

## **Содержание:**

## **Введение**

**Актуальность темы.** На сегодняшний день во всем мире все чаще поднимается тема стресса и депрессии у людей, возникающих из-за их профессионального рода деятельности. Определение данному явлению, которое сейчас используется, впервые дал в 1974 году американский психолог Х.Дж.Фрейденбергер – «выгорание» (burnout – в переводе с греческого – прекращение горения), для характеристики психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с клиентами в эмоционально перегруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи. Принято считать, что «профессиональное выгорание» возникает у специалистов, которые часто общаются по работе с людьми, в следствии чего возникает совокупность негативных переживаний, связанных с профессиональной деятельностью.

**Объектом исследования** является изучение профессионального выгорания у специалистов из различных сфер.

**Предметом исследования** – методы исследования профессионального выгорания.

**Цель исследования** – провести диагностику профессионального выгорания и проанализировать используемые методы исследования профессионального выгорания.

### **Гипотеза исследования:**

- профессиональное выгорание развивается в процессе длительной профессиональной деятельности;
- методики диагностики профессионального выгорания имеют между собой прямую и умеренную связь;

### **Задачи исследования:**

1. Охарактеризовать теоретические основы изучения профессионального выгорания в психологии.
2. Провести сравнительный анализ диагностических методик изучения профессионального выгорания.

**Теоретические основы:** исследователями выделены основные направления исследования профессионально выгорания в психологии: экзистенциальное (В. Франкл, Р. Ленг, Л. Бинсвангер), психоаналитическое (А. Адлер, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни), динамическое (К. Левин), социотропное (С. Сигеле, В. Макдугалл), интеракционистское (Т. Шибутани, М. Кун, Г. Блумер), социометрическое (Дж. Морено), необихевиористское (Дж. Доллард, Н. Миллер).

**Методы исследования:**

- теоретические: анализ, синтез и обобщение научной литературы по теме исследования;

- эмпирические: тестирование;

- статистический анализ взаимосвязи методик с помощью рангового коэффициента корреляции Спирмена.

**Методики исследования:**

- методика исследования эмоционального состояния (по В.В.Бойко);
- опросник выгорания (перегорания) Маслач (англ. Maslach Burnout Inventory, сокр. MBI).

**Практическая значимость.** Результаты, полученные в ходе диагностики позволят определить сущность понятия синдрома профессионального выгорания, изучить какие симптомы и факторы влияют на развитие проявления профессионального выгорания, а также описать меры предупреждения профессионального выгорания.

**Структура работы** состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

## **Вопрос 1. Теоретические основы изучения профессионального выгорания в психологии**

Синдром профессионального (эмоционального) выгорания как предмет социально-психологических исследований находится в центре рассмотрения ряда как зарубежных, так и отечественных исследователей. Центральное место в развитии понятия «профессионального выгорания» в виде научной концепции заняли работы таких деятелей, как К.Маслач, С.Джексон, А.Пайнс. Разработанные ими модели

выгорания послужили основой для проведения дальнейших исследований феномена.

Само понятие «профессионального (эмоционального) выгорания» неоднократно изменялось. Так в 1976 году К.Маслач определила выгорание как реакцию на связанный с работой стресс, приводящий к эмоциональному отдалению от клиента, черствому отношению к нему, в последствии чего возникало снижение эффективности работы в целом. Позднее в 1981 году К.Маслач и С.Джексон предложили следующее определение, где представили «выгорание», как синдром эмоционального истощения и цинизма, который часто появлялся у персонала, работающего с людьми, который приводил к развитию негативного отношения к своим клиентам.

Большой интерес для исследований выгорания представляет концепция А.Пайнса, который рассматривает «профессиональное выгорание» с другого угла, а именно как результат уже постепенного процесса разочарования в неудачном поиске смысла жизни, проявляющегося в состоянии физического, эмоционального и психологического истощения. Такая экзистенциальная модель в той или иной мере характерна для представителей всех типов профессий, а не только тех, кто постоянно имеет дело с людьми.

По определению Н.Е. Водопьяновой, профессиональное (эмоциональное) выгорание – это долговременная стрессовая реакция, возникающая вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней эффективности. Ее можно рассматривать в аспекте личностной деформации, происходящей под влиянием профессиональных стрессов<sup>[1]</sup>.

После того как наличие феномена выгорания стало общепризнано, появилась необходимость в том, чтобы выяснить факторы, которые способствуют развитию этого «профессионального выгорания».

Бойко В.В. определяет «эмоциональное выгорание» как выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижение их энергетики), в ответ на избранные психотравмирующие воздействия<sup>[2]</sup>. По Бойко В.В. «эмоциональное выгорание» является формой профессиональной деформации личности.

Можно в итоге заключить, что синдром «эмоционального выгорания» включает в себя комплексные изменения в аффективной, когнитивной и поведенческой сферах, возникающего в результате эмоционального, физического и нравственного

истощения в следствии профессиональной деятельности, которая предполагает длительное взаимодействие с людьми в сочетании с психологическим напряжением.

Данный стереотип складывается под воздействием ряда факторов: внутренних (ролевые, организационные), связанные с условиями и характером деятельности и внешних, отражающих индивидуальный адаптационный потенциал работника.

*Внешние факторы, провоцирующие «выгорание»:*

1. Хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность, например, активно ставить и решать проблемы, внимательно воспринимать, усиленно запоминать и быстро интерпретировать визуальную, звуковую и письменную информацию, быстро взвешивать альтернативы и принимать решения.
2. Дестабилизирующая организация деятельности. Основные ее признаки: нечеткая организация труда, недостаток оборудования, плохо структурированная и расплывчатая информация.
3. Повышенная ответственность за исполняемые функции и операции.
4. Неблагополучная психологическая атмосфера профессиональной деятельности. Она определяется двумя основными обстоятельствами: конфликтностью по вертикали - в системе «руководитель – подчиненный» и по горизонтали – в системе «коллега – коллега».
5. Психологически трудный контингент, с которым имеет дело профессионал в сфере общения. Например, у врачей – это тяжелые и умирающие больные.

Невольно человек начинает предвирать вышеописанные случаи и прибегать к «экономии» эмоциональных ресурсов.

*Внутренние факторы, провоцирующие «выгорание»:*

- склонность к эмоциональной ригидности;
- интенсивная интериоризация (восприятие и переживание) обстоятельств профессиональной деятельности. Возникает у людей с повышенной ответственностью за порученное дело;
- слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности;
- нравственные дефекты и дезориентация личности.

Эмоциональное выгорание – динамический процесс, который возникает поэтапно в полном соответствии с механизмом развития стресса. Ганс Селье, основоположник учения о стрессе рассматривал его как неспецифическую, защитную реакцию организма в ответ на психотравмирующие факторы разного свойства. При эмоциональном выгорании на лицо все три фазы стресса:

I. Нервное (тревожное) напряжение – его создают хроническая психоэмоциональная атмосфера, дестабилизирующая обстановка, повышенная ответственность, трудность контингента.

II. Резистенция, то есть сопротивление – человек пытается более или менее успешно оградить себя от неприятных впечатлений.

III. Истощение – оскудение психологических ресурсов, снижение эмоционального тонуса, которое наступает в следствии того, что проявленное сопротивление оказалось неэффективным.

## **Вопрос 2. Сравнительный анализ диагностических методик изучения профессионального выгорания**

### ***Описание методик исследования***

Для изучения профессионального выгорания у «контрольной группы» были выбраны две диагностические методики: опросник Бойко и опросник Маслач.

Можно выделить две основных теоретических структуры синдрома эмоционального выгорания: первая представляет выгорание как синдром, состоящий из нескольких симптомов разной степени выраженности; вторая представляет выгорание как процесс, а индивида - находящимся на одной из его стадий. Опросником, представляющим первое теоретическое воззрение, является Методика диагностики уровня профессионального выгорания Бойко, второе - Опросник выгорания Маслач.

### **2.1 Опросник Бойко**

Данная диагностическая методика была создана в 1996 году Бойко В.В. Виктор Васильевич, в отличии от своих западных коллег классифицировал синдром

профессионального выгорания на стадии, каждая из которых характеризовалась своими определенными симптомами.

В.В. Бойко рассматривает профессиональное выгорание с позиций общего адаптационного синдрома Г.Селье. Виктор Васильевич выделяет три стадии развития выгорания, каждая из которых проявляется в виде четырех симптомов:

### **1. Фаза напряжения.**

Наличие напряжения служит предвестником развития и запускающим механизмом формирования синдрома профессионального выгорания. Тревожное напряжение включает следующие симптомы: переживание психотравмирующих обстоятельств, неудовлетворённость собой, чувство безысходности, тревога и депрессия.

### **2. Фаза резистентности.**

Выделение этой фазы в самостоятельную, весьма условно. При осознании наличия тревожного напряжения, человек стремится избегать действия эмоциональных факторов с помощью ограничения эмоционального реагирования: неадекватного избирательного эмоционального реагирования, эмоционально-нравственная дезориентации, расширения сферы экономии эмоций, редукции профессиональных обязанностей.

### **3. Фаза истощения**

Характеризуется падением общего энергетического тонуса и ослаблением нервной системы: эмоциональный дефицит, эмоциональная отстранённость, личностная отстранённость (деперсонализация), психосоматические и вегетативные проявления.

Опросник состоит из 84 пунктов, группирующихся в 12 шкал. В свою очередь, шкалы группируются в три фактора, соответствующих трём выделенным Бойко стадиям эмоционального выгорания:

- «НАПРЯЖЕНИЕ»
  1. Переживание психотравмирующих обстоятельств
  2. Неудовлетворённость собой
  3. «Загнанность в клетку»
  4. Тревога и депрессия
- «РЕЗИСТЕНЦИЯ»
  1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование

2. Эмоционально-нравственная дезориентация
  3. Расширение сферы экономии эмоций
  4. Редукция профессиональных обязанностей
- «ИСТОЩЕНИЕ»
    1. Эмоциональный дефицит
    2. Эмоциональная отстранённость
    3. Личностная отстранённость (деперсонализация)
    4. Психосоматические и психовегетативные нарушения
      1. Опросник Маслач

Данная методика была разработана в 1986 году Maslach и Jackson.

Опросник состоит из 22 пунктов, по которым возможно вычисление значений 3-х шкал: «Эмоциональное истощение», «Деперсонализация», «Редукция профессиональных достижений».

«Эмоциональное истощение» проявляется в переживаниях сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим, ощущении «пресыщенности» работой, неудовлетворенностью жизнью в целом. В контексте синдрома перегорания «деперсонализация» предполагает формирование особых, деструктивных взаимоотношений с окружающими людьми.

«Деперсонализация» проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях – в негативизме и циничном отношении. На поведенческом уровне «деперсонализация» проявляется в высокомерном поведении, использовании профессионального сленга, юмора, ярлыков.

«Редукция профессиональных достижений» отражает степень удовлетворенности медицинского работника собой как личностью и как профессионалом. Неудовлетворительное значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении служебных обязанностей, тенденцию к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, отстраненность и неучастие, избегание работы сначала психологически, а затем физически.

## 2.3 Результаты исследования

Выборка исследования включает 25 респондентов, среди которых 10 мужчин и 15 женщин возраста - 25-46 лет. 80% респондентов являются дипломированными медицинскими работниками. Минимальный рабочий стаж – 5 лет.

Для определения силы и направления корреляционной связи использовался метод **ранговой корреляции Спирмена. Целью корреляционного анализа стало выявление характера связей между рассматриваемыми методиками и их показателями.** В ходе исследования по результатам диагностики были получены результаты, которые показали следующие данные, представленные ниже:

1) Эмоциональное истощение которое проявляется в переживаниях сниженного эмоционального тонуса, повышенной психической истощаемости и аффективной лабильности, утраты интереса и позитивных чувств к окружающим имеет высокую связь с фазой напряжения, которая служит предвестником развития и запускающим механизмом формирования синдрома профессионального выгорания. Результат данной корреляции по Спирмену  $r = 0,88$ , связь прямая, статически значимая.

2) Так же эмоциональное истощение имеет высокую корреляцию с фазой резистенции. При осознании наличия тревожного напряжения, человек стремится избегать действия эмоциональных факторов с помощью ограничения эмоционального реагирования: неадекватного избирательного эмоционального реагирования, эмоционально-нравственная дезориентации, расширения сферы экономии эмоций, редукции профессиональных обязанностей. Результат данной корреляции по Спирмену  $r = 0,79$ , связь прямая, статически значимая.

3) Фаза истощения по методике Бойко, так же имеет прямую корреляцию с эмоциональным истощением по методике Маслач & Джексон. Результат данной корреляции по Спирмену  $r = 0,80$ , связь прямая, статически значимая.

4) Деперсонализация проявляется в эмоциональном отстранении и безразличии, формальном выполнении профессиональных обязанностей без личностной включенности и сопереживания, а в отдельных случаях – в негативизме и циничном отношении. Имеется значимая прямая корреляция с фазой напряжения ( $r = 0,69$ ), фазой резистенции ( $r = 0,64$ ), фазой истощения ( $r = 0,70$ ).



5) Поскольку 80 % опрошенных относились к работникам медицинских специальностей, редукция профессиональных достижений является одним из важных следствий развития профессионального выгорания. Неудовлетворительное значение этого показателя отражает тенденцию к негативной оценке своей компетентности и продуктивности и, как следствие, - снижение профессиональной мотивации, нарастание негативизма в отношении служебных обязанностей, тенденцию к снятию с себя ответственности, к изоляции от окружающих, отстраненность и неучастие, избегание работы сначала психологически, а затем физически. Была выявлена обратная корреляция с фазой напряжения ( $r = -0,49$ ) и фазой резистенции ( $r = -0,44$ ).

6) Между редукцией профессиональных достижений и фазой истощения по Бойко значимых корреляций выявлено не было.

Вывод:

На основании полученных данных, мы приходим к заключению о том, что исследуемые методики диагностики профессионального выгорания имеют между собой прямую, обратную и умеренную взаимосвязь и могут быть взаимозаменяемыми.

Большинство респондентов с выраженным синдромом профессионального выгорания имеют медицинское образование и работают в медицинской сфере более 5 лет, что подтверждает гипотезу о том, что выгорание развивается в процессе длительной профессиональной деятельности.

Результаты экспериментального исследования помогают сделать вывод о том, что выдвинутые гипотезы подтвердились.

## **Заключение**

Цель данной курсовой работы заключалась в проведении диагностики и анализа используемых методов исследования профессионального выгорания. Подобранные методики исследования довольно хорошо определяют степень профессионального выгорания, позволяют исследовать воздействия стрессобразующих факторов на развитие симптомов выгорания.

В практическом исследовании мною был применен метод ранговой корреляции Спирмена, в ходе проведения математико-статистического анализа, проверялась гипотеза о взаимосвязи между методиками.

К сожалению, единственным и самым эффективным способом борьбы с профессиональным выгоранием служит смена работы. Люди понимая, что работа их чем-то не устраивает (зарплата, обязанности, коллектив и т.д.) и ничто не может повлиять на их работоспособность, придать работе смысл, то ничего не остается как сменить место работы, сферу деятельности. Медицинские работники чаще всего подвержены синдрому профессионального выгорания. Они вынуждены много и интенсивно общаться с различными людьми, знакомыми и незнакомыми, а это огромные условия труда в большинстве медицинских учреждениях одинаковы, так что смены работы не всегда может помочь. Уйти работать в другую сферу – непозволительная роскошь, затрачено слишком много усилий для получения диплома, квалификаций и узкоспециализированных навыков. Необходимо участие кадровых работников и руководства с целью выявления стрессобразующих факторов, оказывающих негативное влияние на сотрудников для принятия мер предупреждения профессионального выгорания.

## **Список использованной литературы**

1. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении [Текст] / В.В. Бойко. – СПб, 2009 – 278 с.
2. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. - М.: Наука, 1996. - 154 с.
3. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб: Прайм-Еврознак, 2009. – 672 с.
4. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика. Практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – М.: Юрайт, 2017. – 344 с.
5. Грабе М. Синдром выгорания - болезнь нашего времени: почему люди выгорают и что можно против этого предпринять / М. Грабе [пер. с нем.: В. Г. Немченкова); науч. ред. Л.Г. Лысюк. - СПб.: Речь, 2008. - 96 с.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2013. – 784 с.
7. Ларенцова Л.И., Барденштейн Л.М. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей. Психологические аспекты / Л.И. Ларенцова, Л.М. Барденштейн. – М.: Медицинская книга, 2009. – 144 с.

8. Макарова Г.А. Синдром эмоционального выгорания [Текст] / А.Г.Макарова. – М.: Речь, 2010 – 381 с.
9. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с.
10. Неги А. Профилактика синдрома эмоционального выгорания и профессиональной деформации с использованием когнитивного, телесно-ориентированного и экзистенциально-аналитического подходов. – М.: Издательские решения, 2016 – 76 с.
11. Орел В.Е. Синдром психического выгорания: мифы и реальность / В.Е.Орел. –Харьков: Гуманитарный центр, 2014. – 296 с.
12. Психические состояния. Хрестоматия / сост. Куликов Л.В. – СПб.: Питер, 2001. – 512с.
13. Семиздралова, О. Предупреждение эмоционального выгорания педагога / О. Семиздралова // Социальная педагогика.,2009. – № 6 - 98 –106 с.
14. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., 2009. - 544.

## Приложения

### Результаты проведенных методик и их перевод в стены

№	Имя	пол	возраст	Масlach-Джексон										Бойко																																
				Эмоциональное истощение	Синдром эмоционального истощения	Деперсонализация	Синдром обесценивания	Результат профессиональных действий	Синдром рефлексии проф. деятельности	УФазы взаимодействия	Синдром Фазы взаимодействия	Переживание обстоятельств	Синдром Переживания обстоятельств	Неудовлетворенность	Синдром	"Затянутость в кресле"	Синдром "Затянутость в кресле"	Тривога и депрессия	Синдром Тревога и депрессия	Фазы взаимодействия	Неадекватное реагирование	Идеальное	Эмоциональная депривация	Синдром Эмоциональной депривации	Расширение сферы экономики	Синдром Расширение сферы экономики	Синдром Рефлексии проф.	УФазы взаимодействия	Эмоциональный дефицит	Эмоциональный дефицит	Синдром Эмоционального дефицита	Личностная оптимистичность	Синдром Личностной оптимистичности	Психосоциальные нарушения	Синдром Психосоциальных нарушений											
код	Пол	0-15 OK 16-24 Ср 25-54 Выс	0-5 OK 6-10 Ср 11-30 Выс	0-30 Выс 31-36 Ср 37-48 OK	0-36 OK 37-48 Ср 49-61-90 OK	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср	0-9 OK 10-15 Ср 16-30 Ср																
1	Котг	Ж	1	29	30	7	16	7	34	6	41	6	12	5	6	6	11	7	12	6	42	5	15	5	4	3	6	5	18	6	40	5	12	6	10	5	3	4	15	7						
2	Рым	М	2	31	11	3	8	5	37	7	11	4	2	3	8	6	1	4	0	4	29	3	15	5	2	2	0	3	12	5	10	3	0	3	8	4	0	4	2	4						
3	Яся	Ж	1	33	14	4	5	4	44	9	19	4	12	5	2	4	5	5	0	4	41	4	12	4	9	5	3	4	17	6	29	5	0	3	15	6	8	5	6	5						
4	Никола	М	2	38	17	4	10	5	37	7	8	4	5	4	3	5	0	4	0	4	69	7	30	9	7	4	8	5	24	7	25	4	5	4	13	6	2	4	5	5						
5	Юлистер	М	2	46	17	4	7	4	40	8	8	4	5	4	3	5	0	4	0	4	36	4	17	6	5	3	7	5	7	3	15	4	0	3	8	4	3	4	4	4						
6	Василиса	Ж	1	25	28	6	17	7	34	6	52	7	9	5	10	7	5	5	28	9	69	7	17	6	7	4	28	9	17	6	74	8	28	9	8	4	26	9	12	6						
7	Ламбада	Ж	1	46	6	2	9	5	37	7	3	3	0	3	0	4	0	4	0	4	3	4	34	4	10	4	7	0	3	17	6	15	4	0	3	15	6	0	4	0	3					
8	Батарейка	Ж	1	31	12	4	7	4	35	6	10	4	2	3	0	4	0	4	0	4	3	5	36	4	13	5	10	5	3	4	10	4	33	5	7	5	15	6	3	4	8	5				
9	Круши	М	2	32	31	7	8	5	35	6	26	5	20	7	3	5	1	4	2	4	33	4	12	4	14	7	0	3	7	3	28	4	2	4	13	6	5	4	8	5						
10	Стас	М	2	28	22	5	11	5	34	6	11	4	5	4	5	5	1	4	0	4	34	4	13	5	17	8	2	4	2	2	25	4	2	4	15	6	5	4	3	4						
11	Егор	М	2	28	27	6	14	6	30	4	76	8	27	9	8	6	13	7	28	9	87	8	27	8	7	4	25	8	28	8	75	8	17	7	18	7	25	8	15	7						
12	Настя	Ж	1	24	39	8	19	8	33	5	53	7	25	8	5	5	0	4	23	8	80	7	25	8	10	5	18	7	27	8	75	8	17	7	13	6	20	7	25	10						
13	Давид	М	2	27	14	4	4	3	34	6	18	4	5	4	0	4	11	7	2	4	40	4	17	6	10	5	10	5	3	2	27	4	17	7	5	3	2	4	3	4						
14	Света	Ж	1	30	34	7	13	6	31	4	48	6	20	7	13	8	5	5	10	5	61	6	15	5	10	5	13	6	23	7	46	6	5	4	3	2	2	4	18	8						
15	Соа	М	2	28	18	5	9	5	30	4	20	4	7	4	8	6	5	5	0	4	45	5	8	4	12	6	5	4	20	6	40	5	12	6	18	7	10	5	0	3						
16	Сашен +	Ж	1	28	36	8	16	7	35	6	54	7	27	9	5	5	0	4	22	8	89	8	23	7	19	8	27	8	20	6	61	7	20	7	8	4	23	8	10	6						
17	Зверева	Ж	1	27	19	5	6	4	38	7	27	5	12	5	0	4	0	4	15	6	44	5	5	3	17	8	10	5	12	5	15	4	4	4	3	2	3	4	5	5						
18	Марина+	Ж	1	39	15	4	7	4	30	4	25	5	12	5	5	5	0	4	8	5	33	4	12	4	10	5	3	4	8	4	28	4	3	4	15	6	8	5	2	4						
19	Саша +	Ж	1	28	50	10	29	11	34	6	87	9	27	9	12	7	20	9	28	9	86	8	25	8	15	7	28	9	18	6	33	11	30	10	25	10	30	9	27	10						
20	Евгений	М	2	34	40	8	23	9	28	3	10	25	8	15	8	30	12	28	9	102	9	30	9	12	6	30	9	30	9	36	9	28	9	25	10	28	9	15	7							
21	Настя	Ж	1	27	5	2	7	4	36	6	10	4	0	3	0	4	10	7	0	4	14	2	3	2	7	4	2	5	4	2	2	5	3	0	3	3	0	4	0	3						
22	Евгения	Ж	1	28	17	4	6	4	39	7	18	4	7	4	0	4	6	6	5	4	42	4	2	2	22	9	5	4	13	5	34	5	17	7	10	5	0	4	7	5						
23	Лиза+	Ж	1	29	32	7	9	5	22	1	10	25	8	27	12	15	8	30	9	106	10	28	8	18	8	30	9	30	9	66	7	20	7	15	6	18	7	13	7							
24	Тая	Ж	1	30	24	6	12	6	37	7	31	5	19	7	7	6	0	4	5	4	49	5	7	3	9	5	8	5	25	8	51	6	10	5	15	6	23	8	3	4						
25	Мул	М	2	29	22	5	4	3	19	-0	26	5	10	5	3	5	0	4	13	6	77	7	28	8	22	9	10	5	17	6	32	5	8	5	11	5	8	5	5	5						
Сумма средняя				1,40	31,00	23,20		11,04	33,72	35,08	12,80			5,92	5,56	10,80	55,16	16,36	11,28	11,24	16,28	42,28	10,56	12,36	10,20	8,44																				
Мода				1	28	17		7	34	11	12		0	0	0	69	15	7	0	17	15	0	17	15	0	15	3	15																		
Медиана				1	29	22		9	34	26	12		5	1	8	44	15	10	8	17	33	8	13	5	6	13	5	6																		
Стандартное квадратичное отклонение				0,50	5,6935636	11,2805		6,160898	5,326975	28,62	9,332		6,15	7,644	11,12	25,34	8,534	5,443	10,52	8,556	27,57	9,618	5,794	10,32	7,428																					

### Величина корреляционных связей между показателями

image not found or type unknown



1. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика. Практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. - М.: Юрайт, 2017. [↑](#)
2. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. - М.: Наука, 1996. [↑](#)