

## ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЗАРУБІЖНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

*Пащенко В. В. здобувачка Українського державного університету імені Михайла Драгоманова  
<https://orcid.org/0009-0003-1239-6591>*

*У статті подано огляд актуальних напрямів емпіричних досліджень феномена емоційного вигорання за останні п'ять років, представлених у каталозі ScienceDirect. У результаті аналізу визначено три актуальні напрямки досліджень феномена. Перший із них пов'язаний із роллю емоційного інтелекту у виникненні вигорання. У межах другого напрямку досліджується роль емоційної праці у виникненні вигорання. Третій напрямок пов'язаний із соціальною ідентичністю людини.*

**Ключові слова:** емоційне вигорання; людина; емоційний інтелект; емоційна праця; соціальна ідентичність.

**Вступ.** Останніми роками тема вивчення взаємовідносин людини та організації продовжує залишатися актуальною для дослідників. При її розгляді не останнє місце посідає феномен емоційного вигорання співробітників (далі «емоційне вигорання», «вигорання»). Одним із перших дослідників, хто ввів це поняття, був Г.Фройденбергер (Freudenberger H.J., 1974), який запропонував власне бачення феномена у 1974 р. Він зробив спробу описати стан людей, робота яких полягала, зокрема, у комунікації з іншими людьми. Нині відзначається, що феномен вигорання не просто не втрачає своєї актуальності, а набуває додаткового інтересу з боку дослідників.

**Теоретичне підґрунтя.** Феномен емоційного вигорання продовжували вивчати на практичному рівні. У 1980-х рр. було створено інструмент для оцінювання ступеня вигорання людини (Maslach C., Schaufeli W.B., & Leiter M.P., 2001). Стверджується, що емоційне вигорання є комплексом емоційного, когнітивного та фізичного виснаження організму, а наслідки від вигорання можуть проявлятися у трьох вимірах: деперсоналізація, редукція особистих досягнень та емоційне виснаження. Якщо зібрати наведені визначення в єдину структуру, емоційне вигорання можна уявити як наслідок процесу взаємодії з іншими людьми, внаслідок якого відбувається перенасичення емоційного середовища, що призводить до виснаження психічного стану людини. Поява симптомів емоційного вигорання є

результатом психологічних та емоційних ефектів, що виникають, які народжуються в процесі особистісної взаємодії між людьми. Концепція К.Маслак, своєю чергою, доповнила наявне уявлення про феномен, визначаючи емоційне вигорання як комплексний синдром, що містить деперсоналізацію, психологічне виснаження (цинізм) і редукцію особистих досягнень. Комплекс трьох симптомів є відображенням наслідків робочого перенапруження, унаслідок якого у людини відбувається формування негативного ставлення до виконуваної нею діяльності, а також емоційне перенапруження і небажання продовжувати діяльність, що призводить до зниження відчуття власної компетентності та можливості реалізувати власний потенціал повною мірою (Maslach C., Jackson S.E., & Leiter M.P., 1997).

Нині у науковій літературі існує кілька підходів до вивчення феномена емоційного вигорання. Так, виокремлюють індивідуальний, міжособистісний та організаційний підходи. При цьому наголошується на наявності як індивідуальних моделей для пояснення феномена вигорання, так і процесуальних. Велика увага у дослідженнях приділяється системному підходу. Останнім часом вважають, що феномен емоційного вигорання не втрачає своєї значущості та продовжує залишатися затребуваною темою для досліджень. Існує низка праць, у яких вивчають тему емоційного вигорання; при цьому зачіпають різні сфери. Так,

феномен вивчають у контексті організацій, окремо порушують питання про вплив організаційних особливостей на співробітників, на їхню взаємодію (A.E. Richards, K.L. Curley, N.Zhang et al, 2021). Зазначається висока значущість чинника вигорання співробітників у функціонуванні організації та її успішності на ринку. Існує окрема низка досліджень, що розглядають комплекс організаційних чинників, які можуть спричинити симптоми емоційного вигорання (F.Zaghini, V.Biagioli, M.Proietti et al, 2020). Окремо вивчається питання про ціннісне співвідношення між роботою та іншими сферами життя людини, а також очікуваннями, які вона пред'являє до роботи; досліджується тема впливу сім'ї на виникнення емоційного вигорання людини на роботі (E.G. Lambert, J.L. Lanterman, & O.O. Elechi S., 2021). Існують дослідження, в яких вивчають емоційне вигорання людини на роботі у зв'язку з очікуваннями щодо соціальних стосунків, що формуються в людини за межами роботи (Reizer A., 2015), а також особливостями взаємовідносин між керівником і підлеглими (E.G. Lambert, J.L. Lanterman, O.O. & Elechi, S., 2021).

**Мета статті** – проаналізувати основні напрямки дослідження феномена емоційного вигорання у зарубіжній психології.

**Методи дослідження** – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

**Результати та обговорення.** Феномен емоційного вигорання може проявлятися у різних сферах життя людини. Незважаючи на те, що від самого початку феномен розглядався і продовжує вивчатися як результат взаємодії людей між собою, насамперед через комунікацію, нині феномен вивчають як комплексне явище, що зачіпає різні сфери життя людини і проявляється в різних формах. Саме тому тема емоційного вигорання є не просто актуальною, а й знаходить своє відображення у різних наукових напрямках. Наведені приклади показують, наскільки складним за своїм устроєм є феномен вигорання, а існування безлічі його визначень не завжди дає однозначне розуміння причин виникнення

та наслідків феномена. Саме тому метою дослідження є аналіз актуальних напрямів дослідження феномена емоційного вигорання, що розглядаються у зарубіжній літературі за останні п'ять років. Було проведено відбір статей, представлених у каталозі «ScienceDirect» з 2018 по 2022 рр., за ключовими словами, «emotional burnout», «burnout», «burnout syndrome». За результатами проведеного огляду вдалося скласти список із джерел, присвячених темі емоційного вигорання (51 джерело). Найбільша кількість робіт належала до дослідження окремих чинників вигорання, серед яких найбільше робіт було присвячено ролі емоційного інтелекту у формуванні вигорання (22%), емоційної праці (23%) та ідентичності людини (13%).

Під час дослідження особливостей формування емоційного вигорання у людей, що включають у себе комунікацію та взаємодію з іншими людьми, було зазначено, що вигорання залежить, зокрема, від якості стосунків між людьми. Ці дослідження (Andreychik M.R., 2019) показують, що одним із визначальних чинників у формуванні емоційного вигорання в осіб допоміжних професій та вчителів є процес розуміння емоцій інших людей, який визначається як «емоційний інтелект». Зазначається, що тривале та повторюване співпереживання негативним емоціям іншої людини здатне призвести до підвищення ризику вигорання, в той час як співпереживання позитивним емоціям (позитивний зв'язок) може, навпаки, вплинути на зниження вигорання та його запобігання. Ще одним важливим аспектом ролі емоційного інтелекту у формуванні емоційного вигорання є його «посередницька» роль у стосунках між людьми. Встановлено, що емоційний інтелект здатен пом'якшувати силу та інтенсивність вигорання, яке зростає за рахунок прагнення людини до перфекціонізму (Lin G.X., Szczygie D., & Piotrowski K., 2022). Перфекціонізм, або ідеалізм, що виникає у людини, може бути спрямований, зокрема, на саму себе. Так, схильність людини до ідеалізації свого образу, у т. ч. наявність інших рис «Темної тріади» (психопатія,

маккіавелізм), можуть сприяти емоційному вигоранню людини. При цьому немає чіткого розуміння того, в якій сфері життєдіяльності вигорання може проявлятися, оскільки воно може мати глибинніший характер і бути пов'язаним із кількома сферами життя людини. Однак, як виявили автори в дослідженні 2021 р., розвинений емоційний інтелект здатен пом'якшити вплив на людину рис «Темної тріади», виконуючи роль буфера та знижуючи ризик розвитку емоційного вигорання (Grover S., & Furnham A., 2021).

Наступне питання, яке потребує уваги, пов'язане із різними вимірами емоційного інтелекту. Він може розглядатися як процес використання емоцій для розуміння іншої людини та навколишнього світу. У дослідженні 2019 р. авторам (M.C. Martínez-Monteaudo, C.Inglés, & L.Granados, 2019) вдалося виявити різні профілі емоційного інтелекту, які, у т. ч., мають зв'язок із профілями емоційного вигорання. За участю 834 вчителів шкіл (476 чоловіків і 358 жінок) у віці від 29 до 65 років ( $M=45,81$ ;  $SD=13,35$ ) було виявлено, що вчителі із низькими показниками емоційного інтелекту мали вищі показники емоційного виснаження, деперсоналізації, а також тривоги та стресу. Показник професійної успішності у цій групі був також порівняно низьким. Приклад вчителів показує, що емоційне вигорання, яке проявляється, не залишається «локальним» результатом напруженої роботи, а може стати серйозною проблемою в освітній сфері загалом. Так, вивчення ролі емоційного інтелекту у цій групі також ґрунтується на практичному дослідженні цього напрямку, що спостерігається у розробці тренінгів, спрямованих на формування навичок емоційного інтелекту у вчителів, здатних знизити рівень емоційного вигорання або запобігти його настанню.

Важливим компонентом емоційного інтелекту є здатність людини контролювати власні емоції та керувати ними. Встановлено, що здатність людини регулювати власні емоції може позитивно впливати на зниження емоційного

вигорання (A.E. Richards, K.L. Curley, & N.Zhang, 2021). Окремо підкреслюється важливість усвідомлення людиною власних емоцій в процесі взаємодії з іншими людьми та його роль у зниженні у неї вигорання (Michinov E., (2022). В іншому дослідженні автори (K.D. Cofer, R.H. Hollis, L.Goss et al, 2018) також підкреслюють зв'язок емоційного інтелекту і вигорання, відзначаючи низькі середні значення за шкалою контролю власних емоцій у людей із високими значеннями вигорання. Водночас здатність людини контролювати власні емоції та «спрямовувати» їх може допомогти і в контролі рівня співчуття. Водночас, незважаючи на те, що розуміння емоцій інших людей може допомогти у вибудовуванні з ними здорових стосунків, людині необхідно вміти контролювати свою «включеність» в емоційний фон іншої людини. Високе співчуття іншим людям здатне призвести до зниження власної задоволеності людини і викликати втому від цього процесу, що призводить до настання вигорання (H.Alan, F.E. Bacaksiz, A.K.H. & Seren, 2021). Помірний контроль власних емоцій людиною не просто може допомогти у розумінні емоцій іншої людини, а й запобігти потенційному емоційному виснаженню і, як наслідок, настанню емоційного вигорання.

Таким чином, емоційний інтелект може розглядатися і як окремий психологічний феномен, і у зв'язку з емоційним вигоранням. З огляду на те, що обидва феномени пов'язані з емоційною складовою поведінки людини та взаємодії людей між собою, розуміння того, як емоційний інтелект може бути пов'язаний із вигоранням людини, продовжує бути актуальною темою для досліджень, що демонструє інтерес до вивчення цього напрямку в зарубіжних колег останніми роками.

Іншим актуальним напрямом вивчення теми емоційного вигорання у зарубіжних роботах є дослідження феномена та його особливостей у контексті зв'язку з емоційною працею. Під емоційною працею розуміють процес оптимального управління людиною своїми емоціями і почуттями в

процесі взаємодії з іншими людьми для успішного виконання поставлених перед нею завдань, пов'язаних з емоційним компонентом виконуваної нею роботи, а також створення сприятливого емоційного середовища для партнера зі спілкування завдяки демонстрації або придушення людиною своїх справжніх емоцій (Hochschild A.R., 2015). Так, вираження почуттів та емоцій може бути як істинним, так і хибним, вимагаючи від людини різної величини витрачених зусиль.

Під час вивчення феномена емоційної праці у контексті феномена вигорання найбільшої уваги заслуговують фахівці освітньої сфери. Оскільки робота викладачів передбачає активну взаємодію з іншими людьми, зокрема з учнями і колегами, а також вимагає постійної адаптації до мінливих умов зовнішнього середовища, проблема емоційного вигорання може з'являтися у багатьох представників цієї сфери. Необхідність викладачів працювати з великою кількістю людей визначає підвищений останнім часом інтерес до дослідження особливостей вигорання у цій галузі (Durak H.Y., & Sariterpeci M., 2019). Важливою особливістю роботи викладачів є їхня відносна автономія і множинна система стосунків з учнями, батьками та колегами по роботі. Усе це ускладнює не лише процес взаємодії з іншими людьми, а й створює додатковий ризик настання вигорання. Зазначається, що емоційна праця викладачів може бути одним із предикторів емоційного вигорання. Емоційна праця може впливати не лише на індивідуальне психологічне благополуччя, а й на організацію у цілому (Han S.S., Han J.W., & Kim Y.H., 2018). В іншому дослідженні (Yin H., Huang S., & Chen G., 2019) на основі аналізу 85 емпіричних статей автори виявили, що вчителі володіють різними стратегіями емоційної праці, що включають як вираження природних емоцій, так і демонстрацію неправдивих, соціально бажаних емоцій, пригнічуючи при цьому вираження справжніх емоцій. Під час аналізу було встановлено, що демонстрація неправдивих емоцій позитивно корелює із симптомами вигорання, а вираження природних емоцій негативно пов'язане з емоційним вигоранням. Також додається,

що емоційна праця може впливати на характер і тип стосунків між вчителями та учнями, що також виступає чинником вигорання, маючи «відкладений» ефект у майбутньому.

Незважаючи на те, що емоційна праця як чинник вигорання у літературі останніми роками розглядається переважно на прикладі вчителів, особливості зв'язку двох змінних також вивчаються на прикладі працівників правоохоронних органів та медичних працівників. Зазначимо, що робота поліції передбачає не лише активну взаємодію з великою кількістю людей, а й наявність стресів та емоційних перевантажень. Деякі автори (Lennie S.J., Sarah E.C., & Sutton A., 2020) виявили, що особливості емоційної праці поліцейських не просто мають зв'язок з їхнім вигоранням, а й також мають для них довгострокові наслідки, які виходять за межі робочого контексту. Як встановили автори дослідження, управління емоціями серед поліцейських є одним із ключових аспектів їхньої роботи, який виявляється тісно пов'язаним з їхнім особистим життям. Поліцейські, які вважають за краще використовувати стратегію вираження соціально бажаних емоцій, продовжують використовувати цю стратегію за межами їхньої служби у своєму особистому житті, що призводить до підвищення у них ризику вигорання. Цей приклад показує, що емоційна праця стає не просто інструментом управління власними емоціями, але є ще й предиктором емоційного вигорання, вплив якого може бути різним залежно від обраної людиною стратегії управління емоціями. У роботі, присвяченій дослідженню емоційного вигорання у медичних працівників, автори (Lee E.K., & Ji E.J., 2018) також дійшли висновку, що емоційна праця, зокрема здатність працівників керувати емоціями та обирати стратегії вираження справжніх емоцій, позитивно впливала на зниження вигорання, а вираження хибних емоцій, навпаки, було пов'язане зі зростанням вигорання.

Таким чином, емоційна праця людини, як компонент вибудовування взаємодії з іншими людьми, допомагає не лише керувати власними емоціями, а й обирати різноманітні стратегії вираження емоцій у

процесі стосунків з іншими людьми. При цьому залишається важливим те, що у різних ситуаціях взаємодії людина може адаптувати власні стратегії емоційної праці під відповідні вимоги та умови ситуації взаємодії. Саме психологічна гнучкість і здатність регулювати власні емоції є важливими компонентами емоційної праці людини, яка, своєю чергою, є одним із чинників емоційного вигорання людини.

Феномен ідентичності є одним з основних і найбільш затребуваних у психології питань. Уперше вивчення питання ідентичності розпочалося із досліджень В.Джеймса (James W., 1884), який ввів поняття «Я-концепції» особистості. Далі цю тему детально вивчав Е.Еріксон (Erik H. & Erikson, 1968) у межах теорії розвитку особистості. Ідентичність вивчають у двох основних напрямках - особистісному та соціальному. Комплексний підхід до вивчення питання про соціальну ідентичність запропонували А.Тешфел і Дж.Тернер (Tajfel H., & Turner J.C., 1979), які створили теорію соціальної ідентичності та самокатегоризації. Вони довели, що чим сильніше людина порівнює себе з членами інших груп, тим сильніше у неї розвинене почуття «ми» стосовно своєї групи. При цьому важливо, наскільки людина задоволена своїм перебуванням у поточній соціальній групі. Якщо вона відчуває себе менш задоволеною у своїй поточній групі та, порівнюючи свою групу з іншою групою, відчуває психологічний дискомфорт, то вона може змінити групу членства і перейти в іншу групу. Підкреслюється важливість для людини факту приналежності до певної соціальної групи і відчуття себе у цій групі, а також її порівняння з іншими групами.

У науковій літературі тема особистісної та соціальної ідентичності не часто трапляється під час вивчення феномена емоційного вигорання. Однак останнім часом тема вивчення ідентичності у зв'язку з феноменом вигорання стає більш затребуваною у дослідників. У сучасних зарубіжних дослідженнях тема вивчається на прикладах різних професійних і соціальних груп. Так, деякі автори (H.Gustafsson, G.Martinent, & S.Isoard-

Gautheur, 2018) вивчили зв'язок між профілями вигорання та ідентичністю спортсменів. Вони виявили, що спортсмени, у яких було найбільш виражене почуття соціальної ідентичності у вигляді відчуття їхньої приналежності до команди, рідше потрапляли в профіль із високим рівнем емоційного вигорання. Можливо, що соціальна ідентичність допомагає подолати настання вигорання за допомогою створення і зміцнення психологічного зв'язку з членами групи (команди), забезпечити відчуття спільного сенсу і створити спільні для всіх членів команди цінності (C.Haslam, B.C.P. Lam, J.Yang et al, 2021). В іншому дослідженні (W.H. Chang, C.-H. Wu, & C.-C. Kuo, 2018) було виявлено, що соціальна ідентичність спортсменів багато в чому залежить від їхньої психологічної гнучкості під час взаємодії з партнерами, від здатності адаптуватися в умовах, що змінюються; окремо наголошується на значущому зв'язку між ідентичністю і вигоранням. Нарешті, сприймана спортсменом підтримка з боку його команди також може бути чинником, що знижує ризик вигорання. Однак залишається важливим, як спортсмен асоціює себе із командою, сприймає й оцінює себе як члена команди, наскільки у нього розвинене почуття «Ми». Істотний внесок у дослідження соціальної ідентичності як можливого чинника виникнення стресу і вигорання людини на роботі було зроблено у дослідженні, у якому авторам (Van Dick R., Ciampa V., & Liang S., 2018) вдалося дійти важливого висновку. Було показано, що для співробітника як члена групи (на прикладі робочої групи) є значущими як фактор соціальної (організаційної ідентичності), так і фактор особистісної ідентичності. Результати дослідження засвідчили, що обидва профілі ідентичності людини (особистісна та соціальна) мають враховуватися під час побудови команд в організаціях. Нарешті, врахування наявності двох типів ідентичності під час формування робочих груп може допомогти знизити потенційне емоційне вигорання співробітників, а також збільшити їхню залученість до роботи.

Іншим важливим напрямом вивчення зв'язку ідентичності людини та вигорання є

приклад дослідження професійної ідентичності людини. На становлення професійної ідентичності великий вплив має вплив професійної спільноти, до якої людина відчуває свою приналежність (A.E. Richards, K.L. Curley, & N.Zhang, 2021). На прикладі 245 медсестер вчені провели емпіричне дослідження зв'язку між якістю трудового життя та професійною ідентичністю. Встановлено, що зміцнення професійної ідентичності людини демонструє позитивний зв'язок зі зростанням якості трудового життя та зниженням вигорання (B.Sun, L.Fu, C.Yan, & Y.Wang, 2022). Цікаво, що професійна ідентичність може бути проміжним чинником між професійним покликанням людини та вигоранням. В іншому дослідженні автори (L.Lian, S.Guo, Q.Wang et al, 2021) виявили, що професійна ідентичність людини залежить від її покликання та впливає на її емоційне вигорання. Виявлено, що емоційне вигорання, хоч і залежить від покликання людини до того чи іншого виду діяльності, проте водночас зв'язок виявляється опосередкованим її професійною ідентичністю. Що розвиненіша, відчутніша і значущіша професійна ідентичність людини для неї самої, то меншою мірою вона буде схильною до емоційного вигорання. Беручи до уваги роботу Е.Еріксона, можна припустити, що у цьому процесі відіграють значущу роль особистісні якості та вподобання людини, заломлені через приналежність до професійного співтовариства, яке, у т. ч., впливає на формування і визначення професійної ідентичності людини. Таким чином, проведений аналіз досліджень у сфері ідентичності людини у різних її напрямках та її зв'язку з емоційним вигоранням дозволив побачити зростання інтересу до означених питань у дослідників.

**Висновки.** В процесі аналізу зарубіжних досліджень було виявлено три актуальні напрямки у вивченні феномена емоційного вигорання. Перший напрямок пов'язаний із вивченням емоційного інтелекту як чинника емоційного вигорання. Наголошено на особливій ролі у розумінні емоцій інших людей під час взаємодії з ними. Визначено значущу роль якості

розуміння своїх і чужих емоцій в процесі вибудовування стосунків з іншими людьми. При цьому одним із можливих чинників вигорання є зайве ототожнення людини із негативними емоціями іншої людини. Дослідження демонструють високу значущість вміння контролювати власні емоції та розуміти емоції інших людей. Зазначимо, що вивчення зв'язку цих чинників не є випадковим. З огляду на те, що емоційне вигорання визначається, зокрема, як результат перенапруження емоційного і психічного середовища людини, особливу увагу приділяють саме порушенням емоційного сприйняття зовнішнього світу. Почасти тому увагу дослідників стали дедалі більше приділяти чиннику емоційного інтелекту та вмінню розуміти власні і чужі емоції.

Другим актуальним напрямком вивчення теми емоційного вигорання є роботи у галузі емоційної праці як чинника вигорання. Варто зазначити, що у цих дослідженнях у центрі уваги стоїть насамперед здатність людини контролювати власні емоції та емоційну поведінку за допомогою різноманітних стратегій - від висловлення природних емоцій, що переживаються, до їхнього повного придушення. Окрема увага дослідників приділяється наслідкам придушення емоцій для людини. Важливо зазначити, що обидва напрями (емоційний інтелект та емоційна праця) тісно пов'язані між собою через взаємопов'язаність двох чинників. Однак сучасні дослідження переважно розглядають їх окремо і демонструють те, що відмінності між ними можуть бути виявлені саме у напрямку впливу на емоційне вигорання людини. Підкреслюються відмінності між такими параметрами, як розуміння емоцій та поведінка з емоціями.

Третій напрямок засвідчує важливість продовження прикладного вивчення феномена ідентичності людини та різноманіття її форм. Зауважимо, що напрям хоч і є затребуваним і містить багато сучасних праць у сфері вигорання як психічного феномена, кількість досліджень виявляється порівняно меншою, ніж у сфері емоційного інтелекту та емоційної праці. Можливо, що такий стан може бути спричинений складністю вивчення

ідентичності людини, оскільки вона може бути досліджена у різних аспектах. Так, у наведеному огляді найбільше уваги дослідників приділяється соціальній ідентичності, яка у частині робіт вивчається у вигляді професійної ідентичності. Незважаючи на наявні методологічні складнощі визначення ідентичності, сучасні дослідження найбільше уваги приділяють проблемі співвідношення людини і групи як чинника емоційного вигорання людини. Наголошується на високій значущості наявності відчуття приналежності людини до групи, визначаються чинники у вигляді особистої значущості для людини перебування у групі, виявляється опосередкована роль соціальної ідентичності людини у формуванні емоційного вигорання. Водночас автори визначають високу значущість та актуальність теми ідентичності людини та її самовизначення для продовження вивчення феномену у межах нових досліджень. Окреслено перспективні напрями у сфері вивчення ідентичності людини та її зв'язку з емоційним вигоранням у майбутніх працях.

Вивчення усіх трьох напрямів феномена емоційного вигорання не просто доповнює наявні підходи до дослідження вигорання, а й створює можливість для адаптації цих підходів і методик з врахуванням нових викликів зовнішнього середовища та змін, що відбуваються у світі. Нові актуальні запити людей, зокрема робота з емоційним вигоранням у період змін і невизначеності, вимагає не просто використання фундаментальних теоретичних і методологічних засад і підходів для роботи, а й врахування мінливих характеристик середовища. Проте аналіз актуальних зарубіжних досліджень феномена вигорання допомагає зрозуміти, які питання й аспекти діяльності людини, а також характеристики її особистості останнім часом є найбільш затребуваними з погляду вивчення феномена емоційного вигорання. Розуміння тенденцій та їхнє врахування у вивченні феномена може створити можливості для проведення якісної роботи із людьми та доповнити розуміння природи емоційного вигорання людини.

### Список використаних джерел

1. Andreychik M.R. (2019). Feeling your joy helps me to bear feeling your pain: Examining associations between empathy for others' positive versus negative emotions and burnout. *Personality and Individual Differences*. Vol. 137. P. 147-156. DOI:10.1016/j.paid.2018.08.028
2. Burnout and Emotional Intelligence in Neurosurgical Advanced Practice Providers Across the United States: A Cross-Sectional Analysis / A.E. Richards, K.L. Curley, N.Zhang, B.R. Bendok, R.S. Zimmerman, N.P. Patel, M.A. Kalani, M.K. Lyons, M.T. Neal. *World neurosurgery*. 2021. Vol. 155. P. e335-e344. DOI:10.1016/j.wneu.2021.08.066
3. Burnout is associated with emotional intelligence but not traditional job performance measurements in surgical residents / K.D. Cofer, R.H. Hollis, L.Goss, M.S. Morris, J.R. Porterfield, D.I. Chu. *Journal of surgical education*. 2018. Vol. 75. №5. P. 1171-1179. DOI:10.1016/j.jsurg.2018.01.021
4. Calling, character strengths, career identity, and job burnout in young Chinese university teachers: A chain-mediating model / L.Lian, S.Guo, Q.Wang, L.Hu, X.Yang, X.Li. *Children and Youth Services Review*. 2021. Vol. 120. Article ID 105776. 7 p. DOI:10.1016/j.childyouth.2020.105776
5. Durak H.Y., Saritepeci M. (2019). Occupational burnout and cyberloafing among teachers: Analysis of personality traits, individual and occupational status variables as predictors. *The Social Science Journal*. Vol. 56. №1. P. 69-87. DOI:10.1016/j.soscij.2018.10.011
6. Erik H. Erikson (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: WW Norton Company. 336 p.
7. Evaluating the relationship between burnout levels and compassion fatigue, emotional intelligence, and communication skills of organ transplant coordinators / H.Alan, F.E. Bacaksiz, A.K.H. Seren, H.A. Kurt. *Transplantation Proceedings*. 2021. Vol. 53. №2. P. 590-595. DOI:10.1016/j.transproceed.2020.10.030
8. Exploring the connection between work—family conflict and job burnout among Nigerian correctional staff / E.G. Lambert, J.L. Lanterman, O.O. Elechi, S. Out, M. Jenkins. *Psychiatry, Psychology and Law*. 2021. Vol. 29. №6. P. 832-853. DOI:10.1080/13218719.2021.1982790
9. Freudenberger H.J. (1974). Staffburn-out. *Journal of social issues*. Vol. 30. №1. P. 159-165. DOI:10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x

10. Grover S., Furnham A. (2021). Does emotional intelligence and resilience moderate the relationship between the Dark Triad and personal and work burnout? *Personality and Individual Differences*. Vol. 169. Article ID 109979. 9 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.109979
11. Han S.S., Han J.W., Kim Y.H. (2018). Effect of nurses' emotional labor on customer orientation and service delivery: the mediating effects of work engagement and burnout. *Safety and health at work*. Vol. 9. № 4. P. 441-446. DOI:10.1016/j.shaw.2017.12.001
12. Hochschild A.R. (2015). The managed heart. *Working in America: Continuity, Conflict, and Change in a New Economic Era* / Ed. A.S. Wharton. London: Routledge, P. 47-54.
13. James W. (1884). What is an Emotion? *Mind*. Vol. 9, No. 34. P. 188-205.
14. Lee E.K., Ji E.J. (2018). The moderating role of leader—member exchange in the relationships between emotional labor and burnout in clinical nurses. *Asian Nursing Research*. Vol. 12. №1. P. 56-61. DOI:10.1016/j.anr.2018.02.002
15. Lennie S.J., Sarah E.C., Sutton A. (2020). Robocop-The depersonalisation of police officers and their emotions: A diary study of emotional labor and burnout in front line British police officers. *International Journal of Law, Crime and Justice*. Vol. 61. Article ID 100365. 13 p. DOI:10.1016/j.ijlcj.2019.100365
16. Lin G.X., Szczygie D., Piotrowski K. (2022). Child-oriented perfectionism and parental burnout: The moderating role of parents' emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*. Vol. 198. Article ID 111805. 6 p. DOI:10.1016/j.paid.2022.111805
17. Maslach C., Jackson S.E., Leiter M.P. (1997). Maslach burnout inventory [Електронний ресурс] // *Evaluating Stress* / Eds. C.P. Zalaquett, R.J. Wood. N.Y.: Scarecrow Education. P. 191-218. URL: <https://www.researchgate.net/publication/277816643> (дата звернення: 14.02.2023).
18. Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*. Vol. 52. P. 397-422. DOI:10.1146/annurev.psych.52.1.397
19. Michinov E. (2022). The Moderating Role of Emotional Intelligence on the Relationship Between Conflict Management Styles and Burnout among Firefighters. *Safety and Health at Work*. Vol. 13. №4. P. 448-455. DOI:10.1016/j.shaw.2022.07.001
20. Performance based self-esteem and athlete-identity in athlete burnout: A person-centered approach / H.Gustafsson, G.Martinent, S.Isoard-Gauthieur, P.Hassmén, E.Guillet-Descas. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. Vol. 38. P. 56-60. DOI:10.1016/j.psychsport.2018.05.017
21. Quality of work life and work engagement among nurses with standardised training: The mediating role of burnout and career identity / B.Sun, L.Fu, C.Yan, Y.Wang, L.Fan. *Nurse Education in Practice*. 2022. Vol. 58. Article ID 103276. DOI:10.1016/j.nepr.2021.103276
22. Reizer A. (2015). Influence of employees' attachment styles on their life satisfaction as mediated by job satisfaction and burnout. *The Journal of psychology*. Vol. 149. №4. P. 356-377. DOI:10.1080/00223980.2014.881312
23. Tajfel H., Turner J.C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. *The social psychology of intergroup relations* / Eds. W.G. Austin, S.Worchel. Monterey, CA: Brooks/Cole. P. 33-47.
24. The role of athletic identity in the development of athlete burnout: The moderating role of psychological flexibility / W.H. Chang, C.-H. Wu, C.-C. Kuo, L.H. Chen. *Psychology of Sport and Exercise*. 2018. Vol. 39. P. 45-51. DOI:10.1016/j.psychsport.2018.07.014
25. The role of occupational stress in the association between emotional labor and burnout in nurses: A cross-sectional study / F.Zaghini, V.Biagioli, M.Proietti, S.Badolamenti, J.Fiorini, A.Sili. *Applied nursing research*. 2020. Vol. 54. Article ID 151277. 6 p. DOI:10.1016/j.apnr.2020.151277
26. Trait emotional intelligence profiles, burnout, anxiety, depression, and stress in secondary education teachers / M.C. Martínez-Monteagudo, C.Inglés, L.Granados, D.Aparisi, J.García-Fernández. *Personality and Individual Differences*. 2019. Vol. 142. P. 53-61. DOI:10.1016/j.paid.2019.01.036
27. Van Dick R., Ciampa V., Liang S. (2018). Shared identity in organizational stress and change. *Current Opinion in Psychology*. Vol. 23. P. 20-25. DOI:10.1016/j.copsyc.2017.11.005
28. When the final whistle blows: Social identity pathways support mental health and life satisfaction after retirement from competitive sport / C.Haslam, B.C.P. Lam, J.Yang et al. *Psychology of Sport and Exercise*. 2021. Vol. 57. Article ID 102049. 12 p. DOI:10.1016/j.psychsport.2021.102049
29. Yin H., Huang S., Chen G. (2019). The relationships between teachers' emotional labor and their burnout and satisfaction: A meta-analytic review. *Educational Research Review*. Vol. 28. Article ID 100283. 18 p. DOI:10.1016/j.edurev.2019.100283



Summary

MAIN DIRECTIONS OF RESEARCH ON THE PHENOMENON OF EMOTIONAL  
BURNOUT IN FOREIGN PSYCHOLOGY

*Pashchenko V. Dragomanov*  
*Ukrainian State University*

**Introduction.** *The phenomenon of emotional burnout can manifest itself in various areas of human life. Despite the fact that from the very beginning, the phenomenon was considered and continues to be studied as a result of people's interaction with each other, primarily through communication, the phenomenon is now studied as a complex phenomenon that affects various areas of human life and manifests itself in various forms. That is why the topic of emotional burnout is not only relevant, but also reflected in various scientific fields.*

**The purpose is** *to analyse the main directions of research on the phenomenon of emotional burnout in foreign psychology.*

**Methods** – *content analysis, comparison, systematisation, classification.*

**Originality.** *The article provides an overview of the current areas of empirical research on the phenomenon of emotional burnout over the past five years, presented in the ScienceDirect catalogue. As a result of the analysis, three topical areas of research on the phenomenon have been identified. The first of them is related to the role of emotional intelligence in the emergence of burnout. The second area examines the role of emotional labour in the onset of burnout. The third area is related to the social identity of a person.*

**Conclusion.** *The research of all three areas of the phenomenon of emotional burnout not only complements existing approaches to the study of burnout, but also creates an opportunity to adapt these approaches and methods to meet new challenges of the external environment and changes taking place in the world. New urgent demands of people, in particular, dealing with emotional burnout in times of change and uncertainty, requires not only the use of fundamental theoretical and methodological principles and approaches to work, but also taking into account the changing characteristics of the environment.*

**Keywords:** *emotional burnout; person; emotional intelligence; emotional labour; social identity.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.09.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 02.10.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.