

## АННОТАЦИЯ

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ИТ-СПЕЦИАЛИСТОВ:** аннотация к дипломной работе / Гурин Михаил Сергеевич; Факультет философии и социальных наук, Кафедра общей и медицинской психологии; науч. рук. Е.А. Трухан.

**Объект** исследования – профессиональное выгорание.

**Предмет** – профессиональное выгорание у ИТ-специалистов.

**Цель** исследования – выявить характер взаимосвязи профессионального выгорания и эмоционального интеллекта у сотрудников ИТ-компаний.

**Основные результаты.** В теоретической части работы были сформулированы основные определения и проанализированы современные исследования феномена профессионального выгорания и эмоционального интеллекта. Профессиональное выгорание – синдром эмоционального истощения, деперсонализации (цинизма) и редукции профессиональных достижений (снижения чувства личностного благополучия, развития), возникающие на работе в ответ на межличностные стрессоры. Анализ литературных источников по проблеме исследования позволил теоретически обосновать взаимосвязь профессионального выгорания и индивидуальных особенностей человека, в том числе уровня эмоционального интеллекта и особенностями профессиональной деятельности. Выделены рабочие стрессовые факторы провоцирующие развитие профессионального выгорания ИТ-специалистов. Эмоциональный интеллект – способность к пониманию эмоций, как своих, так и других людей, к определению, выражению и управлению эмоциональной сферой, что позволяет индивиду иметь высокую адаптивность и эффективность в общении и деятельности, отражает внутренний мир и его связи с поведением личности с взаимодействием с реальностью, в отличие от абстрактного и конкретного интеллекта, которые отражают закономерности внешнего мира. Эмпирическое исследование было направлено на выявление характера взаимосвязи профессионального выгорания и эмоционального интеллекта у сотрудников ИТ-компаний. Для диагностики уровня профессионального выгорания в работе использован опросник эмоционального выгорания К.Маслач, в качестве инструмента для диагностики уровня развития эмоционального интеллекта был выбран тест (опросник) эмоционального интеллекта Д.В.Люсина.

Проведенное эмпирическое исследование показало, что уровень развитости синдрома профессионального выгорания по интегральному значению (сумма высоких и средних показателей) выражен: ТОП-менеджеры 65%, инженеры-разработчики 85%, не разработчики (вспомогательный персонал) 65%.

В результате проведенного исследования было установлено, что общий уровень эмоционального интеллекта по всей выборке респондентов имеет значение ниже среднего диапазона значений по нормам методики. Общее интегральное значение эмоционального интеллекта (сумма очень высоких и высоких значений показателей): ТОП-менеджеры 41%, инженеры-разработчики 23%, не разработчики (вспомогательный персонал) 29%. По результатам статистической обработки данных с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена сделан вывод о наличии значимых взаимосвязей между отдельными компонентами профессионального выгорания (эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений) и общим уровнем эмоционального интеллекта, так и отдельно между по шкалами (МЭИ, ВЭИ, ПЭ, УЭ) и субшкалам (МП, МУ, ВП, ВУ, ВЭ): чем более развит эмоциональный интеллект, тем менее выражен синдром профессионального выгорания.

Таким образом, цель дипломного исследования достигнута, задачи исследования выполнены и гипотеза исследования доказана.

**Ключевые слова:** ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ, ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ, ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ИСТОЩЕНИЕ, ДЕПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ, РЕДУКЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ, ИТ-СОТРУДНИКИ

RELATIONSHIP OF PROFESSIONAL BURNOUT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE IN IT SPECIALISTS: annotation to the diploma thesis /Guryn Mikhail Sergeevich; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of General and Medical Psychology; scientific supervisor E.A. Trukhan.

The **object** of research is professional burnout.

The **subject** is professional burnout among IT professionals.

The **purpose** of the study is to identify the nature of the relationship between professional burnout and emotional intelligence among employees of IT companies.

**Main results.** In the theoretical part of the work, the main definitions were formulated and modern studies of the phenomenon of professional burnout and emotional intelligence were analyzed. Professional burnout is a syndrome of emotional exhaustion, depersonalization (cynicism) and reduction of professional achievements (decreased sense of personal well-being, development) that occur at work in response to interpersonal stressors. The analysis of literary sources on the research problem made it possible to theoretically substantiate the relationship between professional burnout and individual characteristics of a person, including the level of emotional intelligence and the characteristics of professional activity. Work stress factors that provoke the development of professional burnout of IT specialists are identified. Emotional intelligence is the ability to understand emotions, both one's own and other people, to determine, express and manage the emotional sphere, which allows the individual to have high adaptability and efficiency in communication and activity, reflects the inner world and its connections with the behavior of the individual with interaction with reality, in contrast to the abstract and concrete intellect, which reflect the laws of the external world. An empirical study was aimed at identifying the nature of the relationship between professional burnout and emotional intelligence among employees of IT companies. To diagnose the level of professional burnout, the work used the questionnaire of emotional burnout by K. Maslach, as a tool for diagnosing the level of development of emotional intelligence, the test (questionnaire) of emotional intelligence by D.V. Lyusin was chosen.

The conducted empirical study showed that the level of development of the syndrome of professional burnout in terms of the integral value (the sum of high and medium indicators) is expressed: top managers 65%, development engineers 85%, non-developers (support staff) 65%.

As a result of the study, it was found that the overall level of emotional intelligence for the entire sample of respondents is below the average range of values according to the standards of the methodology. The overall integral value of emotional intelligence (the sum of very high and high values of indicators): TOP managers 41%, development engineers 23%, non-developers (support staff) 29%.

According to the results of statistical data processing using the Spearman rank correlation coefficient, it was concluded that there are significant relationships between the individual components of professional burnout (emotional exhaustion, depersonalization, reduction of professional achievements) and the overall level of emotional intelligence, and separately between the scales (MPEI, VEI, PE , UE) and subscales (MP, MU, VP, VU, VE): the more developed emotional intelligence, the less pronounced the syndrome of professional burnout.

Thus, the goal of the thesis research has been achieved, the research objectives have been fulfilled, and the research hypothesis has been proven.

**Keywords:** PROFESSIONAL BURNOUT, EMOTIONAL INTELLIGENCE, EMOTIONAL EXHAUSTION, DEPERSONALIZATION, REDUCTION OF PROFESSIONAL ACHIEVEMENTS, IT-SPECIALISTS