

Екатерина Ильинична Цюхай

*ст. преподаватель каф. социальной и организационной психологии
Белорусского государственного университета*

Katsiaryna Tsukhai

*Senior Lecturer of the Department of Social and Organizational Psychology
of Belarusian State University*

e-mail: catic@yandex.ru

МАТРИЦА КАТЕГОРИЙ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ПЕДАГОГОВ

Освещаются результаты исследования повествований педагогов, переживающих эмоциональное выгорание. Контрольную группу составили педагоги с невысокой степенью выгорания. Маркерами различий стали категории, с помощью которых респонденты выражали свой профессиональный опыт. Установлено, что в интервью используются одни и те же категории. Однако их освещение происходит как в позитивном, так и в негативном аспектах, что указывает на содержательные особенности переживаний педагогов с различной степенью выгорания. Выявлена латентная структура переживания выгорания, которая была соотнесена с компонентами модели выгорания К. Маслак и представлена в виде матрицы категорий переживания эмоционального выгорания. Полученные результаты могут пополнить существующий инструментарий практикующих психологов при диагностике и работе с состоянием эмоционального выгорания.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, переживание, осмысленность, повествование, матрица категорий переживания эмоционального выгорания, педагоги.

The Matrix of Emotional Burnout Experience Categories Among Teachers

The article highlights the results of a study of the narratives of teachers who are experiencing emotional burnout. The control group consisted of teachers with a low and medium degree of burnout. The markers of differences were the categories by which the respondents expressed their professional experience. It is established that the same categories are used in interviews. However, their coverage occurs in both positive and negative aspects, which indicates the meaningful features of the experiences of teachers with varying degrees of burnout. The latent structure of burnout experience has been revealed. It was correlated with the components of K. Maslak's burnout model and presented as a matrix of emotional burnout experience categories. The results obtained can supplement the existing tools of practicing psychologists in the diagnosis and prevention of burnout.

Key words: emotional burnout, experiencing, meaningfulness, narrative, matrix of emotional burnout experience categories, teachers.

Введение

Особый интерес в психологической науке и практике представляют вопросы использования человеком языка для понимания собственной повседневной жизни.

Каждый из нас посредством нарративов осмысляет большое количество событий [1; 2], что связано с субъективной оценкой происходящего для индивида [3].

При описании накопленного опыта человек упорядочивает и кристаллизует свое отношение к происходящему, а главное, при этом вскрывается внутренняя психическая жизнь и личностная значимость событий в конкретном жизненном контексте [4].

Поиск личностного смысла деятельности осуществляется в форме эмоционально окрашенной внутренней психической деятельности [3]. Эта *особая деятельность, восстановительная работа по принятию данностей внешнего мира*, согласно концепции Ф. Е. Василюка, и есть **переживание** [5]. В процессе его педагог **упорядочивает и пересматривает свое отношение к объектам действительности**, осмысляет свое состояние и положение в изменившейся ситуации.

Вариантом развития *отношения специалистов к их профессиональной деятельности* является эмоциональное выгорание [6]. Зачастую так педагоги реагируют на воздействие хронических стрессо-

ров, связанных с выполнением должностных обязанностей [7; 8]. Распространенная модель выгорания К. Маслак включает в себя эмоциональное истощение, деперсонализацию (цинизм) и редукцию персональных достижений. Длительное нахождение в недоосмысленности деятельности усугубляет картину выгорания. У педагога истощаются ресурсы, затрачиваемые на приспособление к вызвавшим стресс обстоятельствам. Переутомление приводит к негативному и/или отчужденному восприятию выполняемой деятельности и к ощущению собственной некомпетентности [9].

Следовательно, **переживание эмоционального выгорания** – это процесс восстановления ощущения осмысленности (личностной значимости) выполняемой деятельности, сопровождающийся истощением, личностной отстраненностью и снижением чувства собственной компетентности. Чем более отчужден педагог от смысла выполняемой им деятельности, чем менее лично значима она для него, тем острее переживается им состояние эмоционального выгорания.

Повествования педагогов с различной степенью эмоционального выгорания различаются, т. к. базируются на различном профессиональном опыте и удовлетворенности работой [10]. Анализ содержания и частоты упоминания категорий, отражающих переживания педагогов, позволяют установить особенности выгорания.

Цель исследования заключалась в выявлении в содержании переживания педагогов маркеров, указывающих на состояние эмоционального выгорания.

Материалы и методы исследования

Выборка. В связи со значительной феминизированностью педагогической профессии (среди учителей на начало 2024/25 учебного года было всего 12,4 % мужчин [11, с. 78]) в выборку исследования вошли 60 женщин-педагогов общеобразовательных средних школ и гимназий г. Минска.

Возраст респондентов варьировался от 21 до 64 лет, а их средний педагогический стаж составил 20,9 года. Участие в исследовании было добровольным и безвозмездным на условиях анонимности и конфиденциальности.

На предварительном этапе у респондентов определяли степень эмоционального выгорания с использованием опросника «Профессиональное выгорание» Н. Е. Водопьяновой и Е. С. Старченковой, созданного на основе методики МВІ К. Маслак и С. Джексона. В дальнейшем выборка подразделялась на две группы (по 30 респондентов в каждой): *группа В*: педагоги с высокой и крайне высокой степенью выгорания; *группа Н (контрольная)*: педагоги с низкой и средней степенью выгорания.

На основном этапе исследования со всеми педагогами проводилось полуструктурированное тематическое интервью.

В ходе интервью педагоги в свободной форме отвечали на вопрос: «Расскажите, пожалуйста, историю Вашего профессионального становления как педагога. Начните с того момента, как Вы приняли решение стать педагогом, и расскажите все, что происходило с Вами до настоящего момента. Можете говорить все, что кажется значимым для Вас».

Рассказы сочетали представления о себе в профессии, о своем отношении к выполняемой деятельности, а также о других обстоятельствах и связанных с ней людях.

Методы обработки данных. Для всестороннего изучения переживания эмоционального выгорания в исследовании применялись смешанные (качественные и количественные) методы сбора и обработки данных, чтобы преодолеть ограничения и использовать сильные стороны каждого из них [12].

Эти методологические подходы действовались последовательно и взаимно дополнили друг друга при анализе предложенных самими интервьюируемыми описаний [13].

Применение качественных исследовательских стратегий позволило выявить упоминаемые в повествованиях педагогов основные категории (маркеры), а посредством количественных – проанализирована частота упоминания этих категорий и проверена гипотеза о различиях в содержании переживаний педагогов с различной степенью эмоционального выгорания [14].

Качественный анализ данных (феноменологический метод А. Джорджи [15; 16]) путем определения тем и категорий дал информацию о содержании переживаний

педагогов, которая позже была трансформирована в количественные данные.

При статистической обработке значимость различий между группами проверялась с помощью U-критерия Манна – Уитни в пакете SPSS.

При помощи метода главных компонент были выделены ключевые категории, в которых педагоги представляют свой профессиональный опыт.

С учетом полярности категорий была составлена качественная структура переживания педагогов с высокой степенью эмоционального выгорания.

Результаты и их обсуждение

1. Частота упоминания категорий.

В ходе тематического анализа конденсированного смысла единиц интервью и его обобщения была выделена **21 категория**. Причем всех их упоминали в интервью более чем половина педагогов. Эти категории наиболее полно и емко отражают содержание переживаний педагогов.

Профессиональный опыт был представлен в следующих категориях: «Условия становления»; «Удовлетворенность»; «Самостоятельность»; «Чувства и эмоции»; «Общение с детьми»; «Определенность»; «Польза детям»; «Продолжение работы»; «Нагрузка»; «Воспитание»; «Значимость»; «Призвание»; «Саморазвитие»; «Сомнение»; «Отклик»; «Поддержка»; «Пример»; «Авторитет»; «Интерес»; «Сочетание с личной жизнью»; «Несогласованность».

В своих повествованиях педагоги неоднократно обращались к указанным категориям.

При анализе сравнивались их абсолютные частоты упоминаний респондентами с различной степенью эмоционального выгорания.

Наиболее часто упоминаемыми в интервью педагогов оказались категории «Условия становления», «Удовлетворенность», «Самостоятельность», «Чувства и эмоции», «Общение с детьми» и «Определенность».

Они встречались в повествованиях 90 % респондентов; причем примерно у одинакового числа респондентов в обеих группах.

Другими словами, педагоги с различной степенью эмоционального выгорания говорили об одном и том же, хотя упоминание категории «Самостоятельность» было в значительной степени продиктовано формулировкой вопроса интервью, а категория «Общение с детьми», несомненно, связана с выполнением педагогических обязанностей.

Детальный анализ обнаружил различия между группами.

Педагоги группы В чаще обращались к категориям «Сочетание с личной жизнью» (в 2,5 раза); «Несогласованность» (в 2,5 раза); «Определенность» (в 2,5 раза); «Сомнение» (в 1,8 раза); «Нагрузка» (в 1,6 раза) и «Значимость» (в 1,5 раза).

В то же время педагоги группы Н чаще упоминали категории «Польза детям» (в 1,7 раза); «Общение с детьми» (в 1,3 раза); «Воспитание» (в 1,3 раза); «Поддержка» (в 1,2 раза).

При этом статистически значимо различаются частоты упоминания категорий «Сомнение» ($p = 0,003$); «Несогласованность» ($p = 0,006$); «Польза детям» ($p = 0,010$); «Сочетание с личной жизнью» ($p = 0,014$); «Нагрузка» ($p = 0,019$); «Определенность» ($p = 0,020$).

Указанный факт дает основание говорить о большей сфокусированности педагогов группы В на **определении собственного отношения к выполняемой деятельности**, тогда как педагоги группы Н более ориентированы на **описание межличностных отношений**. Это подразумевает разнообразие способов совладания с возникающим напряжением.

2. Полярность категорий.

Повествования педагогов обеих групп имеют сущностные различия. Заключаются они в **полярности** используемых **категорий**: каждая из них может упоминается как в позитивном, так и в негативном ключе. Однозначно освещались педагогами лишь две категории – желание приносить «пользу детям» и наличие «несогласованности».

Частота позитивных и негативных упоминаний категорий, а также различия их упоминания педагогами обеих групп представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Различия в частоте упоминания категорий переживания педагогами с различной степенью эмоционального выгорания

Категория	Полюса категории	Частота упоминаний		U-критерий Манна – Уитни	Стат. значимость
		группа В	группа Н		
Условия становления	Благоприятные	62	96	286,500	0,013
	Неблагоприятные	84	49	292,500	0,018
Удовлетворенность	Удовлетворенность	45	79	275,000	0,008
	Неудовлетворенность	85	27	238,500	0,001
Чувства эмоции	Позитивные	35	67	322,500	0,052
	Негативные	103	40	230,500	0,001
Общение с детьми	Заряжает энергией	57	96	320,000	0,051
	Истощает	20	7	343,000	0,045
Определенность	Определенность	27	37	397,000	0,407
	Неопределенность	75	33	253,500	0,003
Польза детям	Желание быть полезной детям	42	73	282,500	0,010
Продолжение работы	Продолжение работы	35	50	385,500	0,331
	Прекращение работы	44	21	288,500	0,011
Нагрузка	Легкость выполнения	24	27	330,500	0,046
	Тяжесть выполнения	118	60	261,500	0,005
Воспитание	Приоритет воспитания	32	59	317,500	0,043
	Приоритет обучения	28	21	408,000	0,504
Значимость	Ощущение своей значимости	47	65	373,500	0,247
	Обесценивание себя	56	6	183,500	<0,001
Призвание (к педагогике)	Есть призвание	51	65	401,500	0,464
	Нет призвания	32	4	269,000	0,001
Сомнение	Уверенность	18	25	385,500	0,297
	Сомнение	44	10	195,000	<0,001
Отклик	Наличие отклика	28	62	284,500	0,011
	Отсутствие отклика	84	49	239,500	<0,001
Поддержка	Наличие поддержки	37	70	306,000	0,029
	Отсутствие поддержки	26	7	361,000	0,097
Интерес	Наличие интереса	37	51	358,500	0,157
	Отсутствие интереса	20	3	294,000	0,003
Сочетание с личной жизнью	Удобство сочетания	14	18	417,000	0,568
	Ущерб от сочетания	50	8	255,500	0,001
Несогласованность	Наличие несогласованности	61	24	272,000	0,006

Обобщение представленных в таблице 1 данных дает основание утверждать, что частота упоминания дихотомических категорий в рассматриваемых группах статистически значимо различается.

Педагоги, в различной степени испытывающие эмоциональное выгорание, склонны фокусироваться на разных полюсах категорий, что раскрывает содержание их переживаний относительно становления в педагогической профессии.

Педагоги с высокой и крайне высокой степенью выгорания достоверно чаще обращают внимание на неблагоприятные условия становления, неудовлетворенность профессиональным статусом, отсутствие определенности и негативную обратную связь от учащихся и администрации, а также

говорят о негативных эмоциях и чувствах, об энергозатратности интенсивного общения с детьми, о своей незначимости и сомнениях в правильности собственных действий и т. д.

В сравнении с ними *педагоги с низкой и средней степенью выгорания* достоверно чаще отмечают благоприятные события своего профессионального становления и удовлетворенность работой, наличие поддержки и положительного отклика от учащихся и их родителей, подчеркивают свое желание приносить пользу учащимся, а также собственные позитивные эмоции и чувства от работы и т. д.

3. Выявление латентной структуры переживания.

Для более глубокого анализа структуры переживаний именно педагогов с высокой и крайне высокой степенью выгорания количество рассматриваемых категорий было уменьшено. В дальнейшем не

анализировались используемые респондентами реже других категории (находящиеся до второго квартиля).

Усредненное количество упоминаемой респондентами каждой категории и распределение квартилей представлено на рисунке 1.

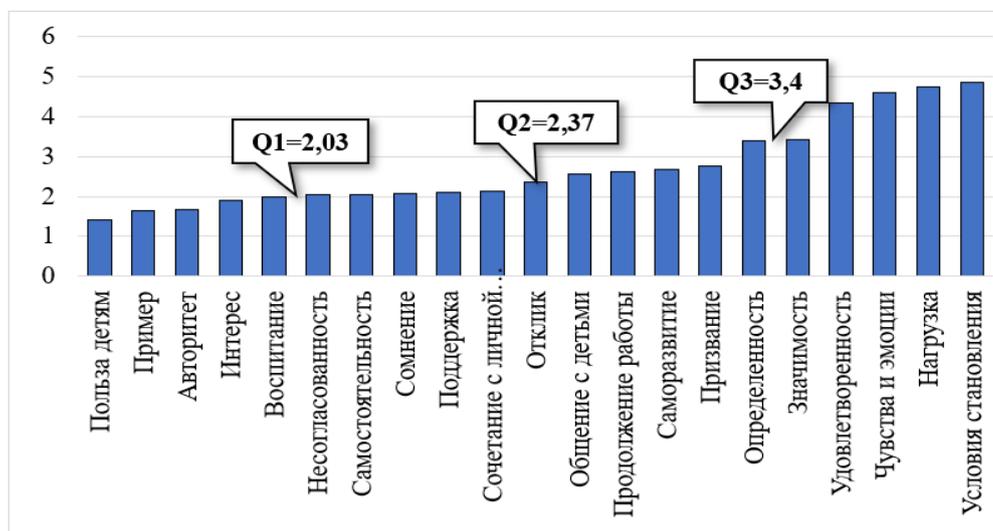


Рисунок 1 – Средняя встречаемость категорий в интервью педагогов группы В

Частота упоминания категорий, расположенных до второго квартиля, сильно варьировалась от педагога к педагогу, поэтому в дальнейшем анализе использовались 11 категорий, упоминаемых чаще других большинством респондентов.

Для выявления латентной структуры переживания применялся метод главных компонент (целевое состояние – высокая и крайне высокая степень выгорания) с использованием вращения «varimax», который

базируется на линейных преобразованиях исходного пространства [17]. Целесообразность применения подтверждается критериями сферичности Бартлетта ($p \leq 0,001$) и адекватности выборки Кайзера – Мейера – Олкина (КМО = 0,698).

При определении числа ключевых категорий (главных компонент) использовался критерий Кеттелла («каменной осыпи»). Собственные значения исходных 11 категорий отмечены на рисунке 2.

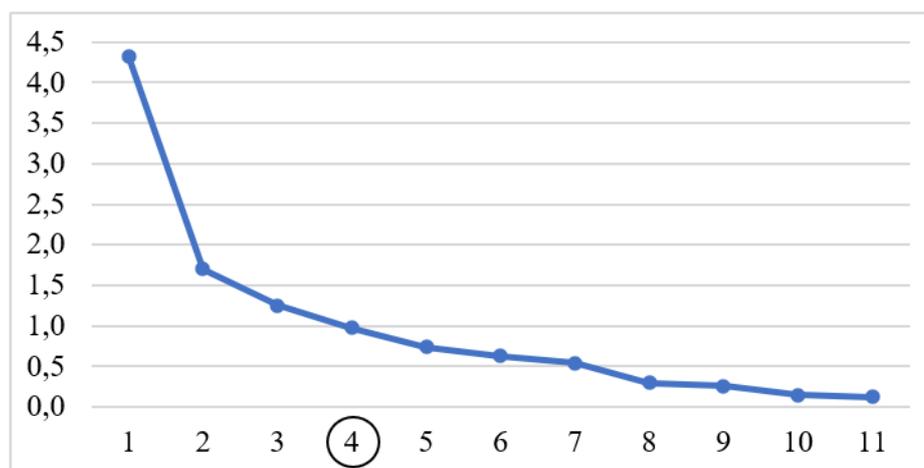


Рисунок 2 – Определение числа главных компонент (критерий Кеттелла)

Оптимальное число ключевых категорий равняется 4 – наиболее информативным. Качество полученной модели подтверждается тем, что дисперсия ключевых категорий (главных компонент) сохраняет 3/4 информации, содержащейся в исходных 11 категориях (таблица 2).

Общности в таблице 2 указывают на максимальное сохранение информации из исходных категорий «Значимость» (89,9 %), «Общение с детьми» (87,7 %) и «Отклик» (85,6 %), а минимальное – из категории «Условия становления» (48,6 %).

Таблица 2 – Сохраненная дисперсия и общности категорий, упоминаемых педагогами с разной степенью эмоционального выгорания

Исходная категория	Главные компоненты				Общность
	1	2	3	4	
Удовлетворенность	0,860	0,212	0,192	-0,022	0,821
Нагрузка	0,738	0,128	0,219	0,331	0,719
Чувства и эмоции	0,727	0,466	0,120	0,114	0,773
Призвание	0,084	0,852	0,193	0,113	0,783
Значимость	0,444	0,772	0,236	-0,226	0,899
Отклик	0,401	0,715	-0,018	0,428	0,856
Продолжение работы	0,370	-0,003	0,739	-0,023	0,683
Саморазвитие	0,043	0,176	0,665	-0,376	0,617
Условия становления	0,249	0,111	0,639	0,056	0,486
Определенность	-0,380	0,350	0,627	0,292	0,745
Общение с детьми	0,159	0,117	-0,050	0,914	0,877
Дисперсия	2,548	2,290	1,985	1,436	8,258
% сохраненной дисперсии	23,16	20,82	18,04	13,05	
Накопленный % сохраненной дисперсии	23,16	43,98	62,02	75,07	



Рисунок 3 – Нагрузки категорий и интерпретация главных компонент в повествованиях педагогов группы В

Указанные на рисунке 3 нагрузки являются коэффициентами корреляции между исходными категориями и главными компонентами, при интерпретации которых отмечалась выраженность латентной характеристики [18].

Первую ключевую категорию можно интерпретировать как «**Отношение к выполняемой деятельности**». С учетом полярности входящих в нее категорий у переживающих выгорание педагогов негативное отношение к выполняемой деятельности будет проследиваться в высказываниях о *неудовлетворенности работой, тяжести выполнения значительной нагрузки и негативных чувствах и эмоциях*, связанных с профессией. Позитивное отношение выражается во фразах об удовлетворенности работой, легкости и успешности выполнения обязанностей, позитивных чувствах и эмоциях.

Вторая ключевая категория характеризует «**Отношение к себе как к профессионалу**». Переживание выгорания сопровождается негативным самовосприятием в профессиональном плане: педагоги не чувствуют *призвания* к педагогике, *обесценивают* себя и свои результаты, не получая от участников образовательного процесса положительной *обратной связи*. Позитивное отношение к себе как к профессионалу подкрепляется уверенностью, что в данной профессии наилучшим образом реализуется потенциал педагога, способность влиять на учащихся и получать от них позитивный отклик.

Третья ключевая категория отражает «**Отношение к условиям и перспективам профессиональной деятельности**». Негативное отношение проследивается у «выгорающих» респондентов в словах о *прекращении работы, остановке в саморазвитии, неблагоприятных условиях становления в профессии и неопределенности педагогических целей*. На положительном «конце» этой компоненты – педагоги с позитивным отношением к внешним обстоятельствам, готовые оставаться в профессии, уделять внимание саморазвитию; условия их становления благоприятствовали достижению четко определенных целей.

Четвертую ключевую категорию можно интерпретировать как «**Отношение к другим участникам деятельности**». Ее высокие значения отражают привлекательность для педагога процесса общения с детьми, а низкие – энергозатратность интенсивного общения.

4. Соотнесение с трехкомпонентной моделью К. Маслак.

Часто упоминаемые стороны субъективного опыта «выгорающих» респондентов (11 категорий с учетом полярности) были соотнесены с компонентами, предложенными К. Маслак [19], и представлены в виде матрицы категорий переживания эмоционального выгорания (таблица 3), что позволит конкретизировать содержание каждого из них.

Таблица 3 – Матрица категорий переживания эмоционального выгорания педагогами

Ключевая категория	Компоненты эмоционального выгорания		
	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция персональных достижений
Отношение к профессиональной деятельности	Тяжесть выполнения нагрузки	Негативные чувства и эмоции	Неудовлетворенность
Отношение к себе как к профессионалу	Отсутствие призвания к педагогике	Негативный отклик	Обесценивание себя (незначимость)
Отношение к условиям и перспективам деятельности	Неблагоприятные условия становления; неопределенность	Желание сменить работу	Нежелание развиваться в дальнейшем
Отношение к другим участникам деятельности	Усталость от интенсивного общения с детьми		

Эмоциональное истощение отражается в высказываниях о тяжести нагрузки, недостатке способностей к педагогике, неблагоприятном стечении обстоятельств, потере ориентации в целях деятельности, а также об усталости от ежедневного общения с детьми.

Деперсонализация проявляется в переживании преимущественно негативных чувств и эмоций в отношении выполняемой деятельности (от тревоги и раздражительности до чувства тотальной ответственности), в фокусировке внимания лишь на негативной обратной связи и одновременном игнорировании положительных откликов от участников образовательного процесса, в желании отстраниться от деятельности или сменить работу.

О **редукции персональных достижений** свидетельствуют упоминания педагогов о неудовлетворенности своим профессиональным статусом, производительностью и результатами, о собственной незначимости для других, неспособности справиться с профессиональными вызовами и саморазвиваться.

Заключение

Сравнение повествований педагогов с различной степенью выгорания позволило утверждать:

1. При примерно равной частоте упоминания категорий обнаружены различия в нацеленности повествований педагогов с различной степенью эмоционального выгорания: у «выгорающих» педагогов – на определение собственного отношения к выполняемой деятельности, у «невыгорающих» – на межличностные отношения, складывающиеся в процессе профессионального общения.

2. К содержательным особенностям повествований следует отнести полярность используемых категорий, каждая из которых освещалась как в позитивном, так и в негативном аспектах. Педагоги с высокой и крайне высокой степенью выгорания чаще фокусируются на негативных полюсах

категорий, в то время как респонденты с невысокой степенью выгорания – на позитивных.

3. Более высокий уровень обобщения позволил выявить латентную структуру переживания «выгорающих» педагогов, включающую четыре ключевых категории. Они отражают *отношение педагогов к выполняемой деятельности, к себе как к профессионалу, к условиям и перспективам профессиональной деятельности и к другим участникам деятельности*.

Эти категории соотнесены с компонентами эмоционального выгорания, предложенными К. Маслак, и представлены в виде матрицы категорий переживания эмоционального выгорания. При этом фокус внимания смещается на процесс переживания выгорания, который разворачивается во времени и напрямую связан с накоплением профессионального опыта.

Исследование уникального для каждого педагога опыта позволяет более точно выявить «зоны риска» у конкретного специалиста, чтобы эффективнее выстроить работу по преодолению негативных последствий выгорания. Кроме того, использование качественной методологии позволяет постигнуть внутренний мир педагога, что зачастую упускается при использовании стандартизированных опросников.

Таким образом, результаты исследования подчеркивают важность учета отношения личности в профилактике эмоционального выгорания. Постигание педагогами в беседе личностного смысла выполняемой деятельности облегчает течение внутренней работы и стимулирует позитивное отношение к собственным достижениям.

Полученные результаты могут быть использованы исследователями и практикующими психологами при создании инструментария для диагностики, превенции и коррекции эмоционального выгорания у педагогов, что, несомненно, будет способствовать повышению качества образования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Кроссли, М. Л. Нарративная психология. Самость, психологическая травма и конструирование смыслов / М. Л. Кроссли. – Харьков : Гуманитар. Центр, 2013. – 284 с.
2. Бассин, Ф. В. «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности / Ф. В. Бассин // Вопросы психологии. – 1972. – № 3. – С. 105–124.

3. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1975. – 304 с.
4. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 2003. – 487 с.
5. Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.
6. Leiter, M. P. Burnout / M. P. Leiter, C. Maslach // *Encyclopedia of Mental Health*. – San Diego : Academic Press, 1998. – P. 347–357.
7. Maslach, C. Understanding job burnout / C. Maslach // *Stress and Quality of Working Life: Current Perspectives in Occupational Health*. – Greenwich : Information Age Publishing, 2006. – P. 37–51.
8. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. – СПб. : Питер, 2008. – 336 с.
9. Leiter, M. P. Areas of Worklife: A Structured Approach to Organizational Predictors of Job Burnout / M. P. Leiter, C. Maslach // *Emotional and Physiological Processes and Positive Intervention Strategies Research in Occupational Stress and Well Being*. – 2004. – Vol. 3. – P. 91–134.
10. Ratcliff, M. Social Workers, Burnout, and Self-Care: A Public Health Issue / M. Ratcliff // *Delaware Journal of Public Health*. – 2024. – Vol. 10 (1). – P. 26–29.
11. Статистический ежегодник Республики Беларусь. 2025 год / ред.: И. В. Медведева [и др.]. – Мн. : Нац. стат. ком. Респ. Беларусь, 2025. – 305 с.
12. Flick, U. *Doing Triangulation and Mixed Methods* / U. Flick. – Los Angeles : Sage, 2018. – 176 p.
13. Miles, M. B. *Qualitative Data Analysis: A Sourcebook of New Methods* / M. B. Miles, A. M. Huberman, J. Saldaña. – Newbury Park : Sage, 1994. – 338 p.
14. Creswell, J. W. *A Concise Introduction to Mixed Methods Research* / J. W. Creswell. – Los Angeles : Sage, 2015. – 152 p.
15. Бусыгина, Н. П. Феноменологическое описание и интерпретация: примеры анализа данных в качественных психологических исследованиях / Н. П. Бусыгина // *Консультативная психология и психотерапия*. – 2009. – Т. 17, № 2. – С. 52–76.
16. Богомаз, С. Л. Традиция качественных исследований в психологии: описательный феноменологический метод А. Джорджи / С. Л. Богомаз, М. М. Морожанова, В. И. Турковский // *Право. Экономика. Психология*. – 2019. – № 1. – С. 86–92.
17. Терещенко, О. В. Многомерный статистический анализ данных в социальных науках / О. В. Терещенко, Н. В. Курилович, Е. И. Князева. – Мн. : БГУ, 2012. – 239 с.
18. Викторов, В. И. Анализ факторный / В. И. Викторов, С. А. Шашнов // *Энциклопедический социологический словарь* / сост. А. В. Кабыща ; общ. ред. Г. В. Осипова. – М. : Ин-т соц.-полит. исслед. РАН, 1995. – С. 42–45.
19. Maslach, C. New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout / C. Maslach, M. P. Leiter // *Medical Teacher*. – 2016. – Vol. 39, nr 2. – P. 160–163.

REFERENCES

1. Krossli, M. L. *Narrativnaya psikhologiya. Samost', psikhologicheskaya travma i konstruirovaniye smyslov* / M. L. Krossli. – Khar'kov : Gumanitar. Tsentr, 2013. – 284 s.
2. Bassin, F. V. «Znachashchie» perezhivaniya i problema sobstvenno-psikhologicheskoi zakonomernosti / F. V. Bassin // *Voprosy psikhologii*. – 1972. – № 3. – S. 105–124.
3. Leont'ev, A. N. *Deyatel'nost', soznanie, lichnost'* / A. N. Leont'ev. – M. : Politizdat, 1975. – 304 s.
4. Leont'ev, D. A. *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti* / D. A. Leont'ev. – M. : Smysl, 2003. – 487 s.
5. Vasilyuk, F. E. *Psikhologiya perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situatsii)* / F. E. Vasilyuk. – M. : Izd-vo Mosk. un-ta, 1984. – 200 s.
6. Leiter, M. P. Burnout / M. P. Leiter, C. Maslach // *Encyclopedia of Mental Health*. – San Diego : Academic Press, 1998. – P. 347–357.

7. Maslach, C. Understanding job burnout / C. Maslach // *Stress and Quality of Working Life: Current Perspectives in Occupational Health*. – Greenwich : Information Age Publishing, 2006. – P. 37–51.
8. Vodop'yanova, N. E. Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika / N. E. Vodop'yanova, E. S. Starchenkova. – SPb. : Piter, 2008. – 336 s.
9. Leiter, M. P. Areas of Worklife: A Structured Approach to Organizational Predictors of Job Burnout / M. P. Leiter, C. Maslach // *Emotional and Physiological Processes and Positive Intervention Strategies Research in Occupational Stress and Well Being*. – 2004. – Vol. 3. – P. 91–134.
10. Ratcliff, M. Social Workers, Burnout, and Self-Care: A Public Health Issue / M. Ratcliff // *Delaware Journal of Public Health*. – 2024. – Vol. 10 (1). – P. 26–29.
11. Statisticheskii ezhegodnik Respubliki Belarus'. 2025 god / red.: I. V. Medvedeva [i dr.]. – Mn. : Nats. stat. kom. Resp. Belarus', 2025. – 305 s.
12. Flick, U. Doing Triangulation and Mixed Methods / U. Flick. – Los Angeles : Sage, 2018. – 176 p.
13. Miles, M. B. Qualitative Data Analysis: A Sourcebook of New Methods / M. B. Miles, A. M. Huberman, J. Saldaña. – Newbury Park : Sage, 1994. – 338 p.
14. Creswell, J. W. A Concise Introduction to Mixed Methods Research / J. W. Creswell. – Los Angeles : Sage, 2015. – 152 p.
15. Busygina, N. P. Fenomenologicheskoe opisaniye i interpretatsiya: primery analiza dannykh v kachestvennykh psikhologicheskikh issledovaniyakh / N. P. Busygina // *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*. – 2009. – T. 17, № 2. – S. 52–76.
16. Bogomaz, S. L. Traditsiya kachestvennykh issledovaniy v psikhologii: opisatel'nyi fenomenologicheskii metod A. Dzhordzhi / S. L. Bogomaz, M. M. Morozhanova, V. I. Turkovskii // *Pravo. Ekonomika. Psikhologiya*. – 2019. – № 1. – S. 86–92.
17. Tereshchenko, O. V. Mnogomernyi statisticheskii analiz dannykh v sotsial'nykh naukakh / O. V. Tereshchenko, N. V. Kurilovich, E. I. Knyazeva. – Mn. : BGU, 2012. – 239 s.
18. Viktorov, V. I. Analiz faktornykh / V. I. Viktorov, S. A. Shashnov // *Entsiklopedicheskii sotsiologicheskii slovar'* / sost. A. V. Kabysheva ; obshch. red. G. V. Osipova. – M. : In-t sots.-polit. issled. RAN, 1995. – S. 42–45.
19. Maslach, C. New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout / C. Maslach, M. P. Leiter // *Medical Teacher*. – 2016. – Vol. 39, nr 2. – P. 160–163.

Рукапіс наступіў у рэдакцыю 17.10.2025