явление, характеризующееся психоэмоциональным истощением, развитием дисфункциональных установок и поведения, потерей профессиональной мотивации, и проявляющееся у лиц, не страдающих патологией в ответ на длительные профессиональные стрессы». В дальнейшем это определение будет использоваться в качестве рабочего.

Целью практического исследования стало выявление универсальных и профессионально-специфических взаимосвязей смысложизненных ориентаций (СЖО) личности и компонентов психического выгорания (ПВ) у представителей коммуникативных и производственных профессий.

Для решения цели были поставлены задачи:

1) выявить корреляционные взаимосвязи между компонентами ПВ и СЖО личности у представителей коммуникативных профессий с разным уровнем выгорания;

2) выявить корреляционные взаимосвязи между компонентами ПВ и СЖО и у представителей профессий производственной сферы, характеризующихся разным уровнем выгорания;

3) выявить универсальные и специфические для каждой профессиональной группы корреляционные взаимосвязи между компонентами психического выгорания и смысложизненными ориентациями.

Для реализации поставленной цели использовались методики:

Характеристики проявлений психического выгорания исследовались с помощью:

1) Методика «МБИ» («Maslach Burnout Inventory»), разработанная С. Maslach и S. Jacson, в адаптации Н.Е. Водопьяновой, Е.С. Старченковой и используемая для изучения представителей коммуникативных профессий) (2005);

2) Методика «МБИ – GS» («Maslach

Burnout Inventory General Survey») С. Maslach и S. Jacson, в адаптации В.Е. Орла (2005), используемая для изучения представителей производственных профессий.

Характеристики проявлений смысложизненных ориентаций исследовались с помощью методики «Смысложизненные ориентации» (Тест «СЖО», Д.А. Леонтьев, 2000).

В исследовании приняли участие представители коммуникативных (315 человек) и производственных профессий (159 человек). По результатам тестирования все участники в каждой выборке были разделены на три подгруппы: профессионалы с высоким, средним и низким уровнем выгорания.

Для выявления значимости различий в распределении результатов обследования специалистов с разным уровнем выгорания и определения возможности сопоставления результатов был использован критерий  $\phi^*$  – угловое преобразование Фишера. Результаты математической обработки данных представлены в табл. 1.

Между значениями изучаемых показателей в группах представителей коммуникативных и производственных профессий не обнаружено статистически значимых отличий в размере доли участников с разным уровнем выгорания. Следовательно, результаты обеих групп подходят для дальнейшего сравнения статистик.

При решении первой задачи использовался коэффициент линейной корреляции г-Пирсона (табл. 2).

При различных уровневых характеристиках выгорания обнаружены значимые прямые корреляционные связи показателей профессиональной успешности со всеми показателями смысложизненных ориентаций. В группе с высоким уровнем выгорания выявлены значимые положительные корреляционные связи показателей профессиональной успешности со шкалами «цели в жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь» и об-

Таблица 1

Распределение специалистов с разным уровнем выгорания в группах представителей коммуникативных и производственных профессий

Профессиональная группа	Уровень выгорания		
	Высокий	Средний	Низкий
Представители коммуникативных профессий	93	129	93
Представители производственных профессий	49	53	57
$\phi^*$ угловое преобразование Фишера	0,29	1,61	1,38

Таблица 2

Значения коэффициентов корреляций показателей компонентов психического выгорания и смысловых ориентаций у представителей коммуникативных профессий в группах с разным уровнем выгорания

Шкала методики	Группы испытуемых с различным уровнем выгорания								
	Высокий			Средний			Низкий		
	Шкала выгорания			Шкала выгорания			Шкала выгорания		
	ЭИ	Д	РПД	ЭИ	Д	РПД	ЭИ	Д	РПД
Ц	0,153	-0,108	0,449**	-0,045	0,037	0,317**	-0,029	-0,078	0,300**
П	0,105	-0,034	0,431**	-0,036	0,133	0,192*	-0,230*	-0,070	0,447**
Р	0,049	-0,063	0,441**	-0,167*	0,069	0,184*	-0,092	0,049	0,398**
ЛК-Я	0,127	-0,166	0,523**	-0,033	0,076	0,252**	-0,040	-0,119	0,223*
ЛК-Ж	0,057	-0,101	0,481**	-0,039	0,099	0,278**	-0,071	-0,075	0,383**
ОЖ	0,112	-0,111	0,548**	-0,056	0,083	0,310**	-0,133	-0,113	0,461**

Примечания. Здесь и далее:

1. Характеристики групп: ВУВ – группа с высоким уровнем выгорания; СУВ – группа со средним уровнем выгорания; НУВ – группа с низким уровнем выгорания.

2. Шкалы методики СЖО: ОЖ – общий показатель осмысленности жизни; Ц – цели в жизни; П – процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни; Р – результативность жизни или удовлетворенность самореализацией; ЛК-Я – локус контроля – Я; ЛК-Ж – локус контроля – жизнь или управляемость жизнью.

3. Характеристики компонентов психического выгорания: ЭИ – эмоциональное истощение; Д – деперсонализация; РПД – редукция профессиональных достижений.

4. Характеристики достоверности различий: \* – на уровне статистической значимости  $p < 0,05$ ; \*\* – на уровне статистической значимости  $p < 0,01$ .

шим показателем «осмысленность жизни» ( $r = 0,449$ ;  $r = 0,431$ ;  $r = 0,441$ ;  $r = 0,523$ ;  $r = 0,481$  и  $r = 0,548$  при  $p \leq 0,01$  соответственно). В группе со средним уровнем выгорания выявлены значимые положительные корреляционные связи показателей профессиональной успешности со шкалами «цели в жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь», общий показатель «осмысленность жизни», «процесс жизни», «результативность жизни» ( $r = 0,317$ ;  $r = 0,252$ ;  $r = 0,278$ ;  $r = 0,310$  при  $p \leq 0,01$  и  $r = 0,192$  и  $r = 0,184$  при  $p \leq 0,05$  соответственно). В группе с низким уровнем выгорания выявлены значимые положительные корреляционные связи показателей профессиональной успешности со шкалами «цели в жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля – жизнь», общим показателем «осмысленность жизни» и «локус контроля – Я»  $r = 0,300$ ;  $r = 0,447$ ;  $r = 0,398$ ;  $r = 0,383$ ;  $r = 0,461$  при  $p \leq 0,01$  и  $r = 0,223$  при  $p \leq 0,05$  соответственно). Полученные данные свидетельствуют, что высоким значениям по всем шкалам СЖО – «цели в жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь» соответствуют высокие значения по шкале «профессиональная успешность» в подгруппах представителей коммуникативных профессий с разным уровнем

выгорания. Представители этой профессиональной группы сохраняют профессиональную успешность при условии осмысленности жизни – независимо от уровня их выгорания. Осмысленность жизни взаимосвязана с профессиональной успешностью, но не определяет уровень выгорания, и выгорать могут профессионалы как с высокими, так и с низкими показателями осмысленности.

Значимых корреляций между показателями деперсонализации и смысловыми ориентациями не обнаружено. Очевидно, что осмысленность жизни не обуславливает негуманного отношения к реципиентам. Выявлены значимые отрицательные корреляционные связи между показателями эмоционального истощения и шкал «результативность» ( $r = -0,167$  при  $p \leq 0,05$  – в группе со средним уровнем выгорания) и «процесс жизни» ( $r = -0,230$  при  $p \leq 0,05$  – в группе с низким уровнем выгорания). Представители этой группы профессий сохраняют низкие уровни эмоционального истощения при условии удовлетворенностью своей жизнью в прошлом и настоящем. Возможно, позитивное отношение к своему прошлому способствует поддержанию интереса к жизни, и, как следствие, снижению выгорания и эмоционального перенасыщения.

## Краткие сообщения

Решение второй задачи осуществлялась аналогично решению первой, а статистические данные представлены в табл. 3.

Значимые корреляции показателей профессиональной успешности и смысложизненных ориентаций обнаружены в группе профессионалов с низким уровнем выгорания, в частности, между показателями профессиональной успешности и шкал «процесс жизни» ( $r = 0,458$  при  $p \leq 0,01$ ), «результативность жизни» ( $r = 0,421$  при  $p \leq 0,01$ ), «локус контроля – жизнь» ( $r = 0,490$  при  $p \leq 0,01$ ) и «осмысленность жизни» ( $r = 0,345$  при  $p \leq 0,01$ ). Другими словами, поскольку высоким показателям шкал «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля – жизнь» и «осмысленность жизни» соответствуют высокие показатели по шкале профессиональной успешности, профессиональная успешность оказывается взаимосвязанной с ориентациями, позволяющими профессионалу позитивно оценивать события прошлого и настоящего и оценивать их как управляемые. Вероятно, позитивная оценка профессиональной успешности распространяется у взрослого человека на другие сферы жизни.

В группе со средним уровнем выгорания выявлены значимые отрицательные корреляционные связи показателей шкал смысложизненных ориентаций с эмоциональным истощением ( $r = -0,331$  при  $p \leq 0,05$  для шкалы «цели в жизни»;  $r = -0,470$  при  $p \leq 0,01$  – «процесс жизни»;  $r = -0,441$  при  $p \leq 0,01$  – «результативность жизни»;  $r = -0,338$  при  $p \leq 0,05$  – «локус контроля – я»;  $r = -0,337$  при  $p \leq 0,05$  – «локус контроля – жизнь»;  $r = -0,481$  при  $p \leq 0,01$  – «осмысленность жизни»). В подгруппах «выгоревших» и «невыгоревших» не выявлено значимых взаимосвязей между показателями эмоционального истощения и смысложизненными ориентациями.

Очевидно, что с ростом эмоционального истощения снижается показатель осмысленности жизни, что опять подтверждает факт распространения выгорания за пределы профессиональной деятельности личности.

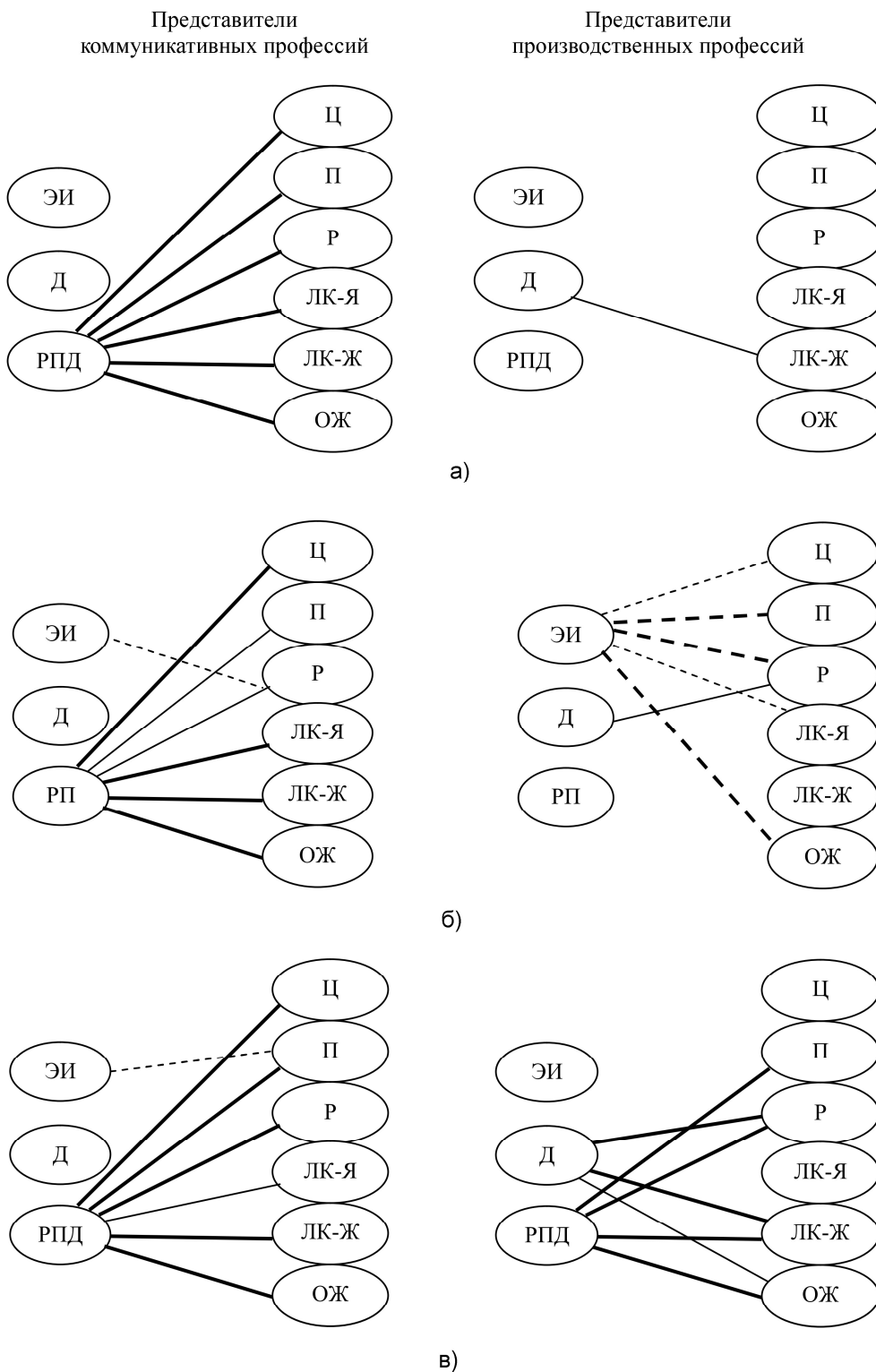
Обнаружены значимые прямые корреляционные связи показателей цинизма со смысложизненными ориентациями на разных уровнях выгорания. Выявлены значимые положительные корреляционные связи между шкалами «цинизм» и «локус контроля – жизнь» у «выгоревших» представителей профессий производственной сферы ( $r = 0,315$  при  $p \leq 0,05$ ) и «невыгоревших» ( $r = 0,457$  при  $p \leq 0,01$ ). С ростом циничного отношения к работе и коллегам у таких производственников профессионала растет убежденность в том, что его жизнь подвластна его сознательному контролю. Обнаружены прямые корреляционные связи между показателями «цинизм» и «результативность жизни» у профессионалов со средним ( $r = 0,371$  при  $p \leq 0,05$ ) и низким уровнем выгорания ( $r = 0,391$  при  $p \leq 0,01$ ), то есть высоким показателям по шкале «результативность жизни» соответствуют высокие показатели по шкале цинизма. С ростом циничного отношения к работе и коллегам у работников производства растет удовлетворенность самореализацией. Выявлена положительная корреляционная связь показателя цинизма со шкалой «осмысленность жизни» ( $r = 0,319$  при  $p \leq 0,05$ ), с ростом цинизма растет осмысленность жизни. Вероятно, представители производственных профессий избирают неконструктивные способы предупреждения выгорания – через циничное отношение к объекту труда и коллегам.

Решение третьей задачи представлено в структурограммах, отражающих особенности корреляционных плеяд показателей шкал использованных методик (см. рисунок).

Таблица 3

Значения коэффициентов корреляций показателей компонентов психического выгорания и смысложизненных ориентаций у представителей профессий производственной сферы в группах с разным уровнем выгорания

Шкала методики	Группы испытуемых с различным уровнем выгорания								
	Высокий			Средний			Низкий		
	Шкалы выгорания			Шкалы выгорания			Шкалы выгорания		
	ЭИ	Д	РПД	ЭИ	Д	РПД	ЭИ	Д	РПД
Ц	0,078	0,133	0,074	-0,331*	-0,002	0,049	0,169	0,169	0,136
П	0,145	0,251	-0,068	-0,470**	0,131	0,056	0,079	0,225	0,458**
Р	0,081	0,185	0,141	-0,441**	0,371*	-0,063	0,136	0,391**	0,421**
ЛК–Я	0,111	0,161	-0,076	-0,338*	0,076	0,083	-0,132	0,131	0,077
ЛК–Ж	0,137	0,36*	0,035	-0,337*	0,285	0,056	0,259	0,457**	0,490**
ОЖ	0,093	0,172	0,047	-0,481**	0,155	0,081	0,016	0,319*	0,345**



**Структурограмма статистически значимых взаимосвязей компонентов психического выгорания и смысложизненных ориентаций у представителей коммуникативных и производственных профессий:**

а – при высоком уровне выгорания; б – при среднем уровне выгорания, в – при низком уровне выгорания; ————— положительные связи при  $p \leq 0,01$ ; ———— положительные связи при  $p \leq 0,05$ ; - - - - - отрицательные связи при  $p \leq 0,01$ ; - - - - - отрицательные связи при  $p \leq 0,05$ .

Аббревиатуры названия шкал методик ЭИ – эмоциональное истощение; Д – деперсонализация; РПД – редукция персональных достижений; Ц – цели в жизни; П – процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни; Р – результативность жизни или удовлетворенность самореализацией; ЛК-Я – локус контроля – Я (Я – хозяин жизни); ЛК-Ж – локус контроля – жизнь или управляемость жизнью; общий ОЖ – общий показатель осмысленности жизни

Универсальными закономерностями для «невыгоревших» профессионалов являются значимые связи между показателями профессиональной успешности и смысложизненными ориентациями (у представителей коммуникативных профессий со всеми шкалами СЖО; у работников производства – со шкалами «процесс жизни», «локус контроля – жизнь», «результативность жизни», «осмысленность жизни») и отрицательные корреляции между показателями эмоционального истощения и смысложизненными ориентациями (у представителей коммуникативных профессий – со шкалами «процесс жизни» и «результативность»; у работников производства – со шкалами «общий показатель осмысленности жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «цели в жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь»). Высокая профессиональная успешность и низкое эмоциональное истощение у «невыгоревших» профессионалов сохраняется через поддержание смысла деятельности независимо от профессиональной группы.

Профессионально-специфическими закономерностями для представителей коммуникативных профессий высоким уровнем выгорания являются положительные корреляции профессиональной успешности со всеми смысложизненными ориентациями. Для представителей производственных профессий с разными уровнями выгорания профессионально-специфическими закономерностями являются положительные корреляции между показателями цинизма и смысложизненными ориентациями (со шкалой «локус контроля – жизнь» – у «выгоревших» и «невыгоревших» профессионалов; со шкалой «результативность жизни» – у профессионалов со средним уровнем выгорания и у «невыгоревших» профессионалов; с общим показателем осмысленности жизни – у «невыгоревших» профессионалов). Профессиональные отличия заключаются в том, что представители коммуникативных профессий склонны к поддержанию смысла деятельности через профессиональную успешность, а работники производства – через дегуманизацию отношений.

**Шевченко Анна Александровна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной работы, педагогики и психологии, Челябинский государственный педагогический университет; доцент кафедры психология развития, Южно-Уральский государственный университет (Челябинск), chastoedovaanna@yandex.ru

### Литература

1. Буянкина, М.А. Взаимосвязь психического выгорания с типом организационной культуры в профессиях субъект-объектного типа: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.А. Буянкина. – Ярославль, 2011. – 27 с.
2. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Питер, 2005. – 336 с.
3. Гришина, Н.В. Помогающие отношения: профессиональные и экзистенциальные проблемы / Н.В. Гришина // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. А.А. Крылова и Л.А. Корыстелевой. – СПб.: Изд-во СПГУ, 1997. – 239 с.
4. Картавая, Е.С. Специфика структуры психического выгорания в профессиях субъект-субъектного и субъект-объектного типа: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е.С. Картавая. – Ярославль, 2009. – 25 с.
5. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) / Д.А. Леонтьев. – 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.
6. Орел, В.Е. Синдром психического выгорания личности / В.Е. Орел. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. – 330 с.
7. Рукавишников, А.А. Личностные детерминанты и организационные факторы генезиса психического выгорания у педагогов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А.А. Рукавишников. – Ярославль, 2001. – 23 с.
8. Савина, Н.С. Специфика психического выгорания в управленческой деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н.С. Савина. – Ярославль, 2009. – 26 с.
9. Сечко, А.В. Профессиональное выгорание летного состава ВВС Российской Федерации: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А.В. Сечко. – М., 2006. – 24 с.
10. Скугаревская, М.М. Синдром «эмоционального выгорания» / М.М. Скугаревская // Медицинские новости. – 2002. – № 7. – С. 3–9.
11. Шевченко, А.А. Особенности психического выгорания у представителей производственной сферы деятельности / А.А. Шевченко // V Междунар. заочная науч.-практ. конф. «Социология и психология: вклад в развитие личности и общества»: сб. материалов конф., 2012. – С. 31–35.
12. Freudenberger, H. Staff burnout / H. Freudenberger // Journal of Social Issues. – 1974. – V. 30. – P. 159–165.
13. Maslach, C. Job burnout: new directions in research and intervention / C. Maslach // Current Directions in Psychological Science. – 2003. – Vol. 12. – P. 189–192.

Поступила в редакцию 15 апреля 2016 г.

## SPECIFICS OF LIFE ORIENTATIONS AT PERSON WITH MENTAL BURNING OUT

A.A. Shevchenko, chastoedovaanna@yandex.ru

Chelyabinsk State Pedagogical University, Chelyabinsk; Russian Federation  
South Ural State University, Chelyabinsk; Russian Federation

The article presents the specificity of life orientations of the personality with different level of burnout. The aim of this study was to identify generic and specific relationships of life-meaningful orientations of the person and components of burnout among representatives of communication and production occupations. In the study we used "MBI", "MBI – GS" and the test of life-meaningful orientations D.A. Leontiev. Linear correlation coefficient  $r$ -Pearson were used in SPSS program for mathematical data processing. The results showed that, low levels of burnout are associated with the maintenance of the sense activities, regardless of professional group. Professional differences are that the representatives of communicative professions tend to maintain meaning through professional success, and production workers – through the dehumanization of relationships.

*Keywords:* mental burnout; life orientation; communicative occupations; production occupations.

### References

1. Buyankina M.A. *Vzaimosvyaz' psikhicheskogo vygoraniya s tipom organizatsionnoy kul'tury v professiyakh sub"ekt-ob"ektnogo tipa*. Avtoref. diss. kand. psikhol. nauk [The Relationship Between Burnout and Organizational Culture Type in Subject-object Type of Occupations. Abstract of kand. diss. (Psychology)]. Yaroslavl, 2011. 27p.
2. Vodopiyanova N.E., Starchenkova E.S. *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout: Diagnosis and Prevention]. St. Petersburg, 2005. 336 p.
3. Grishina N.V., Krylov A.A., Korystyleva L.A. (Eds.) *Pomogayushchie otnosheniya: professional'nye i ekzistent-sial'nye problem* [Helping Relationships: Professional and Existential Problems]. *Psichologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti* [Psychological Problems of Self-identity]. St. Petersburg, St. Petersburg State University Publ., 1997. 239 p.
4. Kartavaya E.S. *Specifika struktury psichicheskogo vygoraniya v professiyah sub#ekt-sub#ektnogo i sub#ekt-ob#ektnogo tipa*. Avtoref. diss. kand. psichol. nauk [The Specifics of the Structure of Burnout in Professions Subject-Subject and Object-Object Type. Abstract of kand. diss.]. Yaroslavl, 2009. 25 p.
5. Leontev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsiy (SZhO)* [Test of Life-meaningful Orientations]. Moscow, Smysl Publ., 2000. 18 p.
6. Orel V.E. *Sindrom psikhicheskogo vygoraniya lichnosti* [Burnout of Person]. Moscow, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences Publ., 2005. 330p.
7. Rukavishnikov A.A. *Lichnostnye determinanty i organizatsionnye faktory genezisa psikhicheskogo vygoraniya u pedagogov*. Avtoref. diss. kand. psychol. nauk [Personal Determinants and Organizational Factors of Burnout among Teachers. Abstract of kand. diss.]. Yaroslavl, 2001. 23 p.
8. Savina N.S. *Spetsifika psikhicheskogo vygoraniya v upravlencheskoy deyatel'nosti*. Avtoref. diss. kand. psychol. nauk [The Specificity of Burnout in Management. Abstract of kand. diss.]. Yaroslavl, 2009. 26 p.
9. Sechko A.V. *Professional'noe vygoranie letnogo sostava VVS Rossiyskoy Federatsii*. Avtoref. diss. kand. psychol. nauk [Burnout of Flight Personnel of Russian Air Force. Abstract of kand. diss.]. Moscow, 2006. 24 p.
10. Skugarevskaya M.M. [Emotional Burnout Syndrome]. *Medicinskie novosti* [Medical news], 2002, no. 7, pp. 3–9. (in Russ.)
11. Shevchenko A.A. [Features of Burnout among Representatives of the Production Sphere of Activity]. *V Mezhdunarodnaya zaochnaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya «Sociologiya i psihologiya: vklad v razvitie lichnosti i obshchestva»* [V International Correspondence Scientific-practical Conference "Sociology and Psychology: Contribution to the Development of the Individual and Society"], 2012, pp. 31–35.
12. Freudemberger H. Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 1974, vol. 30, pp. 159–165. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x
13. Maslach C. Job burnout: new directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 2003, vol. 12, pp. 189–192. DOI: 10.1111/1467-8721.01258

Received 15 April 2016

### ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Шевченко, А.А. Специфика смысложизненных ориентаций личности с психическим выгоранием / А.А. Шевченко // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2016. – Т. 9, № 2. – С. 105–111. DOI: 10.14529/psy160212

### FOR CITATION

Shevchenko A.A. Specifics of Life Orientations at Person with Mental Burning Out. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2016, vol. 9, no. 2, pp. 105–111. (in Russ.). DOI: 10.14529/psy160212