

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
Державний заклад  
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО» (м. Одеса)  
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ  
ПСИХОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОГО  
ФАКУЛЬТЕТУ

# **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄВОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

## **МАТЕРІАЛИ**

Всеукраїнської науково-практичної конференції  
19-20 травня 2023 року

Одеса  
ФОП Бєлий А.Є  
2023

УДК 159.9: 37.015.3

ББК 88.4

А 43

Друкується згідно рішення Вченої ради Соціально-гуманітарного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Протокол № 6 від 24.02.2023 р.)

**Актуальні проблеми життєвого та професійного само-**  
А 43 **здійснення особистості** : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика» (19-20 травня 2023 р.) / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса : ФОП Бєлий А.Є., 2023. 168 с.

ISBN 978-617-7757-55-8

#### **Редакційна колегія**

- Саннікова О. П. – *доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та диференціальної психології; відповідальний редактор;*
- Василенко І. В. – *кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та диференціальної психології;*
- Санніков О. І. – *доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології.*

Матеріали збірника містять результати теоретико - емпіричних досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів, аспірантів та науковців, які навчаються і працюють у закладах освіти України.

Для студентів, аспірантів, молодих науковців, психологів, педагогів та широкого кола зацікавлених осіб.

За зміст та помилки, що можуть зустрічатися в тексті статей, несуть відповідальність автори.

ISBN 978-617-7757-55-8

© Університет Ушинського, 2023

рантності : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 – Загальна психологія, історія психології. Одеса, 2021. 255 с.

4. Романчук О. Соціальна толерантність як фактор суспільної свідомості (проблеми формування в сучасному ринковому середовищі). *Вища школа*. 2004. № 1. С. 87-91.

5. Санникова О. П., Кузнецова О. В. *Адаптивність личности* : [монографія]. Одеса : Издатель Н. П. Черкасов, 2009. 258 с.

6. Скрипченко О. Толерантність як морально-психологічне явище. *Молодь, освіта, наука, культура і національна свідомість: Зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Київ, 27-28 березня 2003 р.). У 5-ти томах / Ред. М. І. Шкіль. Київ : Вид-во Європейського ун-ту, 2003. Т. 2. 356 с. С. 287-290.

7. Туляков В. А. *Виктимология (социальные и криминологические проблемы)* : [монографія]. Одеса : Юрид. лит.-ра, 2000. 336 с.

8. Чаплак Я. В., Чуйко Г. В. Віктимність як соціально-психологічна проблема сучасності. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 2014. № 10. С. 447-459.

УДК 159.923

## **СПРЯЖЕНІСТЬ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА РИС ОСОБИСТОСТІ ЗА Р. КЕТТЕЛЛОМ**

**Водолазська О. О.**

*кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри загальної та диференціальної психології,  
Університет Ушинського*

**Роша В. В.**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,  
Університет Ушинського*

*У статті розглядаються результати кореляційного аналізу між показниками емоційного вигорання та рисами особистості за Р. Кеттеллом. Встановлені неоднозначні кореляції між показниками емоційного вигорання та факторами рис особистості за Р. Кеттеллом. Специфіка зв'язків проявляється у кількісному*

поєднані певних симптомів емоційного вигорання і факторів, що розкриваються у комбінації рис особистості.

**Ключові слова:** особистість, емоційне вигорання, фактори рис особистості.

*The article examines the results of the correlation analysis between indicators of emotional burnout and personality traits according to R. Cattell. Ambiguous correlations were established between indicators of emotional burnout and factors of personality traits according to R. Cattell. The specificity of relationships is manifested in the quantitative combination of certain symptoms of emotional burnout and factors revealed in a combination of personality traits.*

**Keywords:** personality, emotional burnout, factors of personality traits.

**Актуальність проблеми дослідження.** В останні десятиліття проблема вигорання особистості все частіше стає предметом дослідження психологів. Це викликано гострою для психологічної науки і практики необхідністю у визначенні того, що служить підставою для внутрішньої рівноваги особистості, з чого вона складається, які структурні складові лежать в її основі, яким чином можна допомогти особистості у вирішенні життєвих, професійних проблем.

Професійна діяльність моряка, незалежно від спеціальності, належить до групи екстремальних професій із підвищеною відповідальністю за здоров'я та життя членів екіпажу, вантажу судна, реагування на кліматичні обставини, неузгодженостей адміністрування (планування рейсу та сходження з судна) круїжкових компаній тощо. Відомо, що не витримуючи повсякденного психологічного тиску, моряк не просто регресує у своєму професійному розвитку, а й стає нездатним бути достатньо вмотивованим та задіяним до конструктивної роботи в екіпажі, компанії, у взаємостосунках з іншими людьми. Тому виникнення синдрому вигорання – це завжди така деформація психологічної організації внутрішнього світу людини, що унеможливорює як її продуктивну трудову діяльність, так і самореалізацію, задоволення життям і загалом психічне здоров'я.

На актуальність проблеми вигорання вказує високий інтерес дослідників, що вивчають причини і наслідки вигорання (Й. Голд, І. Фридман, Б. Фарбер, Г. Дженет та ін.) і розробляють відповідний психодіагностичний інструментарій (С. Сейдман, Дж. Сагер, Д. Чикон, Р. Корф та ін.), впро-

вадження заходу профілактики вигорання (Л. Томпсон, Л. Бредлі, Г. Пар та ін.).

Хоча у вітчизняній психології теоретичні і емпіричні дослідження в цьому напрямі представлені достатньо розгорнуто. Все ж, проблема емоційного вигорання моряків залишається на часі. Вона стала особливо гострою і дискутованою в нашому суспільстві за останні роки в контексті змін, пов'язаних з реформуванням морських інституцій. Останнє і зумовило актуальність вибору теми даного повідомлення.

**Мета дослідження:** вивчити специфіку у напрямку та тісноті кореляцій між показниками емоційного вигорання та факторами рис особистості за Р. Кеттеллом.

**Організація та методи дослідження.** Для досягнення поставленої мети у роботі використовувався комплекс психодіагностичних методик: МВІ Маслач і Джексона (Карамушка, Зайчикова и др, 2004), методика емоційного вигорання В. Бойка (Бойко, 1996), 16 PF особистісний опитувальник Р. Кеттелла (Фетискин, 2002). Емпіричне дослідження проводилося на базі Національного університету «Одеська морська академія», Медичного Центру «Про Медикал Гарант» м. Одеса. Вибірку склали 60 курсантів і моряків у віці 21-55 років.

За результатами кореляційного аналізу за методом К. Пірсона отримана матриця кореляцій між показниками методик, що вивчаються. Значущі коефіцієнти кореляцій представлені в табл. 1.

Аналіз таблиці засвідчує наступні результати. Встановлені тісні неоднозначні кореляції практично між всіма показниками емоційного вигорання за методиками Маслач і Джексона, В. Бойко та факторами рис особистості за Р. Кеттеллом.

Так, фактори А (афектотимія-сизотимія) і С (сила «Я» – слабкість «Я») негативно корелюють з показниками: емоційного виснаження (ЕВ) ( $r = - 0,620$ ,  $r = - 0,270$ ,  $p < 0,01$ ), депресії (Д) ( $r = - 0,255$ ,  $r = - 0,255$ ,  $p < 0,01$ ), редукції особистісних досягнень (РД) ( $r = - 0,106$ ,  $p < 0,05$   $r = - 0,245$ ,  $p < 0,01$ ), напруги (Н) ( $r = - 0,324$ ,  $r = - 0,647$ ,  $p < 0,01$ ), резистенції (Р) ( $r = - 0,385$ ,  $r = - 0,529$ ,  $p < 0,01$ ), виснаження (В) ( $r = - 0,359$ ,  $r = - 0,555$ ,  $p < 0,01$ ).

Фактор F (сургенсія-десургенсія) негативно пов'язаний з показниками емоційного вигорання напруги (Н) ( $r = - 0,261$ ,  $p < 0,05$ ), резистенції (Р) ( $r = - 0,265$ ,  $p < 0,05$ ), депресії (Д) ( $r = -$

0,390,  $p < 0,05$ ) та позитивно з показником виснаження (В) ( $r = 0,486$ ,  $p < 0,01$ ).

Табл. 1.

**Значущі коефіцієнти кореляцій між показниками емоційного вигорання та факторами рис особистості за Р. Кеттеллом (n=60)**

Методики						
Р. Кеттелл	К. Маслач і С. Джексон			В. Бойко		
Показники	ЕВ	Д	Рд	Н	Р	В
А	-620**	-255**	-106*	-324**	-385**	-359**
С	-270**	-255**	-245**	-647**	-529**	-555**
Г		-390*		-261*	-265*	486**
Н					-236*	-237*
І				-400**	-422**	-354**
Л					-278*	
М			-400**	-400**	-422**	-357**
О				278*	271*	283*
Q1		-555*				
Q3			-315*			
Q4				247*		

*Примітка: 1) показники факторів рис особистості: А (афектотимія -сизотимія), С (сила "Я"- слабкість "Я"), F (сургенсія - десургенсія), G (сила "понад - Я" - слабкість "понад - Я"), Н (парамія - тректія); І (премсія - харрія), М (досвідчений - не досвідчений), О (гіпотемія - гипертимія), Q1 (радикалізм - консерватизм), Q3 (контроль мрій - імпульсивність), Q4 (фрустрованість - нефрустрованість); 2) показники емоційного вигорання: ЕВ – емоційне виснаження, Д – депресія, Рд – редукція особистісних досягнень, Н – напруга, Р – резистенція, В – виснаження, 3) \* -  $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ .*

Фактор G (сила-слабкість понад Я) негативно пов'язаний з показниками резистенції (Р) ( $r = - 0,236$ ,  $p < 0,05$ ), виснаження (В) ( $r = - 0,237$ ,  $p < 0,05$ ).

Фактор Н (парамія-тректія) негативно пов'язаний з трьома показниками емоційного вигорання напруги (Н) ( $r = - 0,400$ ,

$p < 0,01$ ), резистенції (P) ( $r = - 0,422$ ,  $p < 0,01$ ), виснаження (B) ( $r = - 0,354$ ,  $p < 0,01$ ).

Фактор I (премія-харрія) негативно корелює з показником резистенції (P) ( $r = - 0,278$ ,  $p < 0,05$ ).

Фактор N (досвідчений-не досвідчений) негативно корелює з чотирма показниками емоційного вигорання: напруги (H) ( $r = - 0,400$ ,  $p < 0,01$ ), резистенції (P) ( $r = - 0,422$ ,  $p < 0,01$ ), виснаження (B) ( $r = - 0,357$ ,  $p < 0,01$ ) і показником редукції особистісних досягнень (Pд) ( $r = - 0,400$ ,  $p < 0,01$ ).

Фактор O (гіпотемія-гіпертимія) позитивно корелює з показниками: напруги (H) ( $r = 0,278$ ,  $p < 0,05$ ), резистенції (P) ( $r = 0,271$ ,  $p < 0,05$ ), виснаження (B) ( $r = 0,283$ ,  $p < 0,05$ ).

Фактор Q1 (радикалізм-консерватизм) негативно пов'язаний лише з показником депресії (Д) ( $r = - 0,555$ ,  $p < 0,05$ ).

Фактор Q3 (контроль мрій-імпульсивність) негативно пов'язаний з показником редукції особистісних досягнень (Pд) ( $r = - 0,315$ ,  $p < 0,05$ ).

Фактор Q4- (фрустрованість-нефрустрованість) позитивно пов'язане з показником напруги (H) ( $r = 0,247$ ,  $p < 0,05$ ).

Таким чином, отримані кореляції вказують на певну специфіку у взаємовідносинах між показниками явищ, що вивчаються, зокрема емоційним вигоранням і факторами рис особистості за Р. Кеттелла. Сукупність рис особистості, які входять до факторів, визначених Р. Кеттеллом, демонструє особистісні прояви того, або іншого симптому емоційного вигорання.

Отримані результати надають можливість дійти до таких **висновків:**

1. На основі аналізу літератури емоційне вигорання визначається як варіант дезадаптації, при якому порушується контакт з реальністю на безпосередньо-психологічному рівні. Емоційне вигорання є наслідком неадекватних дій, в основі яких лежить використання шаблонних і неадекватних ситуації і засобів вирішення проблем, що постійно виникають в професійній сфері.

2. Встановлені неоднозначні кореляції між показниками емоційного вигорання та факторами рис особистості за Р. Кеттеллом. Специфіка зв'язків проявляється у кількісному поєднанні певних симптомів емоційного вигорання і факторів, що розкриваються у комбінації рис особистості.

3. Отримані результати дозволяють перейти до якісного аналізу явищ, що вивчаються і дослідити індивідуально-психологічні особливості осіб з різним рівнем вираженості емоційного вигорання.

### Література

1. Богучарова О. І. Синдром професійного «вигорання» серед українських медичних працівників та педагогів. *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка*. Серія: Соціологія. Психологія. Педагогіка. 2003. Вип. 17-18. С. 59-63.

2. Булатевич Н. М. Психічне вигорання у професійній діяльності вчителя: огляд зарубіжних досліджень. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія: Соціологія. Психологія. Педагогіка. 2003. Вип. 15-16. С. 117-120.

3. Карамушка Л. М., Зайчикова Т. В. и др. *Комплекс методик для діагностики синдрому «професійного вигорання» у вчителів*. Київ, 2004. 167 с.

4. Скрипко Л. В. Профілактика емоційного «вигорання» в педагогів. *Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка*. Київ, 2001. Т. 4, ч. 2. 267 с.

5. Фетіскін Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. *Соціально-психологічна діагностика розвитку особистості у малих групах*. Ін-т Психотерапії, 2002. 339 с.