

Оригинальная статья/Original article

УДК 159.942.33:159.944.4:378.183

**Взаимосвязи эмоционального интеллекта и психического
выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально
ориентированной волонтерской деятельности**

Л.Н. Молчанова¹ ✉, К.В. Блинова¹

¹Курский государственный медицинский университет
ул. К. Маркса 3, г. Курск 305000, Российская Федерация

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Резюме

Государственная поддержка, выделение грантовых средств, узаконивание понятия волонтерской деятельности, увеличение численности добровольцев актуализируют исследовательскую активность в изучении данного феномена. Развитие профессионально-ориентированной волонтерской деятельности помогает в профессиональном становлении личности. Однако возникают различные проявления психического выгорания, отражающиеся на эмоциональном уровне. Изучение эмоционального интеллекта волонтеров раскрывает возможности рассмотрения его как фактора возникновения психического выгорания и ресурса его преодоления. Так, целью исследования является изучение взаимосвязей эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности. В нем приняли участие 88 волонтеров-медиков в возрасте от 18 до 23 лет, обучающихся в ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России. Для сбора данных использовали наблюдение и беседу, а также стандартизированные психодиагностические методики исследования «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н. Водопьянова, Е. Старченкова) и «Эмоциональный интеллект ЭМИН» (Д.В. Лусин). Обработка результатов осуществлялась с помощью методов описательной статистики, сравнительного (непараметрического критерия Н-Краскела-Уоллиса) и корреляционного видов анализа. Эмпирически доказано наличие значимых и высокозначимых корреляций между показателями эмоционального интеллекта и психического выгорания. Средние значения по шкалам, входящим в межличностный эмоциональный интеллект, свидетельствуют об эмпатичности волонтеров, об их понимании эмоций своих подопечных и знании как изменить фон настроения при необходимости. Реализация волонтерской деятельности подразумевает контроль над эмоциями, их понимание и своевременную проработку с целью не навредить благополучателям, что помогает найти контакт и выстроить адекватные взаимоотношения. Вместе с тем это может способствовать излишнему контролю и накоплению эмоций, а в конечном итоге – бесконтрольному их проявлению и психическому выгоранию.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект; психическое выгорание; волонтеры; профессионально-ориентированная волонтерская деятельность.

Конфликт интересов: Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Для цитирования: Молчанова Л.Н., Блинова К.В. Взаимосвязи эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально ориентированной волонтерской деятельности // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2021. Т. 11, № 3. С. 181–193.

Статья поступила в редакцию 27.05.2021 Статья подписана в печать 18.06.2021

Статья опубликована 29.09.2021

© Молчанова Л.Н., Блинова К.В., 2021

Interconnection of Emotional Intelligence and Mental Burnout of Medicine Volunteers in the Conditions of Professionally Oriented Volunteering Activities

Ludmila N. Molchanova¹ ✉, Kristina V. Blinova¹

¹Kursk State Medical University
3 K. Marx str., Kursk 305000, Russian Federation

✉ e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru

Abstract

State support, the allocation of grant funds, legalizing the concept of volunteering, increase the number of volunteers actualize exploratory activity in the study of this phenomenon. The development of professionally oriented volunteer activities helps in the professional development of the individual. However, there are various manifestations of mental burnout, which are reflected on the emotional level. The study of the emotional intelligence of volunteers reveals the possibilities of considering it as a factor in the onset of mental burnout and a resource for overcoming it. Thus, the study of the relationship between emotional intelligence and mental burnout of medical volunteers in a professionally oriented volunteer activity is the aim of the study. 88 medical volunteers aged 18 to 23 years, studying at the Kursk State Medical University of the Ministry of Health of Russia, took part in it. Observation and conversation, as well as standardized psychodiagnostic research methods "Professional burnout" (PV) (Russian version of N. Vodopyanov, E. Starchenkov) and "Emotional intelligence Emin" (D.V. Lyusin) were used to collect data. The processing of the results was carried out using the methods of descriptive statistics, comparative (nonparametric H-Kruskal-Wallis test) and correlation types of analysis. Significant and highly significant correlations between indicators of emotional intelligence and mental burnout have been proven empirically. The average values on the scales included in the interpersonal emotional intelligence indicate the empathic nature of the volunteers, their understanding of the emotions of their wards and the knowledge of how to change the mood background if necessary. The implementation of volunteer activities implies control over emotions, their understanding and timely elaboration in order not to harm the beneficiaries, which helps to find contact and build adequate relationships. At the same time, this can contribute to excessive control and accumulation of emotions, and, ultimately, to their uncontrolled manifestation and mental burnout.

Keywords: emotional intelligence; mental burnout; volunteers; professionally oriented volunteer activity.

Conflict of interest: The Authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

For citation: Molchanova L.N., Blinova K.V. Interconnection of Emotional Intelligence and Mental Burnout of Medicine Volunteers in the Conditions of Professionally Oriented Volunteering Activities. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics*. 2021, 11(3): 181–193 (In Russ.).

Received 27.05.2021

Accepted 18.06.2021

Published 29.09.2021

Введение

В Основах государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденных распоряжением Правительства РФ от 29.11.2014 года № 2403-р, одной из приоритетных задач является формирование у

молодежи устойчивой системы гражданских и нравственных ценностей, которые проявляются в знании национального, исторического, культурного наследия, а также в уважении к его многообразию. Молодежная волонтерская деятельность рассматривается как форма реализации этой задачи. Государственная поддержка

волонтерского направления и его стремительное развитие актуализирует исследования данного феномена.

Волонтерская деятельность предполагает большую собственную отдачу внутренних ресурсов [1], что способствует высоким эмоциональным нагрузкам благодателя [2]. Так, У.П. Косова мотивом проявления просоциального поведения выделяет моральное сочувствие и моральный долг, что предполагает жертвенность в оказании альтруистических действий [3]. Такой подход к добровольческой деятельности приводит к внутреннему дискомфорту и эмоциональному напряжению, накапливаясь, способствует психическому выгоранию.

Профессионально-ориентированное волонтерство предполагает социальную активность и помощь в рамках своей профессиональной направленности: с одной стороны применяются сформированные навыки на практике, с другой – осуществляется потребность в социальной помощи, что сейчас наиболее востребовано в студенческой среде [4].

«Базовой системой, в которой зарождается и развивается выгорание, яв-

ляется система профессионального становления личности. Выгорание является профессиональным феноменом, элементом подсистемы профессиональных деструкций, т.е. формируется и проявляется в профессиональной деятельности, отрицательно влияя на ее протекание и результаты» [5].

В.Е. Орёл выделяет компоненты психического выгорания: эмоциональные, мотивационные, когнитивные, поведенческие и соматические компоненты. Как известно, структура выгорания представителей профессий субъект-субъектного типа состоит из трех компонентов: психоэмоционального истощения, цинизма и самооценки профессиональной деятельности [5]. Эмоциональный компонент включает в себя эмоциональный интеллект.

В ходе библиометрического анализа в электронном информационном пространстве ELIBRARY.RU было выявлено, что общий объем публикаций по ключевому запросу «эмоциональный интеллект волонтеров» за последние 10 лет (2011 – 2021 гг.) составляет 13 источников из 36668045 имеющихся (рис.1).

Тематическая рубрика	Статей
Психология	8
Народное образование. Педагогика	3
Биология	1
Социология	1

Рис. 1. Распределение публикаций по тематическим рубрикам по запросу "эмоциональный интеллект волонтеров"

Fig. 1. Distribution of publications by thematic headings for the query "emotional intelligence of volunteers"

Год	Статей
2021	1
2020	4
2019	4
2018	3
2016	1

Рис. 2. Распределение публикаций по годам по запросу "эмоциональный интеллект волонтеров"

Fig. 2. Distribution of publications by year for the query "emotional intelligence of volunteers"

Наблюдается возрастающая динамика исследовательского интереса по данной тематике с 2016 года с пиком активности в 2019 и 2020 годах (рис.2).

Тематический анализ показал, что наиболее высокий уровень активности исследований приходится на эмоциональный интеллект как особенность личности волонтера, который представлен в 5 публикациях (38%), как навык – 2 публикации (15%) и как аспект просоциального поведения - в 2 публикациях (15%).

Персонологический анализ продемонстрировал, что за последние 10 лет О.А. Бокова, И.В. Григоричева, Ю.А. Мельникова (4 публикации) наиболее активно занимались исследованием эмоционального интеллекта волонтеров. По ключевому запросу «эмоциональный интеллект волонтеров-медиков» в информационном пространстве электронной библиотеки elibrary.ru не выявлено ни одной публикации.

Таким образом, незначительное количество исследований в области эмоционального интеллекта – 13 публикаций, свидетельствует о недостаточной разработанности данной проблематики.

Тематический анализ показал, что изучение эмоционального интеллекта у волонтеров имеет несколько направлений: как навык для наибольшего понимания проблемы, над решением которой осуществляется деятельность [6]; как личная особенность, необходимая для включения в профессионально-ориентированную добровольческую деятельность. Рассматривается вопрос о том, каким образом волонтерская деятельность может способствовать развитию эмоционально-

го интеллекта и наоборот [7]. Исследуется эмоциональный интеллект и его значение в просоциальной деятельности [8].

Библиометрический анализ публикационной активности ученых по проблеме психического выгорания волонтеров свидетельствует о низких ее показателях. Изучается психическое выгорание волонтеров, включенных в разные направления добровольческой деятельности, но собственно его структура, детерминанты и генезис изучению не подлежат [9].

Исследования проблемы психического выгорания волонтеров по информационным ресурсам Web of Science Core Collection сконцентрированы в области психологии и здоровья, т.е. распределены по следующим тематическим областям: «Психология» (5 записей; 41,67%), «Поведенческие науки» (4 записи; 33,33%), «Гериатрика. Геронтология» (4 записи; 33,33%) и «Общественное здоровье окружающей среды» (4 записи; 33,33%) [9], а наибольшее количество публикаций наблюдается в 2010, 2013, 2014 и 2018 годах (по две публикации), что составляет 16,67% от общего количества научных работ.

Оценка публикационной активности отечественных ученых, выполненная в информационном ресурсе ELIBRARY.RU за последние десять лет (с 2010 г. по 2021 г.) по запросу «взаимосвязь эмоционального интеллекта и выгорания», указала на 39 статей из 36672419 имеющихся публикаций, что незначительно. Как видно из рисунка 3, наибольшее их количество приходится на тематическую рубрику «Психология» (29 статей) (рис.3) и на 2018 г. (рис. 4).

№	Тематическая рубрика	Статей	Год	Статей
1	Психология	29	2021	3
2	Физическая культура и спорт	3	2020	5
3	Медицина и здравоохранение	2	2019	5
4	Народное образование. Педагогика	2	2018	9
5	Транспорт	1	2017	2
6	Государство и право. Юридические науки	1	2016	5
			2015	4
			2013	3
			2012	2
			2011	1

Рис. 3. Распределение публикаций по тематическим рубрикам по запросу "взаимосвязь эмоционального интеллекта и выгорания"

Fig. 3. Distribution of publications by thematic headings for the query "relationship between emotional intelligence and burnout"

Следует отметить, что по проблеме взаимосвязи эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров - медиков не найдено ни одной научной публикации.

В этой связи цель исследования состоит в изучении взаимосвязей эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров-медиков в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности.

Объектом исследования выступает психическое выгорание в профессионально-волонтерской деятельности. Предмет исследования – эмоциональный ин-

Рис. 4. Распределение публикаций по годам по запросу "взаимосвязь эмоционального интеллекта и выгорания"

Fig. 4. Distribution of publications by year for the year "relationship between emotional intelligence and burnout"

теллект как детерминанта психического выгорания волонтеров-медиков в профессионально-волонтерской деятельности.

Материалы и методы

Общий объем выборки участников исследования включал 88 студентов специальностей 31.05.02 Педиатрия (40 человек) и 31.05.01 Лечебное дело (48 человек), занимающихся профессионально-ориентированной волонтерской деятельностью (волонтеры-медики) до 2 лет, в возрасте от 18 до 23 лет (63 девушки и 25 юношей). Базой исследования выступил ФГБОУ ВО «Курский государственный

медицинский университет» Минздрава России. Психодиагностика осуществлялась с использованием опросников «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н. Водопьянова, Е. Старченкова) [10] и «Эмоциональный интеллект ЭМИн» (Д.В. Люсин) [11]. Полученные результаты обрабатывались с помощью компьютерной программы «Statistica 11.0». Используемые математические методы: описательная статистика, сравнительный (непараметрический критерий Н-Критерий Краскела-Уоллиса) и корреляционный анализ.

Результаты и обсуждение

Диагностика психического выгорания волонтеров-медиков, была проведена с помощью опросника «Профессиональное выгорание» (ПВ) (русскоязычная версия Н. Водопьянова, Е. Старченкова) [10]. Показатели всех трех шкал засвидетельствовали средний уровень его выраженности: «Эмоциональное истощение»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 24,18 \pm 6,96$; «Деперсонализация»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 9,02 \pm 5,40$ и «Профессиональная успешность (редукция персональных достижений)»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 33,75 \pm 6,31$. Таким образом, волонтеры-медики могут испытывать эмоциональную опустошенность и усталость, демонстрировать негативные и отстраненные установки в отношениях с субъектами своей деятельности. Кроме того, возможно снижение чувства собственной компетентности и продуктивности, что обусловлено отсутствием социальной поддержки и возможностей.

Диагностика эмоционального интеллекта волонтеров-медиков осуществлялась с помощью опросника «Эмоциональный интеллект ЭМИн» (Д.В. Люсин) [11] и выявила следующие результаты.

Средние значения по шкалам, входящим в межличностный эмоциональный интеллект («Понимание чужих эмоций»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 23,89 \pm 4,7$ «Управление чужими эмоциями»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 19,95 \pm 3,37$; «Понимание своих эмоций»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 19,18 \pm 5,10$; «Управление своими эмоциями»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 15,16 \pm 5,18$; «Межличностный эмоциональный интеллект»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 43,84 \pm 6,88$; «Внутриличностный эмоциональный интеллект»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 43,80 \pm 9,46$; «Понимание эмоций»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 43,07 \pm 7,76$; «Интегративный показатель общего эмоционального интеллекта»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 87,64 \pm 13,62$), свидетельствуют об эмпатичности волонтеров, об их понимании эмоций своих подопечных и знании как изменить фон настроения при необходимости. Показатели шкалы внутриличностного эмоционального интеллекта также имеют средние значения. Но низкий уровень выраженности шкал «Контроль экспрессии»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 9,45 \pm 3,08$ и «Управление эмоциями»: $X_{cp. \pm \sigma x} = 35,11 \pm 7,19$ свидетельствует о низком контроле и управлении собственными эмоциями и об их нестабильности, о возможности эмоциональных срывов при большой эмоциональной напряженности на благополучателях или на близких людях, а также о недостаточно развитых способностях стимулировать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Оценка значимости различий в показателях психического выгорания волонтеров-медиков в зависимости от выраженности эмоционального интеллекта проводилась с использованием непараметрического критерия Н-критерий Краскела-Уоллиса (табл. 1).

Таблица 1. Значимость различий показателей психического выгорания волонтеров-медиков в зависимости от выраженности эмоционального интеллекта (H-критерий Краскела-Уоллиса)**Table 1.** Significance of differences in mental burnout indicators of medical volunteers depending on the severity of emotional intelligence (Kruskal-Wallis H-test)

Наименование показателя	Уровень эмоционального интеллекта						(1)-(2)-(3)	
	низкий (n=22) (1)		средний (n=28) (2)		высокий (n=48) (3)			
	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ственный	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ствен- ный/	$\bar{X} \pm \sigma$	каче- ствен- ный/	$H_{\text{эмп}} / \chi^2$	p
Эмоциональное истощение	27,00± 5,01	высокий	23,29± 7,61	средний	24,13± 6,69	средний	6,41 /8,02	0,091
Деперсонализа- ция	10,45± 5,00	средний	6,57± 2,74	средний	10,21± 6,12	средний	12,56* / 7,52	0,014
Профессио- нальная успеш- ность (редукция персональных достижений)	31,91± 3,10	средний	33,00± 6,91	средний	35,04± 6,17	средний	16,33* / 20,79	0,003

Примечание: * – статистическая значимость при $p \leq 0,05$; ** – статистическая значимость при $p \leq 0,01$

Note: * - statistical significance at $p \leq 0.05$; ** - statistical significance at $p \leq 0.01$

Согласно полученным результатам, вне зависимости от уровня выраженности эмоционального интеллекта, показатели преимущественно по всем шкалам психического выгорания (за исключением «Эмоционального истощения» при низком эмоциональном интеллекте) имеют средние значения. А наличие статистической достоверности различий в выраженности показателей психического выгорания по шкалам «Деперсонализация» и «Профессиональная успешность (редукция персональных достижений)». Таким образом, уровень эмоционального интеллекта волонтеров-медиков детерминирует

установки в отношении себя, других и своей деятельности: чувство собственной несостоятельности и некомпетентности в деятельности, негативизм и цинизм в межличностном взаимодействии.

При исследовании эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров в условиях профессионально-ориентированной волонтерской деятельности использовали процедуру корреляционного анализа (r-Спирмен), что позволило выявить общее и особенное в их наличии и характеристиках (направленности и тесноте) (табл. 2).

Таблица 2. Корреляционные взаимосвязи показателей эмоционального интеллекта и психического выгорания волонтеров-медиков (r-Спирмен)

Table 2. Correlation relationships between indicators of emotional intelligence and mental burnout of medical volunteers (r-Spearman)

Наименование показателя	1	2	3	4
Понимание чужих эмоций	-0,05	-0,01	0,20	0,08
Управление чужими эмоциями	-0,17	-0,23*	0,30**	-0,05
Понимание своих эмоций	-0,21	0,01	0,22*	-0,001
Управление своими эмоциями	-0,02	-0,11	0,26*	0,08
Контроль экспрессии	-0,14	0,32**	-0,17	-0,02
Межличностный эмоциональный интеллект	-0,12	-0,12	0,28**	0,03
Внутриличностный эмоциональный интеллект	-0,17	0,05	0,20	0,03
Понимание эмоций	-0,17	0,002	0,26*	0,04
Управление эмоциями	-0,09	-0,19	0,32**	0,03
Интегративный показатель общего эмоционального интеллекта	-0,17	-0,02	0,28**	0,04

Примечание: 1– «Эмоциональное истощение»; 2– «Деперсонализация»; 3– «Редукция личных достижений»; 4– «Интегративный показатель общего эмоционального интеллекта»; *– статистическая значимость при $p \leq 0,05$; **– статистическая значимость при $p \leq 0,01$;

Note: 1– "Emotional exhaustion"; 2– "Depersonalization"; 3– "Reduction of personal achievements"; 4– "Integrative indicator of general emotional intelligence"; * - statistical significance at $p \leq 0.05$; ** - statistical significance at $p \leq 0.01$;

Корреляционный анализ показал наличие статистически значимых связей.

Обнаружены отрицательные значимые корреляционные взаимосвязи слабой силы показателей по шкалам «управление чужими эмоциями» и «деперсонализацией» ($r = -0,23^*$ при $p = 0,029$) (см. табл. 2). Следовательно, чем лучше осуществляется управление чужими эмоциями, тем меньше происходит деформация отноше-

ний как между волонтерами, так и между волонтером и благополучателем.

Положительные высокосвязанные корреляционные взаимосвязи умеренной силы выявлены по шкалам «Управление чужими эмоциями» и «Редукция личных достижений» ($r = 0,30^{**}$ при $p = 0,005$) (см. табл. 2). Такие данные свидетельствуют о том, что при улучшении навыка управления эмоциями другого человека

происходит повышение понимания собственной самозначимости и самооценки.

Положительные высокосвязные корреляции слабой силы характеризуют взаимосвязи показателей по шкалам «Управление своими эмоциями» и «Редукция личных достижений» ($r=0,32^{**}$ при $p=0,016$), и значимые по шкалам «Понимание своих эмоций» и «Редукция личных достижений» ($r=0,26^*$ при $p=0,041$). Так, понимание и управление собственными эмоциями помогает волонтерам осуществить правильный выбор в ситуации, что приводит к повышению значимости личных достижений.

Положительные высокосвязные корреляции умеренной силы связывают показатели шкал «Контроль экспрессии» и «Деперсонализацией» ($r = 0,32^{**}$ при $p=0,002$). Действительно, волонтерская деятельность подразумевает контроль над эмоциями, их понимание и своевременную проработку для того, чтобы не навредить благополучателям, что помогает найти контакт и выстроить адекватные взаимоотношения. К сожалению, это может приводить к излишнему контролю и накоплению эмоций, что приводит к бесконтрольным эмоциям и психическому выгоранию.

Положительные высокосвязные взаимосвязи слабой силы по шкалам «Межличностный эмоциональный интеллект» и «Редукция личных достижений» ($r=0,28^{**}$ при $p=0,008$). Волонтерская деятельность включает в себя понимание эмоционального фона тех, с кем работают, а так же знание того, как можно изменить эмоции в нужном направлении (положительный фон настроения) – это отчасти является результатом, который можно увидеть, а это повышает значимость себя как личности и собственных действий. Такие данные так же подтверждаются положительными значимыми взаимосвязями слабой силы по шкалам «Понимание эмоций» и «Редукция личных достижений» ($r=0,26^*$ при $p=0,013$).

Положительно направленная высокосвязная связь показателя «Редукция личных достижений» с интегративным показателем общего эмоционального интеллекта ($r=0,28^{**}$ при $p=0,007$) и «Управление эмоциями» ($r=0,32^{**}$ при $p=0,002$) может быть проинтерпретирована с позиций преодоления низкой самооценки своей профессиональной эффективности путем развития эмоционального интеллекта как способности вызывать желательные эмоции и контролировать нежелательные, прогнозировать результаты собственных действий. И, наоборот, при низких показателях эмоционального интеллекта наблюдается упрощение действий, избегание сложностей, снижение самозначимости.

Полученные результаты согласуются с результатами ранее проведенных отечественных и зарубежных исследований [12; 13; 14; 15]. В исследовании роли психологического капитала во взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и производительностью труда / выгоранием, проведенном среди 450 работников различных предприятий, установлено наличие положительной корреляционной взаимосвязи эмоционального интеллекта с производительностью труда и отрицательной – с выгоранием [13]. Эмпирически доказано наличие обратной взаимосвязи между психическим выгоранием и эмоциональным интеллектом у 148 медицинских работников, занятых в секторе реабилитации, а результаты множественного регрессионного анализа позволяют рассматривать его как фактор в преодолении этого негативного состояния [12]. Результаты другого исследования (Laura-Elena Năstăsău, Anca Daniela Fărcașb, 2015) взаимосвязи между эмоциональным интеллектом 120 врачей и медсестер и их психическим выгоранием показывают, что на личные достижения этих специалистов системы здравоохранения влияет уровень развития эмоционального интеллекта [15]. Согласно результатам исследования (Ju, Chengting; Lan, Jijun; Li,

Yuan, 2015) опосредующего влияния социальной поддержки на рабочем месте на взаимосвязь между эмоциональным интеллектом и выгоранием китайских учителей средних школ установлено, что эмоциональный интеллект и социальная поддержка выступают факторами защиты от выгорания [14].

Выводы

Информационно-аналитическая оценка публикационной активности по проблеме психического выгорания волонтеров за десятилетний период (с 2010 по 2021 г.) засвидетельствовала ее достаточную актуальность, но малую разработанность как в отечественных, так и зарубежных научных исследованиях.

Средние значения показателей психического выгорания свидетельствуют об эмоциональной нагрузке, что может отражаться на качестве оказываемой помощи, снижении эмоционального фона, межличностных конфликтах как между волонтерами, так и с благополучателями, а, следовательно, и редуцировании эффективности собственных действий.

Показатели уровня эмоционального интеллекта волонтеров-медиков свидетельствуют о возникновении чувства несостоятельности в своей деятельности

в виду отсутствия быстрого результата, о снижении контроля и управления собственным эмоциональным фоном, что негативно сказывается на осуществляемой деятельности.

Умение управлять эмоциями других людей благоприятно влияет на качество оказываемой помощи, поддерживает оптимальный уровень межличностных отношений, повышает собственную самооценку волонтеров-медиков. Понимание ими эмоций как собственных, так и других людей положительно сказывается на собственной продуктивности, помогает принять свои чувства и увидеть результат. Эмоциональный интеллект служит внутренним ориентиром рефлексивности и правильности принятия решений для оказания помощи или социальной поддержки другим людям, помогает грамотно выстроить взаимоотношения и понимать границы собственных возможностей. Своевременное выявление и коррекция нежелательного эмоционального фона, проработка чувств и получение навыков управления эмоциями является главным ресурсом в профилактике психического выгорания волонтеров-медиков, занимающихся профессионально ориентированной волонтерской деятельностью.

Список литературы

1. Корнеева Е.Л. Основные направления исследования волонтерской деятельности // Психологическая наука и образование. 2015. Т. 7. № 1. С. 131-141.
2. Мосина П.Л. Мотивация волонтеров на занятие добровольческой деятельностью как необходимое условие развития социальной активности молодежи // Инновационная наука и образование: сборник материалов Профессионального форума; под общей редакцией Н.Д. Бобковой. Курган, 2014. С.115-120.
3. Зейналова Н.А. Мотивация в структуре внутриличностных конфликтов у волонтеров // Психологический VADEMECUM: психологическая феноменология в образовательной среде: мультидисциплинарный подход: сб. науч. ст.; под ред. С.Л. Богомаза, В.А. Каратерзи, С.Ф. Пашковича. Витебск, 2019. С.115-118.
4. Волонтерское движение на факультетах клинической психологии, социальной работы КГМУ (социологический анализ) / Т.А. Шульгина, Н.А. Кетова, Е.П. Непочатых, К.А. Хо-лодова // Профессионально ориентированное волонтерство: актуальное состояние и перспективы: сб. науч. тр. по материалам V Всерос. форума. Курск, 2018. С. 119–125.

5. Орёл В.Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания: дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2005. 605 с.
6. Можаяева Н.С., Шевченко Д.О., Петракова Е.В. Навыки, необходимые волонтеру / Актуальные вопросы организации волонтерской деятельности в рамках подготовки к Универсиаде 2019: лингвопереводческий, психолого-педагогический, организационно-управленческий и социальный аспекты: сб. материалов V Международной научно-практической конференции студентов и молодых ученых, посвященной Универсиаде 2019. Красноярск, 2019. С.108-109.
7. Тратинко Т.В. Волонтерская деятельность как пространство развития эмоционального интеллекта // Актуальные проблемы психологии и педагогики в современном образовании: сб. науч. ст. IV международной научно-практической конференции. Ярославль, 2020. С. 136-138.
8. Моделирование и диагностика просоциального поведения волонтеров / О.Ю. Чашкова и др. // Научные труды КУБГТУ: электронный сетевой политематический журнал. 2016. №5. С. 143-158.
9. Молчанова Л.Н. Проблемы выгорания волонтеров в и зарубежных исследованиях: приоритетные научно-исследовательские направления // Региональный вестник. 2021. № 1 (57). С. 31-34.
10. Водопьянова Н.Е., Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2008. 358 с.
11. Опросник на эмоциональный интеллект: новые психометрические данные. URL: http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ_2009/lusin_social_IQ_2009.pdf (дата обращения: 01.04.2021)
12. Efstathia M. Vlachou, Dimitrios Damigos, George Lyrakos, Konstantinos Chanopoulos, George Kosmidis and Miltiades Karavis. The Relationship between Burnout Syndrome and Emotional Intelligence in Healthcare Professionals // Health Science Journal. 2016. URL: <https://www.hsj.gr/medicine/the-relationship-between-burnout-syndrome-and-emotional-intelligence-in-healthcare-professionals.php?aid=11303> (дата обращения: 01.04.2021)
13. Gong Zhun, Chen Yuqi, and Wang Yayu. The Influence of Emotional Intelligence on Job Burnout and Job Performance: Mediating Effect of Psychological Capital // Front Psychol. 2019; 10: 2707. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02707>.
14. Ju Chengting, Lan Jijun, Li Yuan et al. The mediating role of workplace social support on the relationship between trait emotional intelligence and teacher burnout // Teaching and teacher education. 2015. Vol. 51. P. 58-67.
15. Laura-Elena Năstăsăa, Anca Daniela Fărcașb. The Effect of Emotional Intelligence on Burnout in Healthcare Professionals // Procedia - Social and Behavioral Sciences. 2015. Vol. 187. Pp. 78-82. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.015>.

References

1. Korneeva E.L Osnovnye napravleniya issledovaniya volonterskoj deyatel'nosti [The main directions of research of volunteer activity]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2015, vol. 7, no. 1, pp. 131-141.
2. Mosina P.L. [Motivation of volunteers to engage in voluntary activity as a necessary condition for the development of social activity of young people]. *Innovacionnaya nauka i obrazovanie. Sbornik materialov Professional'nogo foruma* [Innovative science and Education: collection of materials of the Professional Forum]; ed. by N.D. Bobkova. Kurgan, 2014, pp. 115-120 (In Russ.).

3. Zeynalova N.A. [Motivation in the structure of intrapersonal conflicts among volunteers]. *Psichologicheskij VADEMECUM: psichologicheskaya fenomenologiya v obrazovatel'noj srede: mul'tidisciplinarnyj podhod. Sb. nauch. st.* [Psychological VADEMECUM: psychological phenomenology in the educational environment: a multidisciplinary approach. Collection of scientific articles]; ed. by S.L. Bogomaz, V.A. Karaterzi, S.F. Pashkovich. Vitebsk, 2019. pp. 115-118 (In Russ.).

4. Shulgina T.A., Ketova N.A., Nepochatykh E.P., Kholodova K.A. [Volunteer movement at the faculties of Clinical Psychology, Social Work of KSMU (sociological analysis)]. *Professional'no orientirovannoe volonterstvo: aktual'noe sostoyanie i perspektivy. Sb. nauch. tr. po materialam V Vseros. foruma* [Professionally oriented volunteering: current state and prospects. Collection of scientific tr. based on the materials of V Vsros. Forum]. Kursk, 2018, pp. 119–125 (In Russ.).

5. Oryol V.E. Strukturno-funkcional'naya organizatsiya i genezis psihicheskogo vygoraniya. Diss. dok. psychol. nauk [Structural and functional organization and the genesis of mental burn-out]. Doctor psych. sci. diss.]. Yaroslavl, 2005. 605 p.

6. Mozhaeva N.S., Shevchenko D.O., Petrakova E.V. [Skills necessary for a volunteer]. *Aktual'nye voprosy organizatsii volonterской deyatelnosti v ramkah podgotovki k Universiade 2019: lingvoperevodcheskij, psihologo-pedagogicheskij, organizacionno-upravlencheskij i social'nyj aspekty. Sb. materialov V Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii studentov i molodyh uchenyh, posvyashchennoj Universiade* [Topical issues of organizing volunteer activities in preparation for the Universiade 2019: linguistic translation, psychological and pedagogical, organizational, managerial and social aspects. Collection of materials of the V International scientific-practical conference of students and young scientists]. Krasnoyarsk, 2019, pp. 108-109 (In Russ.).

7. Tratinko T.V. [Volunteer activity as a space for the development of emotional intelligence]. *Aktual'nye problemy psihologii i pedagogiki v sovremennom obrazovanii. Sb. nauch. st. IV mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Actual problems of psychology and pedagogy in modern education. Collection of scientific articles of the IV international scientific and practical conference]. Yaroslavl, 2020, pp. 136-138 (In Russ.).

8. Chashkova O.Yu. and others. Modelirovanie i diagnostika prosocial'nogo povedeniya volonterov [Modeling and diagnostics of prosocial behavior of volunteers]. *Nauchnye trudy KUBGTU: elektronnyj setevoy politematicheskij zhurnal = Scientific works of KUBSTU*, 2016, no. 5. pp. 143-158.

9. Molchanova L.N. Problemy vygoraniya volonterov v i zarubezhnyh issledovaniyah: prioritnye nauchno-issledovatel'skie napravleniya [Problems of volunteer burnout in Russian and foreign research: priority research areas]. *Regional'nyj vestnik = Regional Bulletin*, 2021, no. 1 (57), pp. 31-34.

10. Vodopyanova N. Ye., Starchenkova E.S. *Sindrom vygoraniya: diagnostika i profilaktika* [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. St. Petersburg, Peter Publ., 2008. 358 p.

11. *Oprosnik na emocional'nyj intellekt: novye psihometricheskie dannye* [Emotional intelligence Questionnaire: new psychometric data]. Available at: http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ_2009/lusin_social_IQ_2009.pdf (accessed 01.04.2021)

12. Efstathia M. Vlachou, Dimitrios Damigos, George Lyrakos, Konstantinos Chanopoulos, George Kosmidis and Miltiades Karavis. The Relationship between Burnout Syndrome and Emotional Intelligence in Healthcare Professionals. *Health Science Journal*, 2016. Available at: <https://www.hsj.gr/medicine/the-relationship-between-burnout-syndrome-and-emotional-intelligence-in-healthcare-professionals.php?aid=11303> (accessed 01.04.2021)

13. Gong Zhun, Chen Yuqi, and Wang Yayu. The Influence of Emotional Intelligence on Job Burnout and Job Performance: Mediating Effect of Psychological Capital. *Front Psychol.* 2019; 10: 2707. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02707>.

14. Ju Chengting, Lan Jijun, Li Yuan et al. The mediating role of workplace social support on the relationship between trait emotional intelligence and teacher burnout. *Teaching and teacher education*, 2015, vol. 51, pp. 58-67.

15. Laura-Elena Năstăsău, Anca Daniela Fărcașb. The Effect of Emotional Intelligence on Burnout in Healthcare Professionals. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2015, vol. 187, pp. 78-82. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.015>.

Информация об авторах / Information about the Authors

Молчанова Людмила Николаевна, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет, г. Курск, Российская Федерация
e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru
ORCID: 0000-0001-6309-1825
Researcher ID: AAF-9625-2019

Lyudmila N. Molchanova, Doctor of Psychology, Professor, Department of Psychology of Health and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation
e-mail: molchanowa.liuda@yandex.ru
ORCID: 0000-0001-6309-1825
Researcher ID: AAF-9625-2019

Блинова Кристина Викторовна, аспирант кафедры психологии здоровья и нейропсихологии, Курский государственный медицинский университет, г. Курск, Российская Федерация
e-mail: sam.meteorit@yandex.ru

Kristina V. Blinova, Post-Graduate Student, Department of Health Psychology and Neuropsychology, Kursk State Medical University, Kursk, Russian Federation
e-mail: sam.meteorit@yandex.ru