

<https://doi.org/10.31891/PT-2025-3-25>

УДК 159.96-022.257:165.242.1

Василь ЛЕФТЕРОВ

доктор психологічних наук, професор,
Міжнародний гуманітарний університет

<https://orcid.org/0000-0002-9163-0555>

e-mail: lefterov.vasil@gmail.com

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ, СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ, КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ТА АПЕРЦЕПЦІЇ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ

Стаття присвячена розгляду теоретико-прикладних аспектів синдрому емоційного вигорання, соціального інтелекту, критичного мислення та аперцепції у військовослужбовців та фахівців соціономічних професій. Здійснено аналіз функціонування та взаємообумовлення емоційних, когнітивних та соціально-комунікативних феноменів особистості. На основі емпіричного дослідження серед військовослужбовців, а також психологів, педагогів, соціальних працівників та медиків встановлено взаємозв'язок між емоційним вигоранням, соціальним інтелектом, критичним мисленням та аперцепцією. Доведено, що розвинені когнітивно-аналітичні, соціально-комунікативні та ситуаційно-поведінкові навички сприяють зниженню рівня емоційного виснаження, натомість підвищена суб'єктивність сприйняття і його залежність від попереднього досвіду збільшує ймовірність розвитку д особистості синдрому емоційного вигорання.

Проведений аналіз зазначених феноменів та взаємозв'язків між ними сприятиме розумінню психологічних механізмів адаптації та дезадаптації особистості, опрацюванню ефективних заходів корекції психологічних деструкцій і розладів та профілактики психічного здоров'я. Зокрема, може бути врахований у розробці та впровадженні ефективних тренінгових програм корекції та профілактики професійного вигорання й інших психологічних деструкцій особистості.

Ключові слова: емоційне вигорання, професійне вигорання стрес, психологічні деструкції особистості, адаптація, психічне здоров'я, фахівці соціономічного профілю, військовослужбовці, екстремальні ситуації, соціальний інтелект, прогнозування соціальних наслідків, критичне мислення, когнітивна гнучкість, аперцепція, особистісна рефлексія, самооцінка.

Vasyl LEFTEROV

International Humanitarian University

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL BURNOUT, SOCIAL INTELLIGENCE, CRITICAL THINKING AND APPERCEPTION IN MILITARY PERSONNEL AND PROFESSIONALS OF THE SOCIONOMIC SPHERE

The article examines the theoretical and applied aspects of emotional burnout syndrome, social intelligence, critical thinking, and apperception among military personnel and specialists in socionomic professions. The study analyzes the functioning and interdependence

of emotional, cognitive, and socio-communicative phenomena of personality. Based on an empirical investigation conducted among servicemen as well as psychologists, educators, social workers, and medical professionals, a relationship was established between emotional burnout, social intelligence, critical thinking, and apperception. It has been proven that well-developed cognitive-analytical, socio-communicative, and situational-behavioral skills contribute to reducing the level of emotional exhaustion, whereas increased subjectivity of perception and its dependence on previous experience raise the likelihood of developing emotional burnout syndrome.

The conducted analysis of the mentioned phenomena and their interrelations contributes to a deeper understanding of the psychological mechanisms of personal adaptation and maladaptation, the development of effective measures for correcting psychological destructions and disorders, and the prevention of mental health deterioration. In particular, the results obtained may be used in the design and implementation of effective training programs for the correction and prevention of professional burnout and other psychological destructurements of personality.

Key words: emotional burnout, professional burnout, stress, psychological destructions of personality, adaptation, mental health, socioeconomic professionals, military personnel, extreme situations, social intelligence, forecasting of social consequences, critical thinking, cognitive flexibility, apperception, personal reflection, self-esteem.

Постановка проблеми у загальному вигляді

та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Емоційне вигорання в сучасному суспільстві набуває особливої значущості, зокрема в умовах воєнних конфліктів, підвищеного психоемоційного навантаження та нестабільності соціального середовища. Військовослужбовці та фахівці соціономічного профілю часто стикаються з екстремальними або психологічно складними ситуаціями, які характеризуються високою емоційною напругою та психологічним виснаженням під час виконання професійної діяльності. Це в свою чергу може призводити до зниження мотивації, емпатії, когнітивної гнучкості, ефективності взаємодії із соціальним середовищем та життєдіяльності в цілому. У зв'язку з цим дослідження взаємозв'язків між емоційним вигоранням, соціальним інтелектом, критичним мисленням та апперцепцією є актуальним для більш глибокого аналізу функціонування та взаємообумовлення емоційних, когнітивних та соціально-комунікативних феноменів особистості. Якісний аналіз зазначених феноменів та взаємозв'язків між ними, сприятиме розумінню психологічних механізмів адаптації та дезадаптації особистості, розробці ефективних заходів корекції психологічних деструкцій і розладів та профілактики психічного здоров'я.

Аналіз досліджень та публікацій

Проблему емоційного вигорання детально вивчали Г. Дж. Фройденбергер, К. Маслач, С. Джексон, Л. Карамушка та інші

зарубіжні й вітчизняні науковці, які описують вигорання як багатовимірний феномен, що включає емоційне, фізичне та інтелектуальне виснаження [1-3]. Г. Дж. Фройденбергер запропонував термін «синдром вигорання», яким описував стан розчарування, деморалізації та крайньої стомленості, які він відзначав у медичних працівників. Автор запропонував нову модель для розгляду дистресу та функціональних порушень, пов'язаних з роботою фахівців соціономічних професій [1]. Фундаментальні й прикладні наукові дослідження підтверджують схильність до емоційного виснаження фахівців екстремальних видів діяльності, серед яких військовослужбовці, правоохоронці, рятувальники тощо, а також представників соціономічних професій, зокрема психологів, педагогів, соціальних працівників, лікарів, менеджерів та інших фахівців, діяльність яких має відповідальний, або стресогенний характер [3-7].

Природу і концептуальні підходи до соціального інтелекту розкрито численними вітчизняними та зарубіжними вченими, зокрема Г. Айзенком, Дж. Гілфордом, Д. Кітінгом, М. Саллівеном, Г. Олпортом, Е. Торндайком, В. Панком, Н. Чепелевою та іншими [8-10]. Так, соціальний інтелект, за Дж. Гілфордом, розглядається як здатність людини до усвідомлення соціальних ситуацій, розуміння поведінки й емоцій інших осіб та прогнозування соціальних наслідків [8]. Соціальний інтелект як спеціальна здібність орієнтуватися в комунікативній ситуації та обирати можливі способи опосередкованого досягнення поставлених цілей, виконує низку функцій серед яких планувальна, адаптивна, мотиваційна, регулятивна, прогностична, інтегральна, мобілізаційна та пізнавальна-оцінкова [10].

Критичне мислення визначається як когнітивна здатність особистості до оцінки фактів, ситуацій, аргументів, формулювання логічних висновків та прийняття обґрунтованих рішень. На думку С. Терно, критичне мислення – це мислення усвідомлене, самостійне, рефлексивне, цілеспрямоване, обґрунтоване, контрольоване та самоорганізоване [11]. Критичне мислення, як вміння аналізувати інформацію та формувати власні, об'єктивні погляди, вимагає когнітивної гнучкості у сприйнятті та інтерпретації даних, що передбачає здатність швидко переключатися між різними підходами та типами мислення.

В дослідженні проблем апперцепції виділяються праці американського психолога В. Джеймса, який тлумачив її як динамічну взаємодію минулого досвіду та актуального сприймання, що формує індивідуальну картину світу [12]. Згідно з теорією Г. Мюррея, апперцепція показує, як попередній досвід впливає на інтерпретацію

нових подій [13]. У вітчизняній когнітивній психології апперцепція досліджується у зв'язку з розвитком критичного мислення, соціального інтелекту, особистісної рефлексії та самооцінки. (О. Бондаренко, Н. Чепелева, Т. Титаренко). Науковцями підкреслюється, що рівень апперцептивної гнучкості впливає на ефективність соціальної перцепції, адаптацію в складних, стресових умовах і здатність до емпатії [14].

Загалом сучасні дослідження вказують на те, що існує певна взаємозалежність між рівнем соціального інтелекту, критичного мислення апперцепції та емоційного вигорання особистості.

Формулювання цілей статті

Мета дослідження – виявити особливості та взаємозв'язки між рівнем емоційного вигорання, соціального інтелекту, критичного мислення та апперцепції у військовослужбовців і фахівців соціономічного профілю. Гіпотези дослідження полягали у припущенні, що: 1) високий рівень соціального інтелекту та критичного мислення знижує інтенсивність емоційного вигорання; 2) апперцептивна суб'єктивність сприйняття підвищує ризик вигорання; 3) взаємозв'язки між змінними відрізняються у двох групах респондентів.

Виклад основного матеріалу

Емпіричне дослідження з вивчення взаємозв'язку емоційного вигорання, соціального інтелекту, критичного мислення та апперцепції проводилося на вибірці з 80 осіб, з яких було сформовано дві групи досліджуваних: група 1 – 40 військовослужбовців (чоловіки 22-45 років); група 2 – 40 фахівців соціономічного профілю (психологи, соціальні працівники, педагоги, медики віком 23-50 років). Для дослідження використано методику «Діагностика професійного вигорання К. Маслач, С. Джексон», «Тест соціального інтелекту Дж. Гілфорда – М. Саллівена», «Тест критичного мислення Ватсона-Глейзера» та «Тематичний апперцепційний тест Г. Мюррея (ТАТ)». Для статистичної обробки даних застосовано кореляційний аналіз Пірсона та t-критерій Стюдента.

Зазначимо, що для переведення суб'єктивності сприйняття за методикою ТАТ у кількісні дані, були застосовані такі показники: індекс проєктивності (скільки в історії власних емоцій, фантазій, гіпотез); ступінь відхилення від об'єктивного змісту зображення (чим більше історія не відповідає очевидним візуальним елементам тим вище суб'єктивність); кількості та інтенсивності афективних елементів (емоційні оцінки, перебільшення, символізм); ступеня ідентифікації з

героями тесту. Ці показники були оцінені за бальною шкалою, утворюючи умовний кількісний індекс аперцепції (суб'єктивності сприйняття). Загальний рівень розвитку соціального інтелекту (інтегрального чинника пізнання поведінки) було визначено з урахуванням композитної оцінки. Рівень критичного мислення розраховувався за результатами узагальнення п'яти субшкал (навичок критичного мислення): 1) висновки; 2) визнання припущень; 3) дедукція; 4) інтерпретація; 5) оцінка аргументів.

За результатами дослідження було здійснено порівняльний аналіз показників всіх методик у двох групах досліджуваних, з якого виявлено, що, військовослужбовці демонструють вищий рівень емоційного виснаження, деперсоналізації та більш низький рівень редукції особистих досягнень. Соціономічні фахівці, навпаки, мають вищі результати за соціальним інтелектом та критичним мисленням. Це свідчить про роль когнітивних і соціальних навичок у зниженні стресових наслідків професійної діяльності та запобіганню синдрому емоційного вигорання. Проте, за рівнем аперцепції (індексу суб'єктивності сприйняття) значимих відмінностей у досліджуваних двох груп не виявлено.

Кореляційний аналіз проведений між основними діагностичними показниками в загальній вибірці, а також окремо в двох групах досліджуваних (табл. 1-3), засвідчив про встановлені значимі зворотні зв'язки між рівнем емоційного вигорання та критичним мисленням і соціальним інтелектом. Це вказує на те, що чим більше рівень критичного мислення та соціального інтелекту, тим меншим виявляється рівень емоційного вигорання і навпаки.

Таблиця 1

**Кореляційні зв'язки між основними діагностичними показниками
(вся вибірка, n=80)**

Показники	Загальний індекс синдрому вигорання	Рівень розвитку соціального інтелекту	Критичне мислення	Аперцепція
Загальний індекс синдрому вигорання	1	-0,54**	-0,47**	0,36*
Рівень розвитку соціального інтелекту	-0,54**	1	0,41**	-0,27
Критичне мислення	-0,47**	0,41**	1	-0,19
Аперцепція	0,36*	-0,27	-0,19	1

Примітка:** - $p < 0,01$; * - $p < 0,05$.

Позитивний кореляційний зв'язок між емоційним вигоранням та аперцепцією, а також тенденції зворотного зв'язку аперцепції з соціальним інтелектом (табл. 1) свідчать, що високий рівень суб'єктивності сприйняття негативно впливає на розвиток синдрому емоційного вигорання, але розвинений соціальний інтелект, сприяє зменшенню рівня аперцепції.

Результати кореляційного аналізу показали, що для військовослужбовців (табл. 2) характерні сильніші прямі зв'язки між емоційним вигоранням та аперцепцією ($r=0,44$, $p<0,05$), тоді як у соціономічних фахівців (табл. 3) більш виражений зв'язок між критичним мисленням і соціальним інтелектом ($r=0,46$, $p<0,01$). Це свідчить, що когнітивно-аналітичні навички у соціономічних професіях мають компенсаторну роль, тоді як військові частіше інтерпретують події через призму емоційного досвіду.

Таблиця 2

**Кореляційні зв'язки між основними діагностичними показниками
(група військовослужбовців, $n=40$)**

Показники	Загальний індекс синдрому вигорання	Рівень розвитку соціального інтелекту	Критичне мислення	Аперцепція
Загальний індекс синдрому вигорання	1	-0,58**	-0,42*	0,44*
Рівень розвитку соціального інтелекту	-0,58**	1	0,35*	-0,27
Критичне мислення	-0,42*	0,35*	1	-0,24
Аперцепція	0,44*	-0,27	-0,24	1

Примітка:** - $p < 0,01$; * - $p < 0,05$.

Таблиця 3

**Кореляційні зв'язки між основними діагностичними показниками
(група соціономічних фахівців, $n=40$)**

Показники	Загальний індекс синдрому вигорання	Рівень розвитку соціального інтелекту	Критичне мислення	Аперцепція
Загальний індекс синдрому вигорання	1	-0,48**	-0,51**	0,32*
Рівень розвитку соціального інтелекту	-0,48**	1	0,46**	-0,18
Критичне мислення	-0,51**	0,46**	1	-0,21
Аперцепція	0,32*	-0,18	-0,21	1

Примітка:** - $p < 0,01$; * - $p < 0,05$.

Висновки з даного дослідження

і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Проведене дослідження підтвердило існування взаємозв'язків між емоційним вигоранням, соціальним інтелектом, критичним мисленням та аперцепцією у військовослужбовців та фахівців соціономічних професій. Розвинені когнітивно-аналітичні, соціально-комунікативні та ситуаційно-поведінкові навички сприяють зниженню рівня емоційного виснаження, натомість підвищена суб'єктивність сприйняття і його залежність від попереднього досвіду збільшує ймовірність розвитку у особистості синдрому емоційного вигорання. То ж гіпотези дослідження були підтверджені. Подальші наукові пошуки можуть зосереджуватися на динаміці виявлених закономірностей в різних умовах професійної та службової діяльності соціономічних фахівців та військових, а також врахуванні цих закономірностей у розробці та впровадженні ефективних тренінгових програм корекції та профілактики професійного вигорання й інших психологічних деструкцій особистості.

Література

1. Freudenberger H., Richelson G. Burnout: The high cost of high achievement. NY., 1980. 214 p.
2. Maslach, C., Jackson, S.E. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. № 2. 99-113.
3. Карамушка Л.М., Бондарчук О.І., Грубі Т.В. Психологічні чинники професійного вигорання працівників державної фіскальної служби України : монографія. К.-Кам'янець-Подільський : Медобори. 2006, 2015. 254 с.
4. Хайрулін О.М. Психологія професійного вигорання військовослужбовців: монографія; [за наук. ред. А. В. Фурмана]. Тернопіль : THEU, 2015. 219 с.
5. Босько В.І., Лефтеров В.О. Емоційне вигорання екстремальних психологів: концептуалізація, дослідження та профілактика : монографія. К. : ФОП Гуляєва В.М., 2024. 248 с.
6. Lefterov V.O., Timchenko O.V., Tsilmak O.M., Ignatieva I.I. Simulation and psychological trainings as methods of preventing emotional burnout in doctors. *World of medicine and biology*. №2(72), 2020. С. 85-89 URL: <https://womab.com.ua/en/smb-2020-02/8457>. (DOI 10.26724/2079-8334-2020-2-72-85-89).
7. Lefterov V., Artyomenko V., Lefterov L., Harkavets S., Volchenko L., Melenchuk N., Gutsol V. Burnout Syndrome Comparative Study in Doctors, Psychologists, and Law Enforcement Officers During the

Full-Scale Invasion in Ukraine. *Romanian Journal of Diabetes Nutrition and Metabolic Diseases* 32 (1). 2025. URL: <https://www.rjdnmd.org/index.php/RJDNMD/article/view/1821>.

8. Guilford J.P. The nature of human intelligence. N.Y. : McGraw-Hill, 1967. 156 p.

9. Kihlstrom, J. F., & Cantor, N. (2020). Social intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.). *The Cambridge handbook of intelligence* (2nd ed., pp. 756-779). Cambridge University Press. URL: <https://doi.org/10.1017/9781108770422.032>

10. Любочкіна Г. Розуміння соціального інтелекту в науці. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія «Юридичні науки»*. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2017. № 884. С. 52-58.

11. Терно С. О. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії): посібник для вчителя. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2011. 105 с. URL: <http://sites.znu.edu.ua/interactiv.edu.lab/125.ukr.html>

12. James W. Talks to teachers on psychology: and to students on some of life's ideals. URL: <https://surl.li/cxhtds>

13. Miller J. Dredging and Projecting the Depths of Personality: The Thematic Apperception Test and the Narratives of the Unconscious. *Science in Context* 28, № 1 (2015). 9-30. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25832568/>

14. Чепелева Н. В. Соціально-психологічні чинники розуміння та інтерпретації особистого досвіду: монографія / за ред. Н. В. Чепелевої; Інститут психології ім. Г. С. Костюка, АПН України. Київ : Педагогічна думка, 2008. 255 с.

References

1. Freudenberger H., Richelson G. Burnout: The high cost of high achievement. NY., 1980. 214 p.

2. Maslach, C., Jackson, S.E. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. № 2. 99-113.

3. Karamushka L.M., Bondarchuk O.I., Hruby T.V. Psykholohichni chynnyky profesiinoho vyhorannia pratsivnykiv derzhavnoi fiskalnoi sluzhby Ukrainy: monohrafiia. K.-Kamianets-Podilskyi: Medobory. 2006, 2015. 254 s.

4. Khairulin O.M. Psykholohiia profesiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtiv: monohrafiia; [za nauk. red. A. V. Furmana]. Ternopil: TNEU, 2015. 219 s.

5. Bosko V.I., Lefterov V.O. Emotsiine vyhorannia ekstremalnykh psykhologiv: kontseptualizatsiia, doslidzhennia ta profilaktyka: monohrafiia. K.: FOP Huliaieva V.M., 2024. 248 s.

6. Lefterov V.O., Timchenko O.V., Tsilmak O.M., Ignatieva I.I. Simulation and psychological trainings as methods of preventing emotional burnout in doctors. *World of medicine and biology*. №2(72), 2020. С. 85-89 URL: <https://womab.com.ua/en/smb-2020-02/8457>. (DOI 10.26724/2079-8334-2020-2-72-85-89).

7. Lefterov V., Artyomenko V., Lefterov L., Harkavets S., Volchenko L., Melenchuk N., Gutsol V. Burnout Syndrome Comparative Study in Doctors, Psychologists, and Law Enforcement Officers During the Full-Scale Invasion in Ukraine. *Romanian Journal of Diabetes Nutrition and Metabolic Diseases* 32 (1). 2025. URL: <https://www.rjdnmd.org/index.php/RJDNMD/article/view/1821>.
8. Guilford J.P. The nature of human intelligence. N.Y.: McGraw-Hill, 1967. 156 p.
9. Kihlstrom, J. F., & Cantor, N. (2020). Social intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), *The Cambridge handbook of intelligence* (2nd ed., pp. 756–779). Cambridge University Press. URL: <https://doi.org/10.1017/9781108770422.032>
10. Liubochkina H. Rozuminnia sotsialnoho intelektu v nautsi. Visnyk Natsionalnoho universytetu «Lvivska politekhnika». Seriya «Iurydychni nauky». Lviv: Vydavnytstvo Lvivskoi politekhniki, 2017. № 884. S. 52–58.
11. Terno S. O. Teoriia rozvytku krytychnoho myslennia (na prykladi navchannia istorii): posibnyk dlia vchytetelia. Zaporizhzhia: Zaporizkyi natsionalnyi universytet, 2011. 105 s. URL: <http://sites.znu.edu.ua/interactiv.edu.lab/125.ukr.html>
12. James W. Talks to teachers on psychology: and to students on some of life's ideals. URL: <https://surl.li/cxhtds>
13. Miller J. Dredging and Projecting the Depths of Personality: The Thematic Apperception Test and the Narratives of the Unconscious. *Science in Context* 28, № 1 (2015). 9–30. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25832568/>
14. Chepelieva N. V. Sotsialno-psykholohichni chynnyky rozuminnia ta interpretatsii osobystoho dosvidu: monohrafiia / za red. N. V. Chepelievoi; Instytut psykholohii im. H. S. Kostiuka, APN Ukrainy. Kyiv: Pedahohichna dumka, 2008. 255 s.