

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ, ПСИХОЛОГІЇ
І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Кваліфікаційна робота
(магістра)**

**з теми: «ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У
ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПЕДАГОГІВ»**

**Виконала: студентка 2 курсу
Ps2-M24z групи
спеціальності 053 Психологія
(заочна форма навчання)
Яковенко Ангеліна Анатоліївна**

**Керівник:
Чайковська Оксана**

Миколаївна,
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
загальної та практичної психології

**Рецензент:
Онуфрієва Ліана Анатоліївна,**
доктор психологічних наук,
професор, професор кафедри
загальної та практичної

психології

Кам'янець-Подільський – 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПЕДАГОГА	9
1.1. Питання емоційного вигорання у професійній діяльності особистості ...	9
1.2. Працездатність у професійній діяльності особистості.....	15
1.3. Психологічні аспекти діяльності та комунікації педагога	19
1.4. Емоційне вигорання в педагогічній діяльності: причини, прояви та наслідки.....	22
Висновки до першого розділу.....	29
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВЧИТЕЛІВ.....	30
2.1. Організація та методичне забезпечення дослідження	30
2.2. Аналіз і тлумачення результатів емпіричного дослідження.....	35
Висновки до другого розділу	51
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОГРАМА ЗАПОБІГАННЯ ЕМОЦІЙНОМУ ВИГОРАННЮ У ПЕДАГОГІВ СУЧАСНИХ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	52
3.1. Особливості впровадження програми профілактики емоційного вигорання в роботі педагогів	52
3.2. Зміст та організаційна структура тренінгової програми «Профілактика та подолання емоційного вигорання у педагогів»	55
Висновки до третього розділу.....	60
ВИСНОВКИ.....	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	64
ДОДАТКИ	72

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема емоційного вигорання посідає одне з провідних місць серед викликів сучасної педагогічної діяльності. В умовах зростання професійних вимог, інтенсивної емоційної залученості та підвищеного психоемоційного навантаження педагога дедалі частіше стикаються з хронічним стресом, який призводить до емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження ефективності професійної діяльності.

Особливої актуальності ця проблема набуває у контексті трансформацій освітнього середовища, пов'язаних із цифровізацією освітнього процесу, проведенням освітніх реформ, зростанням відповідальності за результати навчання учнів і необхідністю адаптації до інноваційних методів викладання. До того ж перехід на дистанційне навчання істотно посилив навантаження на педагогів, що спричинило зростання рівня емоційного вигорання.

Варто наголосити, що емоційне виснаження вчителів не лише негативно позначається на їхньому психічному стані, але й впливає на якість освітнього процесу, адже емоційний стан педагога безпосередньо відображається на навчальній мотивації, успішності та психологічному комфорті здобувачів освіти. Саме тому дослідження особливостей прояву емоційного вигорання в професійній діяльності педагогів і пошук дієвих шляхів його профілактики та подолання є важливим завданням для забезпечення їхнього емоційного добробуту та підвищення ефективності освітнього процесу.

Психолого-педагогічна література містить значну кількість досліджень, присвячених професійній діяльності педагога (Л. Борисова, В. Кан-Калик, Н. Кузьміна, Ю. Кулюткін, М. Педаяс, В. Шадріков та ін.), у яких розглядається взаємозв'язок теоретичних знань і практичного досвіду вчителя крізь призму розвитку його мислення, творчого потенціалу та професійного зростання. Аналіз цих праць дозволяє виокремити основні положення, що вважаються

базовими у формуванні та вдосконаленні педагога-професіонала. Ефективність використання теоретичних знань як підґрунтя практичного досвіду значною мірою залежить від їхньої якості, рівня розвитку психолого-педагогічної науки, її методологічних засад і глибини емпіричного матеріалу. Чим вищий рівень системності та конструктивності знань, тим результативніше вони застосовуються на практиці.

Психологічні знання впливають на діяльність педагога двома шляхами: опосередковано – через педагогічні дисципліни (теорію та методику виховання, дидактику, методики викладання) – і безпосередньо, як складову педагогічної майстерності. Оскільки процес навчання, виховання і розвитку особистості спирається на психологічні закономірності, на формування педагогічних підходів впливає структура всієї сучасної психології – від загальної та психофізіології до психології праці та соціальної психології.

Педагогічна професія, що передбачає активну взаємодію в системі «вчитель – учні», потребує здатності глибоко розуміти внутрішній світ дитини, уміння налагоджувати ділові й емоційні контакти, а також організовувати індивідуальну та групову діяльність учнів.

Виходячи з окресленої проблематики професійної діяльності педагогів, яка суттєво варіюється залежно від типу освітнього закладу, змісту навчальної роботи та рівня психологічної готовності до професії, доцільним є аналіз емоційної сфери педагогів, що проявляється у рівні емоційної напруги під час виконання професійних обов'язків.

У межах української психологічної науки феномен емоційного вигорання детально досліджувався у працях С. Максименка, Т. Яценко, Т. Титаренко, В. Павленка, А. Величкота та інших учених. У сфері професійної діяльності, зокрема педагогічної, питання емоційного вигорання розглядали Н. Чепельова, Н. Грисенко, Ю. Жогно, О. Грицук, Т. Зайчикова, Н. Булатевич, В. Калошин, Л. Карамушка, Г. Ложкін, Р. Павелків та інші дослідники.

Отже, актуальність даної наукової розвідки зумовлена тим, що емоційне вигорання істотно позначається на результативності професійної діяльності, особливо педагогічної, а також на психологічному та фізичному здоров'ї фахівців.

Об'єкт дослідження – процеси формування та розвитку емоційного вигорання у професійній діяльності педагогічних працівників.

Предмет дослідження – специфіка проявів емоційного вигорання у педагогів під час виконання професійних обов'язків.

Мета дослідження – з'ясування особливостей прояву емоційного вигорання у педагогічній діяльності та встановлення чинників, що зумовлюють його виникнення.

Відповідно до поставленої мети, у роботі визначено такі основні **завдання**:

1. Провести теоретичний огляд наукових підходів до проблеми емоційного вигорання на основі аналізу психолого-педагогічних джерел.
2. Обґрунтувати та здійснити емпіричне дослідження проявів емоційного вигорання у педагогів, які працюють у різних типах освітніх закладів.
3. Виконати аналіз і інтерпретацію отриманих результатів із використанням методів математичної статистики.
4. Розробити методичні рекомендації для практичних психологів щодо попередження та зниження емоційного напруження у вчителів.

Методологічну базу дослідження становлять положення та теоретичні підходи до вивчення емоційної напруги особистості (Г. Косицький, В. Маріщук, Н. Наєнко, В. Смірнов та ін.); дослідження показників і закономірностей працездатності особистості (К. Гуревич, Н. Дмитрієва, М. Левітов, Ю. Коженцев); праці, присвячені професійній діяльності й етичним аспектам роботи педагога в умовах загальноосвітніх закладів і шкіл-інтернатів (М. Буянов, Н. Кузьміна, Ю. Кулюткін, Е. Стоунс та ін.); а також

дослідження проявів емоційного напруження у професійній діяльності педагога (Р. Грановська, Л. Захарова, О. Овчіннікова та ін.).

Для досягнення визначених завдань були використані такі **методи**: теоретичний аналіз і систематизація наукової літератури; методики дослідження психічного стану та комунікативних характеристик особистості педагога; включене спостереження; бесіда; статистичні методи опрацювання кількісних даних.

Експериментальна база дослідження охоплює 55 педагогів, серед яких 26 вчителів Кам'янець-Подільської гімназії №1 та 29 педагогів Кам'янець-Подільської спеціальної школи Хмельницької обласної ради.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у комплексному підході до вивчення феномену емоційного вигорання педагогів протягом навчального року та у виявленні відмінностей у його проявах між педагогами загальноосвітньої школи й школи-інтернату.

Практична значущість дослідження визначається тим, що встановлені особливості емоційного вигорання педагогів різних типів навчальних закладів можуть бути використані практичними психологами для розроблення ефективних стратегій і програм підтримки емоційного стану педагогічних працівників, які відчують професійне виснаження або психоемоційний дискомфорт у роботі з дітьми.

Надійність і достовірність отриманих результатів забезпечені використанням комплексу взаємодоповнювальних методик для дослідження емоційного вигорання педагогів, репрезентативністю вибірки та застосуванням статистичних процедур для перевірки експериментальних даних.

Апробація результатів дослідження. Основні положення кваліфікаційної роботи відображено в публікаціях автора, обговорено на засіданнях кафедри загальної та практичної психології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

Результати проведеного дослідження доповідалися автором та отримали схвалення на таких міжнародних конференціях: на XVII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин» (Кам'янець-Подільський, 23 квітня 2025 р.); на XXXII International scientific and practical conference «Current scientific problems in improving education» (Czech Republic, Prague, 11-13 August 2025).

Публікації. Чайковська О.М., Яковенко А.А. Особливості емоційного вигорання у професійній діяльності педагогів. *Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин*: Матеріали XVII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 квітня 2025 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2025. С. 187–188.

Чайковська О.М., Яковенко А.А. Емоційне вигорання в педагогічній діяльності: чинники виникнення, прояви та наслідки. *Abstracts of XXXII International scientific and practical conference «Current scientific problems in improving education», August 11-13, 2025, Prague, Czech Republic, 2025. Pp.41-44.* URL: <https://eu-conf.com/wp-content/uploads/2025/07/CURRENT-SCIENTIFIC-PROBLEMS-IN-IMPROVING-EDUCATION.pdf>

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (67 найменувань). Робота містить 11 таблиць та 1 рисунок.

ВИСНОВКИ

Результати проведеного дослідження дали змогу сформулювати узагальнені висновки.

Емоційне вигорання розглядається як складний психічний стан, що формується під впливом тривалого професійного та емоційного перевантаження. Воно супроводжується зниженням енергетичних і психологічних ресурсів, відчуттям втоми, байдужості, емоційної відстороненості та зниженням мотивації до виконання професійних обов'язків. Цей феномен проявляється через поєднання емоційних, когнітивних і поведінкових реакцій, які негативно впливають на ефективність діяльності, взаємини з колегами та загальний психологічний стан педагога.

Емоційне вигорання педагогів варто трактувати як комплексне порушення психічної регуляції професійної діяльності, що вимагає своєчасної діагностики, системного підходу до профілактики та впровадження ефективних стратегій подолання для збереження емоційної рівноваги і професійної ефективності.

Вивчення особливостей емоційного вигорання в педагогічній діяльності показало, що цей процес має багатофазний характер і включає стадії напруження, резистенції та виснаження. У педагогів спостерігаються не лише емоційні, а й психосоматичні прояви, що впливають на їхню працездатність, мотивацію та ставлення до професійних завдань.

Феномен емоційного вигорання є багатовимірним і потребує комплексного підходу до його профілактики та подолання. Використання ефективних психологічних стратегій сприяє підвищенню якості педагогічної діяльності й загального добробуту педагогів. Основними чинниками, що зумовлюють розвиток вигорання, є надмірне емоційне навантаження, постійний стрес, низька мотивація, дефіцит підтримки з боку колег і керівництва, а також соціально-економічні труднощі. До основних проявів

синдрому належать хронічна втома, емоційне виснаження, дратівливість, байдужість до професійних обов'язків, зниження самооцінки та ефективності. Такі стани можуть призводити до професійної деформації, порушень у спілкуванні й погіршення психологічного стану педагога.

Аналізуючи явище емоційного вигорання у педагогічній діяльності, доцільно розглядати його у зв'язку з психічною напруженістю як особливим станом особистості. Психічна напруга виникає під час виконання діяльності у складних умовах, впливаючи на її продуктивність. Характер цього впливу визначається індивідуальними рисами особистості, рівнем її мотивації, ресурсами та особливостями ситуації. Під час професійної діяльності формуються внутрішні стійкі риси, які впливають на регуляцію психічних станів і поведінку в умовах підвищеного навантаження.

У ході емпіричного дослідження встановлено, що емоційне вигорання у педагогів різних типів навчальних закладів проявляється по-різному. У представників групи А переважають фази напруження та виснаження, що супроводжуються нервово-психічною напругою, підвищеним рівнем активності та інтересу. У групі В домінують резистенція та напруження, які характеризуються астеничними проявами й емоційним виснаженням. Такі розбіжності пов'язані з особливостями переживання стресових ситуацій: у групі А переважають незадоволеність собою й тривожність, тоді як у групі В – переживання психотравмуючих подій і зниження професійної активності.

Незважаючи на різницю у проявах, спостерігається спільна емоційна налаштованість обох груп педагогів, зумовлена незадоволеністю умовами праці (як моральними, так і матеріальними). Це підтверджує, що емоційне вигорання педагогів є багатокомпонентним процесом, який відображає поєднання особистісних психологічних властивостей та професійного середовища.

Встановлено, що симптоми вигорання варіюються залежно від типу закладу, професійного досвіду та психологічних особливостей педагогів.

Проте визначальними залишаються внутрішні психічні чинники, що вказує на особистісну природу цього феномену.

На основі отриманих результатів було створено психологічну програму профілактики емоційного вигорання педагогів і тренінговий курс «Профілактика та подолання емоційного вигорання», що передбачає системну роботу, поєднання діагностичних, теоретичних і практичних елементів, релаксаційних та когнітивних технік. Це дає змогу виявляти перші ознаки емоційного виснаження, розвивати навички саморегуляції, стресостійкості й формувати індивідуальні стратегії подолання професійних труднощів.

Тренінг враховує професійні й психологічні особливості педагогів, сприяє активному залученню до процесу самопізнання, формує усвідомленість щодо власного психоемоційного стану та розвиває емоційну компетентність. Його впровадження забезпечує зменшення рівня стресу, покращення психологічного благополуччя, збереження професійної мотивації та підвищення ефективності педагогічної праці.

Отримані результати відкривають перспективи подальшого наукового пошуку у напрямі вивчення психологічних чинників емоційного вигорання педагогів. Зокрема, перспективним є дослідження впливу характеристик освітнього середовища (організаційної культури, морально-психологічного клімату, творчої атмосфери тощо) на інтенсивність і прояви емоційного вигорання серед педагогічних працівників.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адізес І. Ідеальний керівник: Чому ви не можете стати ним, і що робити з цього приводу: нова парадигма менеджменту / [пер. з англ. С. Опацької]. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2006. 266 с.
2. Актуальні проблеми психології: *Психологічна герменевтика* / За ред. Н.В. Чепелевої. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. Том 2. Вип. 6. 194 с.
3. Анікеєнко М.І. Аналітичний погляд на проблему діагностики рівня емоційної стійкості. *Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія*, 25, 2027. С. 5–11.
4. Антонова О.Є. Креативність у структурі педагогічної обдарованості сучасного педагога. *Андрагогічний вісник*. 2012. № 3. С. 19–30.
5. Бондарчук О.І., Карамушка Л.М., Зайчикова Т.В., Бондарчук О.І. Особливості вияву синдрому «професійного вигорання» у вчителів. *Освіта і управління*. 2007. № 11. С. 57–66.
6. Бондарчук О.І. Соціально-психологічні основи особистісного розвитку керівників загальноосвітніх навчальних закладів у професійній діяльності: монографія. Київ : наук. світ, 2008. 318 с.
7. Бочелюк В.Й., Завацька Н.Є. Психологічні основи професіоналізації особистості в умовах освітньої взаємодії : монографія. [за ред. В.Й. Бочелюка]. Луганськ : Вид-во СЛУ ім. В. Даля, 2014. 226 с.
8. Брецько І.І. Психологічна симптоматика емоційного вигорання особистості. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка. Інституту психології ім. Г.С.. Костюка НАПН України*. Вип. №12. 2011. С. 110–120.

9. Брегун-Трачук Л.О. Дослідження професійного та емоційного вигорання в психолого-педагогічній теорії та практиці. *Музичне мистецтво в освітологічному дискурсі*. № 5. 2020. С. 12 –133.
10. Булатевич Н.М. Психічне вигорання у професійній діяльності вчителя: огляд зарубіжних концепцій. *Сучасні освітні технології*. Вип.15–16. 2013. С. 117–120.
11. Булатевич Н.М. Психічне вигорання як вияв невідповідності між особистістю та стилем її життєдіяльності. *Психологія та педагогіка*. Вип. 19 (43). 2007. С. 58–62.
12. Булатевич Н.М. Синдром емоційного вигорання вчителя: роль індивідуальних й організаційних чинників. *Психологія та педагогіка*. Вип. 22–23. 2011. С. 47–50.
13. Варгата О.В., Кулешова О.В., Міхеева Л.В. Психологічні чинники професійного вигорання педагога. *Педагогіка формування творчої особистості у загальноосвітній та вищих школах*. № 75. Т. 1. 2021. С. 68–71.
14. Ващенко І.В., Андроник С.Л. Про деякі показники емоційного вигорання працівників ОВС. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Харків, 2007. Вип. 23. С. 44–52.
15. Галецька І.І. Особливості емоційного вигорання менеджерів з різним рівнем самоактуалізації. *Актуальні проблеми психології*. Т. 5. Вип. 6. 2007. С. 89–95.
16. Горбунова В.В. Психологія командотворення: ціннісно-рольовий підхід до формування та розвитку команд : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. 380 с.
17. Грисенко Н.В. Особистісні детермінанти запобігання емоційного вигорання педагога в аспекті досліджень позитивної психології : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. Київ., 2011. 22 с.

18. Грицук О.В. Емоційне вигорання у вчителів: екзистенціальний аспект. *Вісник Харківського ун-ту ім. Каразіна. Серія Психологія*. Вип.16. 2006. С. 31–37.
19. Грубі Т.В. Психологічні чинники емоційного вигорання працівників державної податкової служби України. 2008. Т.1 Ч.20. С. 42–45.
20. Гнускіна Г.В. Професійне вигорання підприємців: зв'язок із соціально-психологічними установками. *Організаційна психологія. Економічна психологія: Науковий журнал*. 2015. № 3. С.30–37.
21. Говорун М.В. Проблема «професійного вигорання»: порівняльний аналіз різних професійних груп. *Збірник наукових праць. Вип. 10. Матеріали III–ї Міжнародної науково–практичної конференції «Сучасні тенденції розвитку корекційної освіти»*. С. 52–55.
22. Гончарук Н.М. Соціально–психологічний тренінг як метод формування навичок саморегуляції у педагогів з синдромом психоемоційного вигорання. *Збірник наукових праць. Кам'янець–Подільський*, 2009. Вип. 11. С. 135–141.
23. Грубі Т.В. Методи профілактики та синдром «професійного вигорання» в професійній діяльності працівників державної податкової служби України. Проблеми сучасної психології: *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України* / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. Вип. 12. С. 293–302.
24. Данилюк В. Основні причини емоційного вигорання педагогічних працівників. *Сучасні тренінгові технології для розвитку особистості: екотренінг [збірник тез доповідей VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (25-26 квітня 2023 року)]*. Відп. ред. Н.А. Харченко, С.О. Лукомська. Умань-Київ: Уманський державний педагогічний університет

імені Павла Тичини; Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. С. 32–34.

25. Дубчак О.Б. Синдром вигорання як прояв професійної деформації педагогів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2018. № 12. С. 118–123.

26. Жогно Ю.П. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів: автореф. дис. канд. психол. Наук. Одеса, 2009. 21 с.

27. Зайчикова Т.В. Взаємозв'язок між синдромом «емоційного вигорання» та особистісними факторами. *Актуальні проблеми психології*. Вип. 26. Т.2. 2015. С. 107–114.

28. Зайчикова Т.В., Карамушка Л.М., Максименко С.Д. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: Київ: Міленіум, 2006. 365 с.

29. Єгорова О.Б. Феномен емоційного вигорання та його прояви в професійній діяльності педагогічних працівників закладів профтехосвіти. *Педагогіка і психологія*. Вісник АПН. 2021. № 4. С. 66–73.

30. Емоційне вигорання / В.Дудяк. Київ : Главник, 2007. 128 с.

31. Кандиба Т.О. Синдром вигорання. *Педагогіка формування творчої особистості у загальноосвітній та вищих школах*. Т.4. 2013. С. 59–60.

32. Карамушка Л.М. Проблема синдрому «професійного вигорання» в педагогічній діяльності в зарубіжній та вітчизняній психології. *Актуальні проблеми психології. Т. 1. : Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія* / За ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. Київ. : Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2002. Ч. 5. С. 210–217.

33. Карамушка Л.М., Гнускіна Г.В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. Київ : Логос, 2018. 198 с.

34. Карамушка Л.М. Управління конфліктами в освітніх організаціях. Київ : Шкільний світ, 2011. 128 с.

35. Керик О. Професійне вигорання та прояви «вторинної травми» у фахівців системи «людина-людина». *Проблеми гуманітарних наук : збірник наукових праць ДДПУ імені Івана Франка*. Дрогобич, 2013. Вип. 31 «Психологія». С. 64–73.

36. Кононець М.О. Тренінг «Розвиток професійної етики підприємців». *Актуальні проблеми психології: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія* : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. Київ : А.С.К., 2010. Т. 1. Ч. 27. С. 36–43.

37. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності : підручник для студентів вищих навчальних закладів. [3-є вид., випр. та доп.] Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2014. 400 с.

38. Ковровський Ю.Г. Чинники професійного вигорання персоналу оперативно-рятувальної служби МНС України. *Актуальні проблеми психології* : зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / [ред. кол.: С.Д. Максименко (гол. ред.) та ін.]. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2013. С. 262–265.

39. Кремень В.Г. Якісна освіта в контексті загально цивілізаційних змін. *Педагогіка і психологія*. 2007. № 2 (55). С. 5–17.

40. Корольчук В.М. Аналіз результатів диференційно-інтегральної оцінки чинників професійного стресу. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць*. Вип. 15. Харків: НУЦЗУ, 2014. С. 88–96.

41. Кулаковський Т.Ю. Особистісна стратегія формування та розвитку здібностей, сприяючих підприємницькому успіху. *Проблеми психології творчості*. 2009. Том 12. Випуск 7. С. 125–131.

42. Левус Н.І., Гупаловська В.А. Емоційне вигорання матерів у взаємостосунках з дітьми. *Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей: збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної*. Тернопіль: Стереарт, 2014. С. 334–336.

43. Матійків І.М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник Київ: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
44. Матохнюк Л.О., Оверчук В.А., Максименко Ю.Б. Емоційне вигорання педагогічних працівників: причини, симптоми та наслідки. *Габітус. Habitus*. Вип. 62. 2024. С. 158–162.
45. Марковець О.Л. Проблема стресу в професійній діяльності вчителя. Психологія. *Збірник наукових праць. НПУ імені М.П. Драгоманова*. Вип. 14. 2001. 420 с.
46. Максименко С.Д. Актуальні проблеми психології. *Психологія навчання. Генетична психологія, Медична психологія : зб. наук. праць / За ред. С.Д. Максименка*. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. Том Х. Вип. 16. С. 475–483.
47. Матвієнко Л.І, Загребельна Я.О. Чинники емоційного вигорання у працівників соціономічних професій. *Соціологія та психологія праці та зайнятості*. 2014. С.30–34.
48. Мащак С.О. Професійне вигорання особистості як соціальнопсихологічна проблема. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, 2012. Серія «Психологічна». 2(1).С.444–452.
49. Мірошніченко О. Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах : навчально-методичний посібник. Житомир : вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 156 с.
50. Міщенко М.С. Особливості емоційного вигорання педагогів в умовах війни. *Габітус*. Вип. 51. 2023. С. 168–172.
51. Мирончук Н.М. Професійне вигорання викладача вищої школи: чинники, ознаки, способи протидії. Теоретичні і методичні засади розвитку і самовдосконалення особистості педагога-новатора в контексті модернізації нової української школи: зб. наук.-метод. праць / за ред. О.А. Дубасенюк. Житомир: Вид-во Євенок О.О., 2017. С. 62–67.

52. Музичко Л.В., Фальковська Л.М., Гавриловська К.П. Емоційне вигорання викладачів вищої школи та їхнє професійне здоров'я. *Лікарська справа*. 2017. №7. С. 37–44.

53. Ожубко Г.В. Особливості емоційного вигорання педагогічних працівників. *Наукові перспективи*. 2022. № 1(19). С. 445–455.

54. Павелків Р. Синдром емоційного вигорання викладачів закладів вищої освіти в умовах військової агресії росії проти України. *Психологія: реальність і перспективи*. 2023. Вип. 20. С. 144–153.

55. Перепелюк Т.Д., Куделя І.С. Психологічні особливості професійного вигорання вчителя середньої школи. *Актуальні проблеми психології* Т.ХІ Вип. 19. 2019. С. 381–395.

56. Помиткіна Л.В. Психодинамічна неконгруентність особистості: діагностика, корекція та консультування: монографія. Київ: Книжкове вид-во НАУ, 2007. 180 с.

57. П'янківська Л.В. Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.09 / Київ, 2019. 281 с.

58. Ровенська В.В., Саржевська Є.О. Особливості розвитку та проявів синдрому емоційного вигорання у лікарів. *Економічний вісник Донбасу*, 2020. (1(59), С. 123–129.

59. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: [навч. посібник] / За ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. Київ : Міленіум, 2014. 264 с.

60. Сіроха Л.В. Психологічні особливості емоційного вигорання вчителів початкової школи. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологія. Т 1. № 3. 2018. С. 201–205.

61. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: навч. посібник для студ

вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядипломної освіти / за наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. 2-е вид., перероб. та доповн. Київ : Міленіум, 2006. 368 с.

62. Терещенко К.В. Зміст та структура тренінгу розвитку толерантності персоналу закладів освіти в умовах соціальної напруженості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2017. № 1 (8). С. 65–75.

63. Тесленко В.М. Психологічні засади профілактики синдрому професійного вигорання педагогічного персоналу закладів загальної середньої освіти різних форм власності : дис. ... канд. псих. наук : 19.00. 10 / Київ, 2021. 266 с.

64. Кульбіда Н.М. Особистісні детермінанти успішної професійної підготовки майбутніх підприємців: автореф. дис. на здоб. наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2005. 20 с.

65. Токарева Н.М. Основи педагогічної психології: навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 223 с.

66. Хімчук Л. Нетрадиційні методи подолання професійного вигорання та формування компетентності майбутніх вчителів щодо їх застосування // *Гірська школа українських Карпат*. 2015. № 12–13. С.234–240.

67. Юр'єва Л.М. Професійне вигорання у медичних працівників. *Формування, профілактика і корекція*. Київ : Сфера, 2014. 272 с.