

ЕКСТРЕМАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.923

О. Назаров¹, к.психол.н., проф., проф. каф. (ORCID 0000-0001-6205-9604)

Т. Куценко², психолог головного управління (ORCID 0009-0001-5045-9915)

¹Національний університет цивільного захисту України

²Головне управління ДСНС України у Донецькій області

ФОРМУВАННЯ ПОЧАТКОВИХ ЕЛЕМЕНТІВ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У КУРСАНТІВ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДСНС УКРАЇНИ

Професійна підготовка та подальше професійне становлення фахівців у сфері цивільного захисту є підґрунтям для формування та розвитку негативних симптомів, які призводять до формування синдрому вигорання, що підтверджує актуальність вивчення виникнення його елементів власне у курсантів закладів вищої освіти з особливими умовами навчання.

Навчальна діяльність курсантів навчальних закладів ДСНС України відбувається в умовах максимальної мобілізації інтелектуальних, фізичних та психоемоційних ресурсів задля вирішення професійних навчальних завдань.

За результатами вивчення прояву первинних елементів професійного вигорання у досліджуваних курсантів молодших та старших курсів НУЦЗ України із використанням методики Дж. Грінберга «Дослідження синдрому вигорання» та методики Дж. Гібсона «Оцінка власного потенціалу вигорання» нами встановлено, що курсанти старших курсів схильні відчувати хронічну втому, відчуття емоційного і фізичного виснаження, зниження сприйнятливості та реактивності до змін зовнішнього середовища, байдужість, пасивність чи підвищену дратівливість, почуття провини, невпевненості, образи, підозри, а також втрату почуття гумору, песимізм, байдужість до результатів роботи, зневіру, дистанціювання від оточуючих тощо. Тобто, за результатами порівняльного аналізу первинних даних за обраними методиками було встановлено наявність у них тенденції до розвитку певної деформації стосунків з іншими людьми. До того ж, слід зазначити відсутність відмінностей у впевненості щодо власної спроможності відчувати задоволеність своєю особистістю та роботою серед досліджуваних обох груп.

Стосовно емоційного виснаження як показника професійного вигорання, слід підкреслити, що у курсантів старших курсів виявлено середній рівень розвитку даного компоненту, що може свідчити про наявність тенденції до розвитку в них симптомів емоційного, інтелектуального та фізичного виснаження, а також зниження задоволеності від виконуваної навчальної діяльності.

Результати дослідження дозволяють стверджувати, що в процесі професійного становлення курсантів під час навчання відмічається формування початкових елементів професійного вигорання, що може бути викликане певними факторами навчальної та професійної діяльності, що потребує більш детального та поглибленого вивчення.

Ключові слова: професійна діяльність; професійне становлення; емоційне виснаження; професійне вигорання.

Вступ. Вивчення особливостей емоційного та професійного вигорання у працівників ДСНС

України набувають сьогодні особливої актуальності, що визначається зростанням чисельності

та сили стрес-факторів в умовах професійної діяльності, які викликають відповідні психологічні зміни та деформації особистості працівників та їх діяльності.

Сьогодні дослідники розглядають професійне вигорання або емоційне вигорання, як стан психологічного, емоційного та фізичного виснаження, який може виникнути у людей, які витрачають значні емоційні та психологічні зусилля у своїй професійній діяльності. Це явище поширене серед таких професійних груп як медичні працівники, вчителі, психологи, соціальні працівники, рятувальники та інші, які працюють з високим рівнем стресу та емоційного навантаження.

Професійне вигорання як професійна деформація може виникати внаслідок тривалого стресу та емоційного навантаження, яке супроводжує професійну діяльність. Зрозуміло, що джерелом стресу для працівників ДСНС є власне умови їхньої професійної діяльності на всіх етапах професійного становлення, яке починається з професійного відбору та професійного навчання.

Сучасні підходи вивчення специфіки професійного та емоційного вигорання персоналу ДСНС України не повністю розкривають етапність та соціально-психологічні чинники, що впливають на виникнення та розвиток зазначеної професійної деформації у працівників ДСНС.

Зважаючи на актуальність питання та доцільність її дослідження в розрізі саме елементів професійного вигорання на етапі професійного становлення (професійного навчання) нами було обрано спрямування дослідницької роботи, а саме

дослідження проблеми виникнення та прояву початкових елементів професійного вигорання у курсантів навчальних закладів ДСНС України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом у психологічній науці значно зростає зацікавленість у дослідженні проблеми професійного вигорання, професійного становлення, професійних деформацій.

До недавня переважна більшість наукових пошуків ґрунтувалася на теоретичних положеннях, які пов'язані з феноменом емоційного вигорання.

Термін «емоційне вигорання» ввів у науковий обіг доктор Г. Фрейденбергер у 1974 році в роботі «Вигоряння персоналу» [8]. Він трактував його як стан фізичного та емоційного виснаження, що виникає в результаті життєдіяльності людини, яка супроводжується втомою та стресом.

Пізніше почалися дослідження цього явища, які відображені у наукових працях К. Маслач, С. Джексона, Н.Водопянової, В.Бойка, Е. Перлмана, Б. Хартмана та ін.

Сьогодні Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) відносить цей феномен до «професійних явищ», а не до хвороб, про що вказується у Міжнародній класифікації хвороб (МКХ-11), яка визначає емоційне вигорання як синдром, «що виникає від хронічного стресу на роботі, з яким людина не може впоратися і характеризується трьома вимірами: відчуттям втрати енергії та виснаження, психологічною відстороненістю від роботи, почуттям негативізму чи цинізму до своєї роботи, а також зменшеною професійною ефективністю» [7].

При цьому ВООЗ виокремлює три основні симптоми емоційного вигорання, а саме: виснаження чи втома, які спричиняють проблеми зі сном та концентрацією уваги, зниження імунітету; інтелектуальна та емоційна дистанція з роботою та зниження професійної мотивації; зменшення професійної ефективності, що спричиняє переживання своєї неспроможності та некомпетентності.

Також серед основних проявів емоційного вигорання Л. Костіна, М. Лаврова називають також байдужість до своїх професійних обов'язків, цинізм та негуманне ставлення до клієнтів (пацієнтів), переживання своєї некомпетентності, низьку задоволеність професійною діяльністю [2].

На думку В. Бойка, емоційне вигорання є механізмом психологічного захисту (набутий стереотип емоційного захисту) у вигляді повного чи часткового виключення емоцій (зниження їхньої енергетики) у відповідь на певні психотравмуючі впливи та події. Дослідник пропонує тривимірну модель емоційного вигорання, структурними компонентами якої є стадії напруження, опору та втоми. Кожна з цих стадій супроводжується чотирма симптомами, які дозволяють поглиблено проаналізувати характеристики зазначеного феномену. Крім того, В. Бойко зауважує, що емоційне вигорання розвивається поетапно і кожна його стадія характеризується специфічними симптомами, спричиненими певними чинниками [4].

Разом з тим, В. Бойко розглядав професійне вигорання як професійну деформацію особистості, зумовлену зовнішніми та внутрішніми

чинниками. До зовнішніх належить: хронічно психоемоційна діяльність (коли працівникові потрібно підкріплювати різні аспекти діяльності емоціями); дестабілізуюча організація діяльності (дестабілізація ситуації відображається не лише на працівникові, але і на клієнтові); підвищена відповідальність за свої обов'язки, незадовільний психологічний клімат. Внутрішні чинниками професійного вигорання є: схильність до емоційної ригідності (емоційне вигорання частіше виникає у людей, які стримують свої емоції); інтенсивна інтеріоризація (працівники із підвищеною відповідальністю більш схильні до професійного вигорання); слабка мотивація емоційної віддачі у професійній діяльності; моральні дефекти та дезорієнтація особистості.

Сьогодні ми бачимо загальну точку зору науковців, що професійне вигорання та емоційне вигорання є двома різними концепціями, які описують досить схожі, але все ж різні стани.

Емоційне вигорання, з одного боку, є більш широким поняттям, яке охоплює вигорання, що не пов'язане з роботою. Це стан, коли людина відчувається емоційно виснаженою, пустою та нездатною до подальшого функціонування. Емоційне вигорання може виникати в результаті тривалого стресу, нездорового способу життя, втрати близьких людей, персональних труднощів або відчуття невдачі. Воно може впливати на різні сфери життя людини, включаючи відносини, фізичне здоров'я та загальний настрій [3].

З іншого боку, професійне вигорання, також відоме як «burn-out», виникає як результат тривалого

інтенсивного стресу та перевантаження на роботі. Воно пов'язане з відчуттям безсилля, втоми та втрати інтересу до роботи. Людина, що стикається з професійним вигоранням, може відчувати емоційне виснаження, дистанціюватись від колег або клієнтів, а також втрачати ефективність у виконанні своїх професійних обов'язків [7].

Професійне вигорання і емоційне вигорання можуть взаємодіяти між собою, іноді їх важко розрізнити, оскільки вони можуть мати схожі симптоми. Однак їх основна відмінність полягає в тому, що професійне вигорання стосується переважно робочого контексту і виникає в результаті стресу та перевантаження на роботі, тоді як емоційне вигорання може виникати в будь-якій сфері життя і не обов'язково пов'язане з роботою.

Зрозуміло, що в сучасних умовах існує необхідність вивчення цих феноменів в їхній взаємозалежності та взаємному впливі.

У сучасній вітчизняній психологічній науці ми бачимо ряд досліджень, які спрямовані на встановлення наявності та особливостей професійного вигорання серед фахівців пожежно-рятувальних підрозділів та служб, до яких відносяться і курсанти навчальних закладів ДСНС України.

Так в роботі Л. Карамушки та Ю. Ковровського було встановлено, що серед рятувальників різних спеціалізацій Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту МНС України спостерігалось підвищення професійного вигорання зі збільшенням стажу роботи на посаді, причому це стосується всіх

фаз вигорання: «напруження», «резистенції», «виснаження». Це, скоріше за все, можна пояснити тим, що виконання тривалий час одних і тих самих функцій призводить до негативних наслідків в емоційній сфері, а працівник ніби «вичерпує себе» [1].

В своїй дослідницькій роботі І. Ушакова проводила аналіз з метою підтвердження наявності зв'язку між показниками професійного вигорання та особистісними якостями серед рятувальників ДСНС України різного віку та з різним стажем роботи із використанням опитувальника «Професійне вигорання» (К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н. Водоп'янової) та 16 PF-опитувальника Кеттела [6]. Дослідницею було встановлено, що особи, які мають високі показники емоційної стійкості, самоконтролю, товариськості та сміливості, будуть «вигоряти» повільніше порівняно з іншими особами. В той же час тривожність та почуття провини значно підвищують вірогідність виникнення феномену професійного вигорання у рятувальників.

Проведений відповідний кореляційний аналіз дозволив дослідниці підтвердити наявність тісного зв'язку між показниками вигорання та групами особистісних якостей. Показано, що чим вищими є показники комунікативних та регулятивних якостей особистості рятувальника, тим меншими виявляються у нього показники вигорання. І навпаки - високі результати у групі емоційних якостей прямо корелюють із показниками такої професійної деформації.

В своєму дослідженні Я. Рогоза, А. Куфлієвський, Т. Селюкова встановили, що в цілому

рятувальники структурних підрозділів ДСНС характеризуються наявністю емоційного виснаження на різних рівнях сформованості [5]. У більшості рятувальників чітко сформовані стадії «напруження» та «резистенції», для них характерним є наявність психотравмуючих обставин, з якими вони здатні впоратися, проте такі обставини визивають занадто критичне ставлення до своєї особистості, спостерігається бажання до спрощення своїх службових обов'язків, яке виступає у даному випадку захисною функцією. Також має місце часткова втрата інтересу до службової діяльності, пригнічення емоційної сфери, погіршення фізичного самопочуття та інше. Незначна кількість опитуваних характеризується наявністю формування стадії «виснаження», для якої властивими є неконтрольовані сплески емоцій, що чергуються з апатичністю, потреба у постійному виправдовуванні своїх вчинків, психосоматичні та психовегетативні розлади тощо.

Таким чином, аналіз наукових робіт з проблематики професійного вигорання дозволяє стверджувати, що в цілому стійкість до формування даного негативного психологічного феномену обумовлюється вищим рівнем адаптації працівників ДСНС, в тому числі і курсантів, до труднощів й обмежень служби цивільного захисту, а також особистісними якостями.

Однак, враховуючи потенційні ризики професійного вигорання, необхідно вживати заходи для забезпечення психологічного благополуччя та стійкого професійного зростання в усіх категорій

професіоналів, в тому числі і на етапі професійного навчання.

Зазначене вище дозволяє зробити висновок, що сьогодні формується загальна структура понять щодо професійних деформацій, в тому числі й професійного вигорання, ґрунтуючись на результатах теоретичних та експериментальних наукових досліджень.

Тому ми розуміємо під поняттями:

- професіоналізація - це процес становлення та розвитку у професійній діяльності, що вимагає постійного навчання, саморозвитку та вдо-сконалення професійних компетенцій;

- професійне вигорання – це стан, який виникає внаслідок тривалого інтенсивного напруження та стресу на роботі і супроводжується відчуттям емоційного та фізичного виснаження, втрати інтересу до роботи і зниження ефективності.

Професіоналізація і професійне вигорання є двома взаємопов'язаними феноменами, які впливають на процес діяльності та розвиток професіонала.

Професійне вигорання не з'являється зненацька: воно виникає на певних стадіях професіоналізації, в тому числі й на початкових, які пов'язані із професійним навчанням.

Загалом, психологічні особливості професіоналізації курсантів можуть впливати на виникнення ознак професійного вигорання. Розуміння цих аспектів може допомогти у розробці стратегій підтримки та запобігання професійному вигоранню в процесі професійного навчання.

Для попередження професійного вигорання та забезпечення успішної професіоналізації курсантів важливо розробляти підходи, спрямовані на формування в них навчальної мотивації та прагнення до професійного розвитку, ефективне керування навчальним процесом та його високими вимогами до здобувачів професії, забезпечення балансу між навчанням та їх особистим життям, а також надання у разі необхідності відповідної соціальної підтримки та психологічної допомоги.

Все це є теоретичним підґрунтям щодо пошуку експериментальних підходів до діагностування ознак виникнення та розвитку початкових елементів професійного вигорання у курсантів навчальних закладів зі специфічними умовами навчання.

Методи та методика дослідження включають теоретичний аналіз наукової літератури з даної проблеми, емпіричне дослідження, статистичну обробку та аналіз отриманих результатів.

Для реалізації завдань дослідження використовувались наступні методи та методики: методика Дж. Гібсона «Оцінка власного потенціалу вигорання», методика Дж. Грібера «Дослідження синдрому вигорання», методи статистичної обробки даних (дескриптивна статистика та методи оцінки відмінностей двох незалежних груп).

Базою для проведення дослідження нами обрано Національний університет цивільного захисту України. Загальна кількість респондентів - 80 осіб, з них 40 курсантів, які навчаються на

першому курсі, та 40 курсантів - на четвертому курсі. Дослідження було проведено протягом 2023-2024 років з метою порівняння особливостей виникнення та прояву початкових елементів професійного вигорання у досліджуваних сформованій вибірці та розробки рекомендацій щодо програми соціально-психологічного тренінгу.

Результати. Теоретичний аналіз досліджуваної проблеми дозволив зробити висновки, що професійне вигорання, як професійна деформація, може виникати внаслідок тривалого стресу та емоційного навантаження, яке супроводжує професійну діяльність.

Зрозуміло, що джерелом стресу для працівників ДСНС є власне умови їхньої професійної діяльності на всіх етапах професійного становлення, яке починається з професійного відбору та професійного навчання.

Інтенсивний та напружений ритм професійного навчання курсантів закладів вищої освіти ДСНС призводить до збільшення гострих стресогенних впливів на особистість, що може потягнути за собою виникнення та розвиток первинних ознак емоційного та професійного вигорання вже на стадії професійного навчання.

За результатами аналізу даних емпіричного дослідження проблеми формування початкових елементів професійного вигорання у курсантів навчальних закладів ДСНС було встановлено наступне.

В ході застосування методики Дж. Грінберга «Дослідження синдрому вигорання» з'ясовано, що для більшості респондентів-першокурсників (97,5% опитуваних) характерним є низький рівень

виразності синдрому вигорання. З іншого боку, хоча у курсантів-старшокурсників домінуючим рівнем виразності синдрому вигорання є також низький рівень, але він властивий 47,5% досліджуваних.

Тобто, майже половина курсантів-старшокурсників мають певні ознаки емоційного або професійного вигорання.

Результати отримані із застосуванням методики Дж. Гібсона «Оцінка власного потенціалу вигорання» показали, що для більшості курсантів 1 курсу є характерним низький рівень виразності деперсоналізації та особистої задоволеності, а також середній рівень емоційного виснаження як компонентів професійного вигорання. У курсантів 4 курсу в цілому спостерігається домінування середнього рівня виразності усіх зазначених компонентів вигорання.

Зазначені відмінності у прояві ознак професійного вигорання між курсантами обох груп (1 курсу та 4 курсу) підтверджені статистичним аналізом на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,001$).

Крім того, за результатами дослідження спостерігається більша схильність до прояву емоційної відстороненості та байдужості, до формального виконання професійних обов'язків без особистісного включення та переживання серед респондентів-старшокурсників ніж курсантів 1 курсу. Відмінності встановлено на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Також варто вказати на те, що курсантів 4-го курсу в більшій мірі характеризує знижений емоційний фон, байдужість або емоційне

перенасичення у порівнянні з курсантами-першокурсниками. Відмінності встановлено на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Таким чином, за результатами дослідження встановлено, що у курсантів закладів вищої освіти ДСНС протягом 4-річного періоду професійного навчання формуються та проявляються первинні елементи професійного вигорання, що підтверджується відмінностями на статистично достовірному рівні у їх виразності та свідчить про підтвердження гіпотези нашого дослідження.

Обговорення результатів.

Результати попереднього експериментального дослідження впроваджені у розроблених рекомендаціях щодо програми соціально-психологічного тренінгу.

Мета програми: профілактика виникнення початкових елементів професійного вигорання серед курсантів, які здобувають вищу освіту в навчальних закладах ДСНС.

Завданнями програми визначено:

- надання інформації учасникам щодо змісту та сутності професійного вигорання як психологічного феномену, а також його структури й особливостей прояву;

- оволодіння учасниками методами діагностики факторів, які детермінують професійне вигорання;

- виявлення власних психологічних особливостей, що зумовлюють професійне вигорання та відновлення ресурсів;

- визначення засобів та методів профілактики емоційного та професійного вигорання та набуття

учасниками умінь та навичок подолання певних їх проявів.

Програма передбачає проходження наступних блоків тренінгу, а саме:

- блок забезпечення працездатності групи, що включає ознайомлення учасників із фахівцями, які проводять тренінг, цілями, принципами, завданнями тренінгу, а також його часовими та просторовими параметрами тощо;

- блок формування в учасників мотивації до самопізнання та роботи протягом тренінгової програми;

- інформативний блок, який передбачає формування в учасників загальних уявлень щодо наукового трактування понять стресу, професійного та емоційного вигорання, ознайомлення з можливими стресогенними факторами та їх впливом на організм особистості, виявлення ознак, прояву та наслідків професійного вигорання;

- рефлексивний блок (пізнання самого себе), який передбачає надання можливості учасникам самостійно дослідити та визначити виражені у них же компоненти професійного вигорання;

- корекційний блок, який поєднує форми роботи з учасниками, які охоплюють як раціональні, що спираються на рефлексію й структурування, так і орієнтовані на профілактику формування початкових елементів професійного вигорання;

- фінальний блок - рефлексія, де в учасників є можливість підвести підсумки власне для себе та почути усвідомлення інших в процесі тренінгового заняття.

Висновки. Таким чином, дослідження дозволило нам отримати певні результати, які розкривають

загальні показники та характеристики прояву первинних елементів професійного вигорання, які формуються протягом професійного навчання курсантів у закладах вищої освіти ДСНС.

Перспективними напрямками подальших досліджень є конкретизація психологічних показників та характеристик первинних елементів професійного вигорання та вивчення можливості застосування результатів роботи у системі професійного відбору та психологічного супроводу курсантів ДСНС.

Література

1. Карамушка Л. М., Ковровський Ю. Г. Взаємозв'язок між рівнем професійного вигорання та організаційно-професійними характеристиками персоналу Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту ДСНС України. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2018. Випуск 2. С. 61–68. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/orpher_2018_2_8.

2. Костіна Л. Н., Лаврова М. С. Основні теоретичні підходи у психологічній науці до проблеми професійного вигорання представників професій типу «людина-людина». Психологія та педагогіка службової діяльності. №3. 2021. С. 43–48.

3. Особливості професійної деформації у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України: монографія. / Н. В. Оніщенко, В. А. Старик, О. В. Тімченко, В. С. Христенко. Харків: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2012. 149 с.

4. П'янківська Л. Особливості прояву синдрому «емоційного

вигорання» у курсантів. Вісник Національного університету оборони України. 2020. Випуск 49(1). С. 74-82. URL : <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-49-1-74-82>

5. Рогоза Я.Р., Куфлієвський А.С., Селюкова Т.В. Особливості синдрому емоційного «вигорання» у працівників підрозділів ДСНСУ. Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання. Харків, 2017. С. 199–200.

6. Ушакова І.М. Особистісні предиктори професійного

вигорання працівників ДСНС України. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2013. Випуск 14. Ч. 1. С. 303-311.

7. Міжнародна класифікація хвороб (МКХ-11) [Електронний ресурс]. Режим доступу: // <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>

8. Freudenberger Н. Staff burn-out. Journal of Social Issues. 1974. Vol. 30, №. 1. P. 159-165

O. Nazarov¹, Ph.D. in Psychology, professor, Professor of the Department

T. Kutsenko², psychologist of the Main Department

¹ National University of Civil Protection of Ukraine

²Main Department of the State Emergency Service of Ukraine in Donetsk region (Ukraine)

FORMATION OF THE INITIAL ELEMENTS OF CADETS PROFESSIONAL BURNOUT IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE STATE EMERGENCY SERVICE OF UKRAINE

Professional training and further professional development of specialists in the field of civil protection is the basis for the formation and development of negative symptoms that result in the formation of burnout syndrome. This confirms the relevance of studying the occurrence of its elements in cadets of higher education institutions with special learning conditions.

The educational activity of cadets at the educational institutions of the State Emergency Service of Ukraine takes place under the conditions of maximum mobilization of intellectual, physical and psycho-emotional resources to solve professional educational tasks.

According to the results of the study of the manifestation of the primary elements of professional burnout in the studied cadets of the junior and senior years of the National Technical University of Ukraine using J. Greenberg's methodology of «Burnout Syndrome Study» and J. Gibson's methodology of «Evaluation of One's Own Burnout Potential», we have found that senior cadets tend to experience chronic fatigue, the feeling of emotional and physical exhaustion, reduced receptivity and reactivity to the changes in the external environment, indifference, passivity or increased irritability, feelings of guilt, insecurity, resentment, suspicion, as well as loss of a sense of humor, pessimism, indifference to work results, despair, distancing from others etc. That is, according to the results of the comparative analysis of the primary data using the selected methods, it has been found out that they have a tendency to develop a certain deformation of relations with other people. In addition, it should be assumed that there are no differences in confidence regarding one's ability to feel satisfied with one's personality and work among the subjects of both research groups.

With regard to emotional exhaustion as an indicator of professional burnout, it should be emphasized that the average level of development of this component has been found in senior

year cadets, which may indicate the presence of a tendency to develop symptoms of emotional, intellectual and physical exhaustion in them, as well as the decrease in satisfaction with the educational activity performed.

The results of the study allow us to state that in the process of professional formation of cadets during training, the formation of the initial elements of professional burnout has been noted, which can be caused by certain factors of educational and professional activity, which requires a more detailed and in-depth study.

Keywords: professional activity; professional formation; emotional exhaustion; professional burnout.

References

1. Karamushka, L. M., & Kovrovskiy, Y. H. (2018). Vzaiemozviazok mizh rivnem profesiinoho vyhorannia ta orhanizatsiino-profesiinymy kharakterystykamy personala Operativno-riatuvalnoi sluzhby tsyvilnoho zakhystu DSNS Ukrainy [The relationship between the level of professional burnout and organizational-professional characteristics of personnel of the State Emergency Service of Ukraine]. Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia, (2), 61–68. Available at: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/oph_ep_2018_2_8]. [In Ukrainian].
2. Kostina, L. N., & Lavrova, M. S. (2021). Osnovni teoretychni pidkhody u psykholohichnii nautsi do problemy profesiinoho vyhorannia predstavnykiv profesii typu "liudynaliudyna" [Main theoretical approaches in psychological science to the problem of professional burnout of professionals in the "person-to-person" occupation type]. Psykholohiia ta pedahohika sluzhbovoi diialnosti, (3), 43–48. [In Ukrainian].
3. Onyshchenko, N. V., Stryk, V. A., Timchenko, O. V., & Khrystenko, V. Ye. (2012). Osoblyvosti profesiinoi deformatsii u pratsivnykiv avariino-riatuvalnykh pidrozdiliv MNS Ukrainy: Monohrafiia [Features of professional deformation in employees

of emergency and rescue units of the Ministry of Emergency Situations of Ukraine: A monograph]. Kharkiv: NUCDU, KP "Miska Drukarnia". [In Ukrainian].

4. Piankivska, L. (2020). Osoblyvosti proiavu syndromu "emotsiinoho vyhorannia" u kursantiv [Features of the manifestation of the "emotional burnout" syndrome in cadets]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 49(1), 74–82. Available at: [https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-49-1-74-82]. [In Ukrainian].

5. Rohoza, Y. R., Kufliyevskiy, A. S., & Seliukova, T. V. (2017). Osoblyvosti syndromu emotsiinoho "vyhorannia" u pratsivnykiv pidrozdiliv DSNSU [Features of the emotional "burnout" syndrome in employees of SESU units]. Osobystist, suspilstvo, zakon: Psykholohichni problemy ta shliakhy yikh vyrishennia, 199–200. [In Ukrainian].

6. Ushakova, I. M. (2013). Osobystisni predyktory profesiinoho vyhorannia pratsivnykiv DSNS Ukrainy [Personal predictors of professional burnout of SESU employees]. Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii, 14(1), 303–311. [In Ukrainian].

7. World Health Organization (WHO). (n.d.). Mizhnarodna klasyfikatsiia khvorob (MKH-11) [International Classification

of Diseases (ICD-11)]. Available at:
[<https://icd.who.int/browse11/l-m/en>].
[In Ukrainian].

8. Freudenberger, H. (1974).
Staff burn-out. *Journal of Social Issues*,

30(1), 159–165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>. [In English].

Надійшла до редколегії: 10.10.2024

Прийнята до друку: 28.10.2024