

Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников

Я.Л. Щербакова[✉], <https://orcid.org/0000-0002-1203-3120>, shcherbakova_ya@mail.ru

С.М. Мегрелишвили, 3162883@mail.ru

Д.С. Клячко, <https://orcid.org/0000-0001-5841-8053>, rip.tor@yandex.ru

С.Б. Сугарова, <https://orcid.org/0000-0003-0856-8680>, sima.sugarova@gmail.com

Л.В. Аносова, <https://orcid.org/0000-0002-3796-7616>, anosova.ludmila@yandex.ru

Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9

Резюме

В настоящее время одним из самых актуальных вопросов, рассматриваемых в рамках психологии профессиональной деятельности и здравоохранения, является эмоциональное выгорание у медицинских работников. Вопросы профилактики развития данного состояния встали особенно остро в период эпидемии новой коронавирусной инфекции, работа в условиях которой потребовала от медицинских специалистов физической, психоэмоциональной и этической вовлеченности. Эмоциональное выгорание представляет собой синдром, развивающийся на фоне хронического стресса и ведущий к истощению личностных и эмоционально-энергетических ресурсов человека в профессии. Это динамический процесс, который возникает поэтапно и соотносится с механизмом развития стресса (нервное напряжение, резистенция и истощение). Синдром выгорания начинает формироваться на раннем этапе профессиональной деятельности и возникает под влиянием разнообразных факторов: социальных, политических, экономических, бюрократических и пр. На этапе изучения данного феномена были предложены различные модели эмоционального выгорания, наиболее известной из которых является трехкомпонентная модель выгорания К. Маслач, включающая эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение личностных достижений. В отечественной психологии изучением феномена выгорания занимался В.В. Бойко, выделивший в структуре синдрома три основные фазы с характерным симптомокомплексом: напряжение, резистенция и истощение, соответствующие фазам развития стресса. Согласно мнению ряда авторов, синдром выгорания имеет тесную связь с эмпатийностью, следовательно, необходимо провести исследование взаимосвязи уровня эмпатии со степенью выраженности эмоционального выгорания у медицинских работников с целью дальнейшего формирования основных направлений профилактики данного синдрома.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, профессиональное выгорание, COVID-19, фазы стресса, модели выгорания, эмпатия

Для цитирования: Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В. Синдром эмоционального выгорания у медицинских работников. *Медицинский совет.* 2022;16(20):158–163. <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2022-16-20-158-163>.

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Emotional burnout syndrome in healthcare professionals

Iana L. Shcherbakova[✉], <https://orcid.org/0000-0002-1203-3120>, shcherbakova_ya@mail.ru

Spartak M. Megrelishvili, 3162883@mail.ru

Dmitrii S. Kliachko, <https://orcid.org/0000-0001-5841-8053>, rip.tor@yandex.ru

Serafima B. Sugarova, <https://orcid.org/0000-0003-0856-8680>, sima.sugarova@gmail.com

Lyudmila V. Anosova, <https://orcid.org/0000-0002-3796-7616>, anosova.ludmila@yandex.ru

Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech; 9, Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia

Abstract

Currently, one of the most pressing concerns of labor psychology and healthcare is emotional burnout in healthcare professionals. During the COVID-19 pandemic this condition has become very significant due to it takes a lot of physical, psychoemotional and ethical commitment of medical personnel. Emotional burnout is a syndrome that derives from chronic stress and leads to the depletion of personal, emotional, and energy resources of a person in the professional life. It is an dynamic sequential process and relevant to stress stages (the alarm stage, the resistance stage and the exhaustion stage). There are many various factors inducing the burnout syndrome: social, political, economic, bureaucratic, etc. In the process of studying this phenomenon, different models of emotional burnout were proposed. The most famous model is the three-part model of burnout by C. Maslach, which includes emotional exhaustion, depersonalization and a decrease in personal achievements. In Russia V.V. Boyko has been studying the burout phenomenon. There are three main stages of emotional burnout (alarm,

resistance and exhaustion), which have a close connection to stress stages; each stage has a specific combination of symptoms. According to a number of authors, burnout syndrome is closely related to empathy, therefore, it is necessary to study the relationship between the level of empathy and the degree of emotional burnout in healthcare professionals for planning further psychological support for the prevention of this syndrome.

Keywords: emotional burnout, professional burnout, COVID-19, stress stages, burnout models, empathy

For citation: Shcherbakova I.L., Megrelishvili S.M., Kliachko D.S., Sugarova S.B., Anosova L.V. Emotional burnout syndrome in healthcare professionals. *Meditsinskiy Sovet.* 2022;16(20):158–163. (In Russ.) <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2022-16-20-158-163>.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest.

ВВЕДЕНИЕ

Синдром эмоционального выгорания можно отнести к категории важных проблем, которые негативно влияют на продуктивность деятельности медицинских работников и их взаимоотношения с обществом. Примечательно, что актуальность данного вопроса значительно возросла в период эпидемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19) [1–3].

Эмоциональное выгорание является состоянием, развивающимся на фоне хронического стресса, приводит к редукции всех ресурсов человека не только в профессии, но и в других сферах жизнедеятельности. Наибольшему риску развития синдрома эмоционального выгорания подвержены представители социономических профессий (психологи, педагоги, медицинские работники и пр.), профессиональная деятельность которых характеризуется эмоциональной насыщенностью и вовлеченностью, а также имеет большое количество факторов, вызывающих стресс и психофизическое истощение. Эмоциональное выгорание у врачей начинает формироваться с первых лет практической деятельности под воздействием разнообразных профессиональных факторов (*рис.*) [4–13].

СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Исследованиями синдрома эмоционального выгорания специалисты занимаются на протяжении более сорока лет. Принято считать, что впервые термин “burnout” – «сгорание», «выгорание» предложил в 1974 г. Г. Фройденбергер, который исследовал мотивационные, поведенческие, физические и эмоциональные маркеры синдрома эмоционального выгорания. Применялась предложенная терминология «для характеристики психологического состояния здоровых людей, которые находятся в интенсивном общении с пациентами в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи» [14–16].

В дальнейшем К. Маслач с соавт. предложила использовать данный термин применительно к работникам «помогающих профессий»: “burnout” – это синдром эмоционального истощения, «деперсонализации» и снижения личностной результативности, который может возникать среди специалистов, занимающихся разными видами «помогающих профессий» [15–17].

Эмоциональное выгорание – это подвижный процесс, возникающий последовательно и соотносящийся со ста-

диями развития стресса. Основоположник учения о стрессе Г. Селье рассматривал его как неспецифическую защитную реакцию организма в ответ на психотравмирующие факторы разного свойства. При эмоциональном выгорании наблюдаются все три фазы стресса [18, 19]:

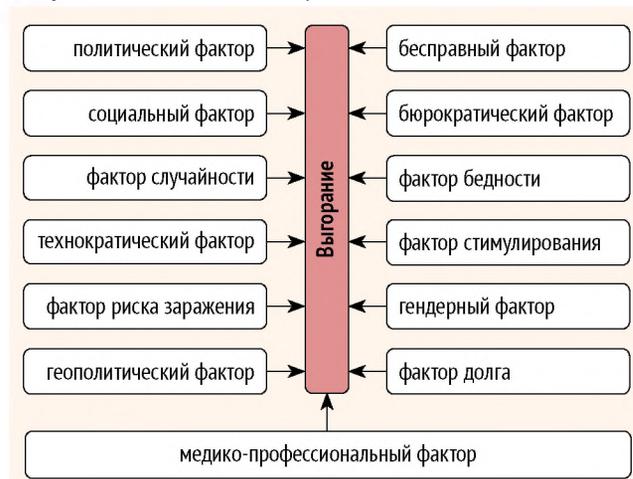
Первая фаза – нервное напряжение, которое возникает под длительным воздействием дестабилизирующей обстановки, неблагоприятной психоэмоциональной атмосферы, трудности контингента и повышенной ответственности.

Вторая фаза – резистентная, для которой характерна попытка человека с разной степенью успешности ограды от неприятных впечатлений.

Третья фаза – фаза истощения – характеризуется снижением эмоционального тонуса и уменьшением психических ресурсов, вследствие того что проявленное сопротивление оказалось неэффективным. Каждому этапу свойственны отдельные признаки или симптомы нарастающего эмоционального выгорания.

Выделяют несколько моделей выгорания. В зарубежной психологии сложились одно-, двух- и трехкомпонентные модели. Так, в рамках одномерной модели Э. Пайнс и Э. Аронсон рассматривают эмоциональное выгорание как состояние физического, эмоционального и когнитивного истощения, вызванного продолжительным пребыванием в эмоционально перегруженных условиях. В ходе проводимых исследований Э. Пайнс были сделаны выводы, что «если работа оценивается как незначимая в собственных глазах, то синдром развива-

● **Рисунок.** Основные факторы профессионального выгорания
● **Figure.** Main factors of the professional burnout



ется быстрее. При этом выгорание с наибольшей вероятностью возникает у работников социальной сферы с высоким уровнем притязаний» [20].

К. Маслач и С. Джексон предложили трехкомпонентную модель выгорания. В своих работах К. Маслач определяет эмоциональное выгорание как «синдром эмоционального истощения, деперсонализации и снижения личностных достижений, который может возникать среди специалистов социально-экономических профессий» [1, 14, 15, 20, 21]. Согласно автору, эмоциональное выгорание состоит из трех основных компонентов, имеющих характерные черты (табл. 1) [22–24].

В отечественной психологии В.В. Бойко определяет "burnout" как выработанный механизм защиты психики, который характеризуется частичным либо полным отсе-

● **Таблица 1.** Трехкомпонентная модель выгорания К. Маслач
● **Table 1.** C. Maslach's three-part model of burnout

Фактор	Сущность и характеристика
Эмоциональное истощение (emotional exhaustion)	Симптомы депрессии, психическое утомление, эмоциональная опустошенность и усталость. Изначально возникает эмоциональное перенапряжение, которое сопровождается эмоциональными срывами, вспышками гнева и агрессией, сменяющееся снижением эмоциональных ресурсов и потерей эмоционального интереса к окружающей действительности
Деперсонализация (depersonalisation)	Обесценивание межличностных отношений, негативизм, циничное отношение к чувствам и переживаниям других людей. Имеются явные или скрытые негативные установки, преобладает обезличенность и формальность контактов, отмечаются частые вспышки раздражения и конфликтные ситуации
Редукция личных достижений (personal accomplishment)	Снижение профессиональной эффективности работника, которое характеризуется негативным отношением к служебным обязанностям, уменьшением значимости выполняемой деятельности. Ярko выражено чувство собственной несостоятельности и некомпетентности

● **Таблица 2.** Симптомы эмоционального выгорания
● **Table 2.** Emotional burnout symptoms

№ п/п	Сфера проявления	Симптомы
1	Соматическая сфера	Физическое утомление, усталость, истощение, колебание веса, нарушение сна, затруднение дыхания, одышка, головокружение, тошнота, дрожь, потливость, повышение артериального давления, симптомы болезней сердечно-сосудистой системы и воспалительные заболевания кожи
2	Эмоциональная сфера	Дефицит эмоций, эмоциональная отстраненность, пессимизм, цинизм и черствость в работе и личной жизни, безразличие, ощущение беспомощности и безнадежности, агрессивность, раздражительность, тревога, неспособность сосредоточиться, депрессия, чувство вины, одиночества, увеличение деперсонализации своей или других. Положительные эмоции появляются все реже, а отрицательные – все чаще. Грубость, раздражительность, обиды, резкость и капризы становятся неотъемлемыми в эмоциональной сфере
3	Когнитивная сфера	Падение интереса к профессиональным знаниям, альтернативным подходам решения проблем, потеря творческого подхода, склонность к шаблону, рутине, формальное выполнение работы, пассивность
4	Поведенческая сфера	Рабочее время > 45 ч в неделю, во время работы появляется усталость и желание отдохнуть, безразличие к еде, низкая физическая нагрузка, употребления психоактивных веществ как способ фармакологического совладания с эмоциональным стрессом и выгоранием, несчастные случаи, травмы, аварии, импульсивное эмоциональное поведение
5	Социальная сфера	Низкая социальная активность, падение интереса к досугу, увлечениям, социальные контакты формальны, бедны, ограничены работой; ощущение изоляции, непонимания других и другими, недостатка поддержки со стороны семьи, друзей, коллег

чением эмоционального компонента от непосредственно психотравмирующей ситуации. Автор выделяет в структуре синдрома 3 фазы, каждая из которых содержит ключевые симптомы (табл. 2) [22–24]:

I. Фаза «напряжения». Механизм, запускающий формирование эмоционального выгорания, является результатом либо постоянного воздействия, либо кратковременных, но сильных психотравмирующих факторов.

II. Фаза «резистенции». Для данной фазы характерно неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, расширение сферы экономии эмоций, эмоционально-нравственная дезориентация и редукция профессиональных обязанностей.

III. Фаза «истощения». Проявляется эмоциональным дефицитом, психосоматическими и психовегетативными нарушениями, эмоциональной и личностной отстраненностью.

Симптомы эмоционального выгорания объединяются в 5 базовых групп в зависимости от той сферы, в которой они проявляются (табл. 2) [23, 25].

В качестве основных факторов, провоцирующих развитие выгорания, Э. Махер выделяет авторитаризм и низкий уровень эмпатии. Считается, что менее эмпатичные люди в большей степени подвержены эмоциональному выгоранию. Согласно К. Маслач, при синдроме выгорания снижается уровень эмпатии. В то время как эмпатия требует фокусирования на другом индивиде, при выгорании человеку необходимо находить ресурсы, чтобы справиться со своим состоянием, что предполагает смещение фокуса внимания на себя [23, 26].

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ

Наряду с эмоциональным выгоранием, выделяют понятие «профессиональное выгорание». Профессиональное выгорание – это синдром эмоционального выгорания в профессиональной сфере. Профессиональное выгора-

ние является психологическим процессом и рассматривается как фактор риска в профессиональной деятельности. Профессиональное выгорание как результат изменений функциональных регламентаций и интенсивного труда в подразделениях организаций отражается на состоянии работоспособности коллектива, продуктивности его деятельности и результатах труда. Основной причиной профессионального выгорания является несоответствие между запросом работодателя определенной профессиональной группы и индивидуально-личностными особенностями работника [27].

Эмоциональное и профессиональное выгорание у медицинских работников приводит к опустошенности, равнодушию и агрессии по отношению к пациентам, ведет к ухудшению физического и психического здоровья, поэтому крайне важно осуществлять профилактику развития данного состояния [2, 28].

Согласно К. Маслач и соавт., наиболее эффективным способом борьбы с выгоранием является сочетание организационных и индивидуальных мероприятий. Для преодоления выгорания необходимы активное умение оказания самопомощи, а также профессиональная помощь специалистов. В качестве самопомощи сотрудник учится диагностировать симптомы профессионального стресса и использовать техники саморегуляции для их преодоления. В учреждении здравоохранения организационные мероприятия должны быть направлены на поддержку здоровья и профессиональной деятельности сотрудников, совладание с профессиональным стрессом, обучение навыкам профессиональной коммуникации и повышение их профессионального уровня. Персонал лечебного

учреждения должен получать необходимую информацию о причинах, проявлениях выгорания и эмоциональную поддержку для его преодоления. В коллективе должны регулярно осуществляться мероприятия, направленные на предупреждение негативных переживаний, укрепление мотивации к профессиональной деятельности, повышающие интерес к профессии и ее значимости. С персоналом необходимо проводить профилактические программы и тренинги по предотвращению выгорания, которые способствуют предупреждению и преодолению выгорания, а также восполнению психологических ресурсов персонала [28].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Синдром эмоционального выгорания является актуальной проблемой современного общества, оказывающий негативное воздействие не только на профессиональную деятельность специалистов социомедицинских профессий, к которым относятся медицинские работники, но и на все аспекты жизнедеятельности. Синдром выгорания у медицинских работников обычно формируется на начальном этапе практики под действием разнообразных профессиональных и социальных факторов. Эмоциональное выгорание у врачей имеет определенную связь с уровнем эмпатии, с учетом которой необходимо определить основные направления профилактики данного синдрома.

Поступила / Received 01.08.2022

Поступила после рецензирования / Revised 07.10.2022

Принята в печать / Accepted 12.10.2022



Список литературы / References

1. Вашадзе Ш., Кекенадзе М. Выгорание у медицинских работников. *Медицина неотложных состояний*. 2019;(1):118–120. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vygoranie-u-meditsinskih-rabotnikov>. Vashadze Sh., Kekenadze M. Burnout syndrome in medical personnel. *Emergency Medicine*. 2019;(1):118–120. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/vygoranie-u-meditsinskih-rabotnikov>.
2. Шафикова Г.Р., Псянчина З.В. Личностные факторы эмоционального выгорания современных педагогов. *Казанский педагогический журнал*. 2021;(4):213–219. Режим доступа: <https://kp-journal.ru/archives/2274>. Shafikova G.R., Pсяnchina Z.V. Personal factors of emotional burnout of modern teachers. *Kazan Pedagogical Journal*. 2021;(4):213–219. (In Russ.) Available at: <https://kp-journal.ru/archives/2274>.
3. Ярошенко Е.И. Социально-психологическая модель эмоционального выгорания личности. *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*. 2019;(1):1–7. Режим доступа: <http://scientific-notes.ru/magazine/archive/number/137>. Yaroshenko E.I. Sociopsychological model of the personal emotional burnout. *Uchenye Zapiski. Elektronnyy Nauchnyy Zhurnal Kurskogo Gosudarstvennogo Universiteta*. 2019;(1):1–7. (In Russ.) Available at: <http://scientific-notes.ru/magazine/archive/number/137>.
4. Астащенко С.В., Мегрелишвили С.М., Щербаклова Я.Л. Односторонняя внезапная сенсоневральная тугоухость при COVID-19. Клинические наблюдения и обзор литературы. *Российская оториноларингология*. 2021;(5):75–81. <https://doi.org/10.18692/1810-4800-2021-5-75-81>. Astashchenko S.V., Megrelishvili S.M., Shcherbakova Y.L. Unilateral sudden sensorineural hearing loss and COVID-19. Clinical observations and literature review. *Rossiiskaya Otorinolaringologiya*. 2021;(5):75–81. (In Russ.) <https://doi.org/10.18692/1810-4800-2021-5-75-81>.
5. Мегрелишвили С.М., Щербаклова Я.Л., Канина А.Д., Пыхтеева А.П., Сугарова С.Б. Неврологические и оториноларингологические проявления при COVID-19. *Российская оториноларингология*. 2021;(4):72–78. <https://doi.org/10.18692/1810-4800-2021-4-72-78>. Megrelishvili S.M., Shcherbakova Y.L., Kanina A.D., Pykhteeva A.P., Sugarova S.B. Neurological and ENT manifestations in COVID-19. *Rossiiskaya Otorinolaringologiya*. 2021;(4):72–78. (In Russ.) <https://doi.org/10.18692/1810-4800-2021-4-72-78>.
6. Холмогорова А.Б., Петриков С.С., Суроегина А.Ю., Микита О.Ю., Рахманина А.А., Рой А.П. Профессиональное выгорание и его факторы у медицинских работников, участвующих в оказании помощи больным COVID-19 на разных этапах пандемии. *Журнал им. Н.В. Склифосовского «Неотложная медицинская помощь»*. 2020;(3):321–337. <https://doi.org/10.23934/2223-9022-2020-9-3-321-337>. Kholmogorova A.B., Petrikov S.S., Suroyegina A.Y., Mikita O.Y., Rakhmanina A.A., Roy A.P. Burnout and its factors in healthcare workers involved in providing health care for patients with COVID-19 at different stages of the pandemic. *Sklifovskiy Journal Emergency Medical Care*. 2020;(3):321–337. (In Russ.) <https://doi.org/10.23934/2223-9022-2020-9-3-321-337>.
7. Raudenská J., Steinerová V., Javůrková A., Urits I., Kaye A.D., Viswanath O., Varrassi G. Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. *Best Pract Res Clin Anaesthesiol*. 2020;34(3):553–560. <https://doi.org/10.1016/j.bpa.2020.07.008>.
8. Панасенко Т.В., Азарко Е.М. Эмоциональное выгорание медицинских работников. *Молодой исследователь Дона*. 2021;(5):97–103. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-u-meditsinskih-rabotnikov>. Panasenko T.V., Azarko E.M. Emotional burn out in medical workers. *Molodoy Issledovatel Dona*. 2021;(5):97–103. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-u-meditsinskih-rabotnikov>.
9. Савинская Е.С., Харьковская О.А. Проблема эмоционального выгорания у врачей. *Инновационная наука*. 2020;(12):178–180. Режим доступа: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/IN-2020-12.pdf>. Savinskaya E.S., Khar'kova O.A. Emotional burnout issue in doctors. *Innovation Science*. 2020;(12):178–180. (In Russ.) Available at: <https://aeterna-ufa.ru/sbornik/IN-2020-12.pdf>.

10. Шихкин А.Е. Социальный феномен «выгорания» врача. *Вестник Бурятского государственного университета*. 2019;(3):76–82. <https://doi.org/10.18101/1994-0866-2019-3-76-82>.
Shishkin A.E. Social phenomenon of physician burnout. *Vestnik Buryatskogo Gosudarstvennogo Universiteta*. 2019;(3):76–82. (In Russ.) <https://doi.org/10.18101/1994-0866-2019-3-76-82>.
11. Voultsos P., Koungali M., Psaroulis K., Boutou A.K. Burnout syndrome and its association with anxiety and fear of medical errors among intensive care unit physicians: A cross-sectional study *Anaesth Intensive Care*. 2020;48(2):134–142. <https://doi.org/10.1177/0310057X200902780>.
12. Maresca G., Corallo F., Catanese G., Formica C., Lo Buono V. Coping Strategies of Healthcare Professionals with Burnout Syndrome: A Systematic Review. *Medicina (Kaunas)*. 2022;58(2):327. <https://doi.org/10.3390/medicina58020327.64>.
13. Guerrero-Barona E., Guerrero-Molina M., García-Gómez A., Moreno-Manso J.M., García-Baamonde M.E. Quality of Working Life, Psychosocial Factors, Burnout Syndrome and Emotional Intelligence. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(24):9550. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249550>.
14. Копылова Е.Д. Синдром профессионального выгорания в профессиональной деятельности педагога. В: Емельянов Н.В. (ред). *Новые импульсы развития: вопросы научных исследований. Сборник статей XII Международной научно-практической конференции. Саратов, 10 мая 2021 г.* М.: КДУ, Добросвет; 2021. С. 200–205. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-professionalnogo-vygoraniya-v-professionalnoy-deyatelnosti-pedagoga>.
Kopylova E.D. Professional burnout syndrome in the professional activity of a teacher. In: Emelyanov N.V. (ed). *New impulses for development: questions of scientific research. Collection of articles of the XII International Scientific and Practical Conference. Saratov, May 10, 2021*. Moscow: KDU, Dobrosvet; 2021, pp. 200–205. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-professionalnogo-vygoraniya-v-professionalnoy-deyatelnosti-pedagoga>.
15. Неруш Т.Г. Основные этапы изучения феномена выгорания. *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика*. 2017;(4):454–459. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnyye-etapy-izucheniya-fenomena-vygoraniya>.
Nerush T.G. Main Stages of Studying the Burnout Phenomenon. *Izvestiya of Saratov University. Philosophy. Psychology. Pedagogy*. 2017;(4):454–459. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnyye-etapy-izucheniya-fenomena-vygoraniya>.
16. Хазиева Э.Д. Проблема эмоционального выгорания у педагогов. *Academic Research in Educational Sciences*. 2022;(2):848–856. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-emotsionalnogo-vygoraniya-u-pedagogov>.
Khazieva E.D. The problem of emotional burnout of teachers. *Academic Research in Educational Sciences*. 2022;(2):848–856. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-emotsionalnogo-vygoraniya-u-pedagogov>.
17. Вохрина А.В. Феномен эмоционального выгорания в психологических исследованиях. *Вестник науки*. 2022;(3):222–230. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-emotsionalnogo-vygoraniya-v-psihologicheskikh-issledovaniyakh>.
Vokhrina A.V. The phenomenon of emotional burnout in psychological research. *Vestnik Nauki*. 2022;(3):222–230. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-emotsionalnogo-vygoraniya-v-psihologicheskikh-issledovaniyakh>.
18. Мищенко В.И. Особенности психоэмоционального выгорания педагогов дополнительного образования. *Вестник Таганрогского института управления и экономики*. 2020;(2):101–104. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihoemotsionalnogo-vygoraniya-pedagogov-dopolnitelnogo-obrazovaniya>.
Mischenko V.I. Specifics of the psychoemotional burnout of the supplementary education teachers. *Vestnik Taganrogskogo Instituta Upravleniya i Ekonomiki*. 2020;(2):101–104. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psihoemotsionalnogo-vygoraniya-pedagogov-dopolnitelnogo-obrazovaniya>.
19. Рабаданова П.М., Алимova И.А. Эмоциональное выгорание и его сущность. *Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки*. 2019;(3):104–108. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-i-ego-suschnost?ysclid=19mmxh56ic660095724>.
Rabadanova P.M., Alimova I.A. Burnout and its Essence. *Dagestan State Pedagogical University Journal. Psychological and Pedagogical Sciences*. 2019;(3):104–108. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-i-ego-suschnost?ysclid=19mmxh56ic660095724>.
20. Кириллова Ю.Г. Основные причины и следствия эмоционального выгорания психолога. *Педагогика: история, перспективы*. 2021;(4):47–53. Режим доступа: <https://dpo-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/200>.
Kirillova Yu.G. The Main Causes and Consequences of Emotional Burnout of a Psychologist. *Pedagogy: History, Prospects*. 2021;(4):47–53. (In Russ.) Available at: <https://dpo-journal.ru/index.php/pvsz/article/view/200>.
21. Бичанина Т.В., Рослякова Н.И., Галушко И.Г. Профилактика профессионального выгорания педагогов. *Вестник науки*. 2018;(8):161–164. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-professionalnogo-vygoraniya-pedagogov>.
Bichanina T.V., Roslyakova N.I., Galushko I.G. Prevention of professional burnout in teachers. *Vestnik Nauki*. 2018;(8):161–164. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-professionalnogo-vygoraniya-pedagogov>.
22. Ляшенко В.Г., Целютин Т.В. Концептуальные модели и факторы профессионального выгорания педагогов в учреждении высшего образования. *StudNet*. 2020;(8):51–58. Режим доступа: https://stud.net.ru/wp-content/uploads/2020/06/%D0%92%D1%8B%D0%BF%D1%83%D1%81%D0%BA-8_2020.pdf.
Liashenko V.G., Tselyutina T.V. Conceptual models and factors of professional burning out of teachers in the institution of higher education. *StudNet*. 2020;(8):51–58. (In Russ.) Available at: https://stud.net.ru/wp-content/uploads/2020/06/%D0%92%D1%8B%D0%BF%D1%83%D1%81%D0%BA-8_2020.pdf.
23. Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Ялтонская А.В., Москвиченко Д.В. Эмоциональное выгорание врачей. *ОРГЗДРАВ: Новости. Мнения. Обучение. Вестник ВШОУЗ*. 2017;(4):19–25. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-vrachey-1>.
Sirota N.A., Yaltonsky V.M., Yaltonskaya A.V., Moskvchenko D.V. Emotional burnout among doctors. *Healthcare Management: News, Views, Education. Bulletin of VSHOUZ*. 2017;(4):19–25. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-vrachey-1>.
24. Thun-Hohenstein L., Höbinger-Ablasser C., Geyerhofer S., Lampert K., Schreuer M., Fritz C. Burnout in medical students. *Neuropsychiatr*. 2021;35(1):17–27. <https://doi.org/10.1007/s40211-020-00359-5>.
25. Нетребко Е.Э. Профессиональное выгорание. *Globus: психология и педагогика*. 2019;5(2):12–17. Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46536771&ysclid=19mnbaoirtj655225252>.
Netrebko E.E. Professional burnout. *Globus: Psychology and Pedagogy*. 2019;5(2):12–17. (In Russ.) Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46536771&ysclid=19mnbaoirtj655225252>.
26. Надирбекова А.О., Кременцов В.А., Рыскулова Г.К., Коржова С.И. Профилактика психологического профессионального выгорания у медицинских работников. *Вестник Алматинского государственного института усовершенствования врачей*. 2012;(2):4. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-psihiologicheskogo-professionalnogo-vygoraniya-u-meditsinskih-rabotnikov-1>.
Nadirbekova A.O., Krementsov V.A., Riskulova G.K., Korzhova S.I. Prevention of professional burnout in medical workers. *Vestnik Almatinskogo Gosudarstvennogo Instituta Usovershenstvovaniya Vrachey*. 2012;(2):4. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-psihiologicheskogo-professionalnogo-vygoraniya-u-meditsinskih-rabotnikov-1>.
27. Никишов С.Н., Осипова И.С. Психологические особенности эмпатии у студентов. *Казанский педагогический журнал*. 2015;(6–2):1–3. Режим доступа: https://kp-journal.ru/wp-content/uploads/2017/02/6_2_2015.pdf.
Nikishov S.N., Osipova I. S. Psychological characteristics of the student's empathy. *Kazan Pedagogical Journal*. 2015;(6–2):1–3. (In Russ.) Available at: https://kp-journal.ru/wp-content/uploads/2017/02/6_2_2015.pdf.
28. Трушкова С.В., Труняков В.В. Профессиональное выгорание у медработников и педагогов. *Globus: психология и педагогика*. 2019;(11):40–41. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-u-medrabotnikov-i-pedagogov>.
Trushkova S.V., Trunyakov V.V. Professional burnout in medical workers. *Globus: Psychology and Pedagogy*. 2019;(11):40–41. (In Russ.) Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/professionalnoe-vygoranie-u-medrabotnikov-i-pedagogov>.

Вклад авторов:

Концепция статьи – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.

Концепция и дизайн исследования – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.

Написание текста – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Аносова Л.В.

Сбор и обработка материала – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.

Обзор литературы – Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.
Перевод на английский язык – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.
Анализ материала – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.
Статистическая обработка – Щербакова Я.Л., Мегрелишвили С.М., Клячко Д.С., Сугарова С.Б., Аносова Л.В.
Редактирование – Щербакова Я.Л., Клячко Д.С.
Утверждение окончательного варианта статьи – Сугарова С.Б.

Contribution of authors:

Concept of the article – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Study concept and design – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Text development – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Lyudmila V. Anosova
Collection and processing of material – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Literature review – Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Translation into English – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Material analysis – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Statistical processing – Iana L. Shcherbakova, Spartak M. Megrelishvili, Dmitrii S. Kliachko, Serafima B. Sugarova, Lyudmila V. Anosova
Editing – Iana L. Shcherbakova, Dmitrii S. Kliachko
Approval of the final version of the article – Serafima B. Sugarova

Информация об авторах:

Щербакова Яна Леонидовна, к.м.н., научный сотрудник отдела диагностики и реабилитации нарушений слуха, Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9; shcherbakova_ya@mail.ru
Мегрелишвили Спартак Михайлович, заведующий сурдологическим отделением, Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9; 3162883@mail.ru
Клячко Дмитрий Семенович, к.м.н., старший научный сотрудник отдела диагностики и реабилитации нарушений слуха, Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9; rip.tor@yandex.ru
Сугарова Серафима Борисовна, к.м.н., заведующая отделом диагностики и реабилитации нарушений слуха, Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9; sima.sugarova@gmail.com
Аносова Людмила Владимировна, невролог, заведующая отделением патологии голоса и речи, Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт уха, горла, носа и речи; 190013, Россия, Санкт-Петербург, ул. Бронницкая, д. 9; anosova.ludmila@yandex.ru

Information about the authors:

Iana L. Shcherbakova, Cand. Sci. (Med.), Research Associate of the Department of Diagnostics and Rehabilitation of Hearing Disorders, Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech; 9, Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia; shcherbakova_ya@mail.ru
Spartak M. Megrelishvili, Head of Audiology Department, Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech 9; Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia; 3162883@mail.ru
Dmitrii S. Kliachko, Cand. Sci. (Med.), Senior Research Associate of the Department of Diagnostics and Rehabilitation of Hearing Impairments, Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech; 9, Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia; rip.tor@yandex.ru
Serafima B. Sugarova, Head of the Department of Diagnostics and Rehabilitation of Hearing Disorders, Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech; 9, Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia; sima.sugarova@gmail.com
Lyudmila V. Anosova, Neurologist, Head of the Department of Pathology of Voice and Speech, Saint Petersburg Research Institute of Ear, Throat, Nose and Speech; 9, Bronnitskaya St., St Petersburg, 190013, Russia; anosova.ludmila@yandex.ru