

УДК 159.964: 615.851

Ілона Вікторівна Калашник (Храпко),
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0002-3797-2378
ilona8394@gmail.com

Ірина Вячеславівна Сірик,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0003-2229-5690
Irinkasirik@gmail.com

ПСИХОТЕРАПІЯ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГА МЕТОДОМ ПСИХОМАЛЮНКІВ

На сучасному етапі життя українського суспільства в умовах війни актуальною є проблема синдрому емоційного вигорання. Стаття присвячена комплексному аналізу наукових підходів до вивчення феномену емоційного вигорання, що є актуальною проблемою професійної діяльності. Висвітлено чинники виникнення синдрому емоційного вигорання, стадії розвитку синдрому емоційного вигорання, ознаки вигорання. Описано роль методу психомалюнків у дослідженні деструктивних тенденцій психіки, які призводять до емоційного вигорання. Наголошено на важливості власної психокорекції та психотерапії майбутніх фахівців психологів.

Ключові слова: психіка, психотерапія, психокорекція, інтерпретація, психомалюнок, психологічна допомога, емоційне вигорання, деструкції психіки, особистість.

Ilona Kalashnyk (Khrapko),
PhD in Psychology, Associate Professor,
Deep Correction and Psycho-Social
Rehabilitation Department,
Bohdan Khmelnytsky National
University of Cherkasy,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0002-3797-2378
ilona8394@gmail.com

Iryna Siryk,
PhD in Psychology, Associate Professor,
Deep Correction and Psycho-Social
Rehabilitation Department,
Bohdan Khmelnytsky National
University of Cherkasy,
Cherkasy, Ukraine

PSYCHOTHERAPY AND PSYCHOCORRECTION OF EMOTIONAL BURNOUT SYNDROME BY A PSYCHOLOGIST USING THE METHOD OF PSYCHODRAWINGS

At the current stage of life of Ukrainian society in conditions of war, the problem of emotional burnout syndrome is relevant. Due to the high intensity of providing psychological assistance to the population, psychologists also fall under the influence of burnout, so it is important to find optimal psychological methods of resource recovery. The article is devoted to a comprehensive analysis of scientific approaches to studying the phenomenon of emotional burnout, which is a topical problem of professional activity. The main attention is focused on the need for a deep understanding of the fundamental psychological prerequisites that underlie the emergence of this phenomenon, the cause-and-effect relationship between the tendency to psychological death and its role as a trigger leading to the development of mental burnout is considered. The factors of the emergence of emotional burnout syndrome, the stages of development of emotional burnout syndrome, and the signs of burnout are highlighted. The article outlines the importance of the psychodynamic approach, which allows revealing hidden aspects of internal motivation and conflicts that affect the psycho-emotional state of the individual. The role of the psycho-imagery method in the study of destructive tendencies of the psyche that lead to emotional burnout is described. Destructive tendencies of the psyche and their manifestation in the behavioral material of the subjects are characterized. The importance of self-psychocorrection and psychotherapy of future psychologists is emphasized. Prevention of mental burnout among future practicing psychologists should be an integral part of their professional training. Appropriate psychoprophylaxis is considered a key tool for strengthening emotional resilience and supporting the psychological well-being of professionals in the long term.

Key words: *psyche, psychotherapy, psychocorrection, interpretation, psycho-image, psychological help, emotional burnout, destruction of the psyche, personality.*

В умовах війни, в яких наразі опинилося українське суспільство актуальності набуває тема синдрому емоційного вигорання. Майже всі професії в системі «людина-людина» зіткнулися з вигоранням. Найбільш частими є прояви емоційного вигорання серед військових, лікарів, поліцейських, психологів, психотерапевтів та представників інших професій. У підготовці психологів, психотерапевтів до надання психологічної допомоги проводиться ряд навчальних заходів з метою його упередження, однак з великим попитом звернень до психологів, останні теж попадають в категорію ризику. У процесі професійного становлення практичного психолога ключовим аспектом є дослідження несвідомих тенденцій його психіки, серед яких окрему увагу привертають деструктивні тенденції психіки, такі як тенденція до психологічної смерті. Подібні прояви можуть спостерігатися у фахівців, які лише вступають на шлях освоєння професії практичного психолога, що є неприйнятним для даної спеціальності, враховуючи її специфіку та високу відповідальність. Отже, невід'ємною умовою професійної підготовки фахівців цього професійного напрямку є формування особистісної відкорогованості і готовності у наданні психологічної допомоги. Такий підхід сприяє ефективному усуненню деструктивних тенденцій психіки, забезпечуючи стабільність і професійну адекватність майбутнього психолога.

У наукових психологічних дослідженнях явища, пов'язані з емоційним виснаженням, агресивністю, зниженням життєвого тону та втратою зацікавленості у професійній діяльності, об'єднуються в межах поняття «психічне вигорання». Синдром емоційного вигорання – це специфічний вид деформації осіб, які працюють у тісному емоційному контакті з людьми у ході професійної діяльності. Термін «burnout» був впроваджений Г. Фрейденбергером і використовувався для опису суб'єктивних переживань, пов'язаних із деморалізацією, розчаруванням життям та енергетичним виснаженням [1]. Згодом цей концепт набув популярності серед дослідників для пояснення комплексу негативних емоцій та відношень, що виникають у межах професійної діяльності, стосунків із колегами та взаємодії всередині організації загалом. У контексті даного дослідження феномен психічного вигорання є особливо значущим через його глибинний зв'язок із тенденцією до психологічного омертвіння. Адже людина яка не відчуває емоційного виснаження вона є

активною, позитивно емоційною, лабільною, життєрадісною у неї переважає «лібідна» енергія. Людина яка підпадає під синдром емоційного виснаження може відчувати апатію, безсилля, постійну втому, не зацікавленість в роботі у таких людей переважає енергія «мортідо». Остання є ознакою тенденції до психологічного омертвіння [5]. Поняття «вигорання» відображає внутрішні психологічні складові цього стану: виснаження, емоційну нечутливість і негативне ставлення до роботи та професії [1]. Такий стан характеризує суб'єкта як емоційно спустошеного та виснаженого, що корелює з поняттям психологічного омертвіння.

Науковці М. Вайт, С. Джексон, К. Маслач, Е. Моппой та інші трактують «психічне вигорання» як кризовий стан, що має системний характер і охоплює всю професійну діяльність особи, а не лише міжособистісні аспекти її роботи. С. Джексон і К. Маслач визначають три ключові компоненти «психічного вигорання»: емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію професійних (особистісних) досягнень [7]. Де виснаження – це стан когнітивного, фізичного та емоційного виснаження, яке викликане тривалим перебуванням в емоційно складних умовах. Деперсоналізація проявляється у зміні відношення до оточуючих, а редукція особистісних досягнень – у зміні відношення до себе, своїх здобутків і досягнень [1]. Ці компоненти емоційного виснаження зумовлюють негативне ставлення не лише до оточуючих, але і до себе, і до трудової діяльності загалом. У межах досліджень українських і західних учених підкреслюється вплив вікових і психологічних характеристик суб'єкта у виникненні вигорання. Зокрема, явище вигорання є більш поширеним серед осіб із незрілими особистісними структурами, імпульсивним характером, відсутністю сімейної підтримки та значною потребою у розумінні і підтримці з боку оточення.

Мета статті – описати діагностико-корекційні можливості методу психомалюнків у дослідженні синдрому емоційного вигорання у психологів, а також зробити акцент на важливості власної психокорекції та психотерапії майбутніх фахівців. У виникненні синдрому емоційного вигорання відіграють основні три чинники: особистісний чинник (вік, стать, стаж роботи, індивідуальні психологічні особливості, рівень мотивації, задоволеності життям, інтровертованість / екстравертованість тощо); рольовий чинник (рольова невизначеність, конкуренція, нерівномірний розподіл ролей тощо); організаційний чинник (інтенсивне спілкування, несприятливий психологічний клімат, неузгоджені умови праці, психологічно важкий контингент тощо) [2]. Всі ці чинники є передумовою виникнення емоційного виснаження, що супроводжується негативними наслідками у самосприйнятті і неможливості якісно виконувати свої професійні обов'язки.

Поняттям «психічне вигорання» позначають відчуття емоційної спустошеності, фізичної та психологічної виснаженості, а також безсилля, що супроводжується неможливістю встановлювати конструктивну взаємодію, надавати емоційну підтримку або підтримувати партнерські стосунки [3]. Особистість, яка переживає такі стани, сама потребує соціальної допомоги та підтримки з боку оточуючого середовища. Особливу увагу в контексті цієї проблематики заслуговують психологи, які підпадають під вплив емоційного вигорання. Такі спеціалісти можуть несвідомо викривляти інформацію, отриману від клієнта, надмірно перебільшувати його проблеми, тим самим сприяючи погіршенню психологічного стану та провокуючи розвиток депресивних станів у клієнта. Унаслідок цього формується феномен «замкненого кола», де неспроможність психолога надавати професійну допомогу лише поглиблює проблему, приводячи до подальшого особистого «психологічного омертвіння» процесу його роботи [4]. Суттєвий внесок у розуміння феномену вигорання зробив М. Буріш, який наголошував, що «емоційне вигорання» є ключовим чинником розвитку «професійного вигорання». Дослідник виділяє низку характерних ознак, серед яких усамітнення, уникання колег, а також збільшення

вживання психоактивних речовин (кави, тютюну, іноді алкоголю), які впливають на емоційний стан індивіда. Крім того, він фіксує якісні зміни у переживаннях, серед яких: втрата почуття гумору або домінування похмурого «чорного» гумору; постійне відчуття невдачі та провини; тенденція до самозвинувачень, самопокарань. Супутніми проявами виступають: почуття гніву, образи, нікчемності життя, підвищена дратівливість у соціальних і професійних взаємовідносинах, байдужість і безсилля [1]. Цей феномен охоплює всі аспекти життєдіяльності людини, спричиняючи руйнування її внутрішнього світу. Особистість почувається спустошеною, слабкою та непотрібною. Соціальна активність знижується, з'являється виснаження, агресивність, а також загострюються захворювання – виникає хронічна втома, головні болі, дратівливість, астения, зміни артеріального тиску, порушення ваги, безсоння та статеві дисфункції. Всі ці фактори провокують конфліктність, роздратованість та вивільнення негативної енергії через прояви агресії й ненависті. Проте замість очікуваного полегшення виникає ще більше виснаження, відчуття меншовартості, провини та емоційного вигорання [4]. Наукові дослідження акцентують увагу переважно на поведінкових аспектах цього явища, таких як конфліктність, пасивність і потреба в підтримці.

Однак глибинні причини виникнення цих руйнівних станів часто залишаються поза фокусом. У концепції К. Маслач і С. Джексона наголошується, що вигорання є наслідком невідповідності між особистісними якостями людини та вимогами її роботи. Феномен «вигорання» не виникає раптово, а має глибше коріння, яке дослідники часто визначають як «ерозію людської душі», непов'язану напряду з професійною діяльністю [7]. Люди, які переживають внутрішні деструктивні процеси, нерідко намагаються знайти «порятунок» у професійній діяльності. Наприклад, вибір психології як сфери діяльності може бути мотивований бажанням вирішити власні проблеми чи задовольнити амбіції. Проте в таких випадках часто виникає розчарування професією через відсутність справжньої зацікавленості в її сутності. К. Маслач і С. Джексон підкреслюють важливість глибинних передумов психічного вигорання – невідповідність між внутрішніми якостями особистості та робочими вимогами лише відображає більш широкі та фундаментальні проблеми внутрішньої дисгармонії [7]. Це вказує на необхідність ретельного аналізу психологічних чинників, які лежать в основі психічного вигорання. Серед них виділяються несвідомі тенденції психіки, однією з яких є тенденція до психологічної смерті [5].

Тенденція до психологічної смерті представляє собою складний феномен, що виявляється через низку деструктивних процесів на рівні спілкування. В основі цього явища, згідно з психодинамічною теорією Т. С. Яценко, лежить руйнування контактів з оточуючими внаслідок проявів психологічної імпотенції, яка супроводжується заздрістю, селективним сприйняттям інформації, схильністю до інтроверсії, втечею від реальності, а також почуттями приниження та неповноцінності [6]. Крайньою формою такого стану є депресія або навіть суїцидальні спроби. Ця тенденція має неусвідомлений характер, що робить її витоки недоступними для розуміння самого суб'єкта, хоча прояви можуть бути очевидними. Люди, схильні до такого стану, руйнують міжособистісні взаємини, відчувають розчарування, байдужість до життя, а часом занурюються в глибокі депресивні стани [6]. Всі ці переживання критично впливають на емоційне благополуччя суб'єкта, уповільнюють його працездатність та забирають життєву енергію. Практичні психологи повинні володіти емпатійністю, інтуїцією та здатністю «відчувати» емоційний стан клієнта задля ефективної роботи. Однак самі емоційні стани, які асоціюються з психологічною смертю (агресія, апатія, відчуття непотрібності та втрата інтересу до життя), значно ускладнюють професійну допомогу. Така обтяженість може призводити до емоційного вигорання самого психолога: втрати інтересу до роботи, зниження здатності розуміти внутрішній світ клієнтів та навіть відсторонення від проблем пацієнта [6]. Емоційне

виснаження фахівця проявляється у почуттях роздратування, черствості й безнадії. Це вимагає корекції й рефлексії самого психолога для ефективного виконання своїх професійних обов'язків.

У даній статті розглядаються глибинні аспекти цього явища, з акцентом на індивідуальні прояви. Досліджуваним було запропоновано намалювати рисунки на певну тематику, зазначену нижче з метою дослідження глибинних тенденцій психіки особистості. В статті представлено приклади декількох малюнків за мотивами «Мій звичайний емоційний стан» та «Я серед людей» (рис. 1–4), які яскраво відображають специфіку цієї тенденції, дозволяючи додатково оцінити глибину її впливу на особистість. Наведемо декілька фрагментів роботи.

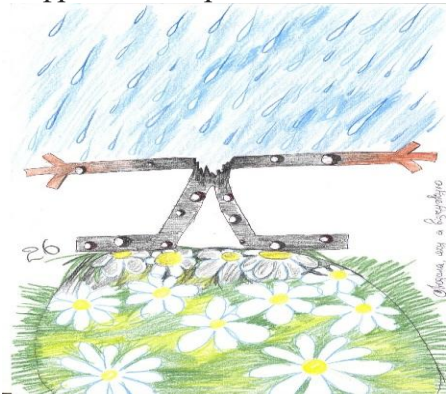


Рис. 1. Мій звичайний емоційний стан

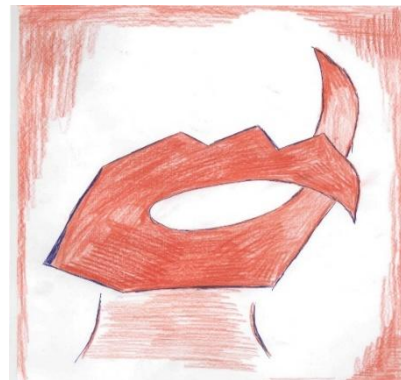


Рис. 2. Мій звичайний емоційний стан



Рис. 3. Я серед людей



Рис. 4. Я серед людей

На представлених рисунках демонструється вплив емоційного омертвіння на процес спілкування (див. рис. 1, рис. 3). На першому малюнку, який має назву «Мій звичайний емоційний стан» (див. рис. 1), автор ілюструє себе як залізну, позбавлену емоцій машину, яка ізолює світ і зупиняє життєдайний дощ для рослин. На малюнку «Я серед людей» (див. рис. 3) той самий автор зображує з'їдене яблуко, яке за його словами є символом емоційного виснаження, внутрішньої порожнечі та депресії. Автор зазначає: «Я неначе не помічаю людей», «Живу ніби за склом», «Мені байдуже до оточуючих – люблю самотність». Ці висловлювання підкреслюють його відчуження від соціуму. На другому малюнку, також названому «Мій звичайний емоційний стан» (див. рис. 2), центральним елементом є щелепи, що символізують агресію та глибоку внутрішню пустоту. Щодо малюнку «Я серед людей» (див. рис. 4), автор подає себе у вигляді великої колючої сосни, оточеної такими ж жорстокими, «колючими» людьми. Він коментує: «Я кричу, сварюся до останнього, щоб домогтися свого», «Здатен відстояти свою позицію будь-якими способами», «Я можу сильно образити людину, яка мені заважає». Ці висловлювання показують конфліктну манеру поведінки автора в соціальному середовищі. Таким чином, відчутно простежується взаємозв'язок між глибинним внутрішнім станом особистості та її поведінковими проявами у процесі взаємодії з навколишнім світом.

Проходження власної психокорекції та психотерапії є необхідною складовою у становленні майбутнього фахівця психолога. Розуміння глибинних тенденцій психіки можливо за рахунок пізнання сфери несвідомого у поєднанні зі сферою свідомого. Психомалюнок є одним із методів, який сприяє пізнанню несвідомого через символи, образи, архетипи. Він виступає в ролі діагностичного так і корекційного матеріалу, який дозволяє психологу стати висококваліфікованим фахівцем, адже власна психокорекція є необхідною умовою становлення майбутнього фахівця [6]. Також малюнки допомагають діагностувати і коригувати психоемоційні стани які виникають під впливом емоційного виснаження. Це доводить багаторічний досвід досліджень у сфері глибинної психології. Психокорекційна практика демонструє, що феномен «психологічного омертвіння» пов'язаний із едіповою ситуацією, центральною характеристикою якої є пригнічення первинних лібідних потягів через неможливість реалізації основних бажань дитини, зокрема її прагнення до любові та єднання з батьками [6]. Це, у свою чергу, призводить до блокування життєвої (лібідної) енергії і активізації енергії «мортідо». У дитячому віці суб'єкт отримує перший досвід табування своїх бажань, що супроводжується емоційним виснаженням, почуттям непотрібності, безперспективності та внутрішньої порожнечі [4]. Неодноразово цей психологічний стан описувався протагоністами як внутрішнє вигоряння, що виникало ще в дитячому віці: «Відчував таку образу, яка знищувала мене зсередини», «Я відчуваю себе ніби погаслим вугіллям», «Моя енергетична спустошеність дозволяє лише функціонувати на рівні «дихання». Такі ознаки характерні для феномену психічного вигорання, що визначається втратою творчого потенціалу, мотиваційної складової, натхнення та інтересу до роботи або життя загалом. Суб'єкт втрачає здатність проявляти емпатію, відчуває дефіцит самоповаги та руйнує взаємодію із соціальним оточенням.

Тенденція до психологічної смерті формується під впливом руйнівних енергій і проникає в усі сфери людської діяльності, порушуючи адекватність спілкування. Соціально-перцептивні викривлення заважають індивіду об'єктивно оцінювати ситуацію «тут і зараз», замінюючи її його викривленим уявленням. Він не здатний бачити оточуючих як унікальних особистостей, що руйнує процес взаємодії і створює труднощі для роботи з таким клієнтом у практичного психолога. Неусвідомлені очікування, які суб'єкт переносить на інших, полягають у бажанні, щоб оточення задовольняло інфантильні потреби в любові, турботі та увазі (едіпальний період). Таким чином, непомітно для себе самої, людина наділяє атмосферу взаємодії «омертвінням», привносячи минуле у теперішнє [6]. Це відбувається через підсвідоме наділення інших рисами або ролями людей, які були значущими в її житті раніше. У несвідомому розумінні діє логіка, що «інші мають дбати про мене, звертати увагу на мене». Однак якщо очікування не виправдовуються, партнери по спілкуванню видаються суб'єкту байдужими, безсердечними або навіть конфліктними, якщо вони не задовольняють ці потреби. У результаті нівелюється можливість рівноправного партнерства і зростають бар'єри в комунікації: відчуженість, закритість, відчуття безвиході у стосунках. Яскравою ілюстрацією таких викривлень можуть бути вислови людей, залучених до психоаналізу через малюнки: «Життя в суспільстві – це боротьба», «Людина людині вовк», «Хочеш мати ворога – знайди друга», «Врятуйте мене від друзів, а з ворогами я впораюсь сам» тощо. Для суб'єкта оточуючий світ постає ворожим і він переконаний, що йому не пробачають помилок, а люди навколо сприймаються як підступні й недоброчливі. Таким чином, несвідоме викривлення реальності «омертвляє» усе позитивне, що відбувається довкола. Відображаючи цей світ через призму власної реальності, людина створює сценарій психологічного вигорання.

Практичний психолог, який сам не пройшов відповідної підготовки із самокорекції та не володіє рефлексивними знаннями, ризикує також руйнувати контакт із клієнтами через власні негативні реакції – агресію, домінування або приниження. Виходячи з цього,

важливим завданням є попередження деструктивних тенденцій, які сприяють психологічній смерті. Одним із ключових методів є психокорекція, психотерапія. Для майбутніх психологів важливо брати участь у психокорекційних заняттях у ролі учасників, адже це сприяє розвитку їхнього соціально-перцептивного інтелекту та комунікативних здібностей. Завдяки цьому відбувається розблокування професійного потенціалу й формуються рефлексивні навички необхідні для подальшої роботи з клієнтами.

Виходячи з викладеного вище, надзвичайно важливим завданням є зосередження уваги на подоланні деструктивних тенденцій психіки, що безпосередньо обґрунтовує актуальність проходження власної психокорекції та психотерапії. Власна психокорекція спрямована на гармонізацію внутрішнього світу індивіда та мобілізацію його ресурсів для подальшого функціонування. Також власна психокорекція сприяє упередженню виникнення синдрому емоційного вигорання у психологів. Участь у психокорекційних, терапевтичних заняттях є невід'ємною складовою формування професійної самосвідомості, дозволяє майбутньому фахівцю психологу здобути цінні рефлексивні знання і навички професійної взаємодії. Це відбувається через стимулювання розвитку соціально-перцептивного інтелекту, який стає важливим чинником вдосконалення комунікативних навичок і водночас сприяє активізації його професійного потенціалу. В умовах війни і після її завершення кількість людей, які потребують психологічної допомоги і підтримки буде зростати. Психологи мають дбати про власний ресурс щоб цілісно і якісно надавати психологічну допомогу населенню. Адже тільки збалансований психоемоційний стан дозволяє людині реалізувати власний потенціал у професійній сфері та в повсякденному житті. З метою упередження синдрому емоційного вигорання необхідно проходити психокорекційні і психотерапевтичні заняття а також віднаходити нові психологічні методи підтримки ментального здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Наумова В. Ю. Феномен емоційного вигорання. Освіта дорослих: енциклопедичний словник / за ред. В. Г. Кременя, Ю. В. Ковбасюка; упоряд.: Н. Г. Протасова, Ю. О. Молчанова, Т. В. Куренна; ред. рада: В. Г.Кремень, Ю. В. Ковбасюк, Н. Г. Протасова та ін.; Нац. акад. пед. наук України, Нац. акад. держ. упр. при Президентові України. К.: Основа, 2014. 496 с.
2. Основи психотерапії: навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.
3. Основи психотерапії / Кіра Седих, Олександр Фільц; навчальний посібник. Видавництво «Академія», 2024. 208с.
4. Сірик І. В., Калашник І. В. Психокорекція деструктивних тенденцій психіки зумовлених едіповою залежністю з метою активізації ресурсів особистості. Активізація психологічних ресурсів особистості у різних умовах соціалізації: кол. монографія / наук. ред.: Г. О. Хомич. Київ: 7БЦ, 2024. С. 119–132.
5. Яценко Т. С. Наукова школа академіка НАПН України Тамари Яценко: колективна монографія / за заг. ред. акад. Т. С. Яценко. Дніпро: Інновація, 2019. 350 с.
6. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посібник. К.: Либідь, 1996. 264 с.
7. Maslach C. Burnout: A multidimensional perspective. Professional burnout: Recent developments in the theory and research / Ed. W. B. Shaufeli, Cr. Maslach and T. Marek. Washington D.C: Taylor & Trancis, 1993. P. 19–32.

REFERENCES

1. Naumova, V. Yu. (2014). Fenomen emotsiinoho vyhorannia. Osvita doroslykh: entsyklopedychnyi slovnyk / za red. V. H. Kremenia, Yu.V. Kovbasiuka; uporiad.: N. H.

- Protasova, Yu. O. Molchanova, T. V. Kurenna; red. rada: V. H. Kremen, Yu. V. Kovbasiuk, N. H. Protasova ta in.; Nats. akad. ped. nauk Ukrainy, Nats. akad. derzh. upr. pry Prezydentovi Ukrainy. K.: Osnova [in Ukrainian].
2. Osnovy psykhoterapii: navch. posib (2017). / M. I. Mushkevych, S. Ye. Chaharna; za red. M. I. Mushkevych. Vyd. 3-tie. Lutsk: Vezha-Druk [in Ukrainian].
3. Osnovy psykhoterapii (2024). / Kira Sedykh, Oleksandr Filts: Navchalnyi posibnyk. Vydavnytstvo «Akademiia» [in Ukrainian].
4. Siryk, I. V. & Kalashnyk, I. V. (2024). Psykhokorektsiia destruktyvnykh tendentsii psykhyky zumovlenykh edipovoiu zalezhnisti z metoiu aktyvizatsii resursiv osobystosti. Aktyvizatsiia psykholohichnykh resursiv osobystosti u riznykh umovakh sotsializatsii: kol. monohrafiia / nauk. red.: H. O. Khomych. Kyiv: 7BTs [in Ukrainian].
5. Yatsenko, T. S. (2019). Naukova shkola akademika NAPN Ukrainy Tamary Yatsenko: kolektyvna monohrafiia / za zah. red. akad. T.S.Yatsenko. Dnipro: Innovatsiia [in Ukrainian].
6. Yatsenko, T. S. (1996). Psykhologichni osnovy hrupovoi psykhoterapii: navch. posibnyk. K.: Lybid [in Ukrainian].
7. Maslach, S. (1993). Burnout: A multidimensional perspective. Professional burnout: Recent developments in the theory and research / Ed. W.B. Schaufeli, Cr. Maslach and T.Marek. Washington D.C: Taylor & Francis.

Подано до редакції: 09.09.2025.