УДК 364-45:364.4-053.9

Андрій ПРОЦЕНКО
кандидат педагогічних наук, доцент
Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького
https://orcid.org/0000-0002-9092-7015
e-mail: andrey-prozenko@ukr.net
Олена КУЛЕШОВА
кандидат психологічних наук, доцент,
Хмельницький національний університет
https://orcid.org/0000-0001-5428-2670
e-mail: kuleshovaO@khmnu.edu.ua
Ольга ДЕРБУГОВА
здобувач вищої освіти,
Хмельницький національний університет
https://orcid.org/0000-0002-3849-788X
e-mail: olgaderbugova@gmail.com

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті проаналізовано особливості професійного вигорання працівників соціальної сфери в умовах воєнного стану в Україні, що розглядається як наслідок тривалого впливу професійних і психосоціальних стресорів та характеризується емоційним виснаженням, деперсоналізацією і зниженням професійної ефективності. Розкрито основні наукові підходи до розуміння професійного вигорання й охарактеризовано специфіку професійної діяльності працівників соціальної сфери в умовах повномасштабної війни.

Визначено і систематизовано основні чинники формування професійного вигорання, серед яких тривалий професійний стрес, надмірне робоче навантаження, вторинна травматизація, емпатійне виснаження, організаційні труднощі та поєднання професійних і особистісних стресорів. Охарактеризовано основні психологічні, поведінкові та психофізіологічні прояви професійного вигорання працівників соціальної сфери та розкрито взаємозв'язок чинників його формування.

Уточнено роль стресостійкості, резильєнтності та копінг-стратегій у запобіганні професійному вигоранню. Підкреслено необхідність комплексного підходу до його профілактики, що передбачає поєднання індивідуальних стратегій саморегуляції, професійної супервізії, психологічної підтримки та організаційних заходів, спрямованих на оптимізацію професійного навантаження й створення сприятливого психологічного середовища.

Ключові слова: професійне вигорання; працівники соціальної сфери; воєнний стан; емоційне виснаження; вторинна травматизація; резильєнтність.

Andrii PROTSENKO
Melitopol State Pedagogical University named after Bohdan Khmelnytsky
Olena KULESHOVA, Olha DERBUHOVA
Khmelnytsky National University

FEATURES OF PROFESSIONAL BURNOUT AMONG SOCIAL SERVICE WORKERS IN THE CONTEXT OF WAR

The article analyzes the psychological features of professional burnout among social service workers under the conditions of martial law in Ukraine. Professional burnout is considered as a multidimensional psychological phenomenon resulting from the prolonged interaction of professional, personal, and psychosocial stressors. Particular attention is paid to the transformation of professional activity caused by the full-scale war, which has significantly increased the emotional and psychological demands placed on social service workers. In these conditions, specialists are required to provide continuous support to vulnerable populations while simultaneously coping with increased workloads, uncertainty, traumatic experiences, and limited professional and personal resources.

The main scientific approaches to understanding professional burnout are reviewed, and its structural components are characterized, including emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional efficacy. The article identifies and systematizes the key factors contributing to the development of burnout among social service workers during wartime. These include prolonged occupational stress, excessive workload, secondary traumatization, empathic exhaustion, organizational difficulties, emotional involvement in clients' problems, and the combination of professional and personal stressors. Attention is given to the interaction of these factors and their cumulative effect on the psychological state and professional functioning of specialists.

The psychological, behavioral, and psychophysiological manifestations of professional burnout are described. Emotional exhaustion may be accompanied by persistent fatigue, reduced emotional resources, irritability, and difficulties in maintaining emotional involvement in professional interactions. Behavioral manifestations include decreased motivation, withdrawal, reduced work efficiency, and changes in professional communication, while psychophysiological symptoms may involve sleep disturbances, somatic complaints, and general deterioration in well-being.

The article also clarifies the protective role of stress resistance, resilience, and adaptive coping strategies in preventing professional burnout. A comprehensive approach to prevention is substantiated, combining individual self-regulation and stress-management strategies with professional supervision, psychological support, workload optimization, and organizational measures aimed at creating a supportive psychological environment.

Keywords: professional burnout; social service workers; martial law; emotional exhaustion; secondary traumatization: resilience.

https://doi.org/10.31891/PT-2026-4-8
Стаття надійшла до редакції / Received 29.09.2026
Прийнята до друку / Accepted 23.10.2026
Опубліковано / Published 26.11.2026

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons CC-BY 4.0

© Андрій ПРОЦЕНКО, Олена КУЛЕШОВА, Ольга ДЕРБУГОВА

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями

Повномасштабна війна в Україні спричинила глибокі соціальні, економічні та психологічні зміни, що суттєво вплинули на діяльність системи соціального захисту населення. Значно зросло навантаження на працівників соціальної сфери, які забезпечують підтримку внутрішньо переміщених осіб, сімей військовослужбовців, людей, постраждалих від бойових дій, осіб похилого віку, осіб з інвалідністю та інших вразливих категорій населення. Виконання професійних обов'язків за умов тривалого стресу, високої відповідальності, емоційної залученості й обмежених ресурсів створює передумови для розвитку професійного вигорання.

Професійне вигорання представників соціономічних професій є предметом численних наукових досліджень. Проте воєнний стан суттєво змінює механізми його формування, посилюючи вплив традиційних професійних стресорів і актуалізуючи нові чинники, зокрема хронічний стрес, вторинну травматизацію, емпатійне виснаження та поєднання професійних і особистісних наслідків війни. Це негативно позначається на психоемоційному стані фахівців, ефективності їхньої професійної діяльності та якості соціальних послуг. Попри зростання уваги до проблем психічного здоров'я фахівців у період війни особливості професійного вигорання працівників соціальної сфери залишаються недостатньо дослідженими. Це зумовлює необхідність комплексного аналізу чинників, проявів і психологічних ресурсів, що визначають розвиток професійного вигорання в умовах тривалого воєнного стресу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

У науковій літературі професійне вигорання розглядається переважно як наслідок тривалого впливу професійного стресу [7]. Згідно концепції К. Маслач і С. Джексон професійне вигорання охоплює три взаємопов'язані компоненти: емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію особистісних досягнень [7; 13]. Емоційне виснаження проявляється втратою психологічних ресурсів і професійної мотивації, деперсоналізація – емоційною відстороненістю та негативним ставленням до отримувачів допомоги, а редукція особистісних досягнень – зниженням професійної самооцінки та суб'єктивного відчуття професійної ефективності [8; 13; 16].

У вітчизняній психології професійне вигорання розглядається як багатофакторний феномен, формування якого пов'язане із взаємодією професійних, організаційних та особистісно-психологічних

чинників. Значний внесок у дослідження цієї проблематики зробила Л. Карамушка [4]. Окремі аспекти професійного вигорання та його профілактики досліджували О. Хайрулін, Н. Михальченко, Г. Рідкодубська та К. Гавриловська. У сучасних дослідженнях особлива увага приділяється професійному вигоранню працівників соціальної сфери, психологічним ресурсам його запобігання та способам відновлення. Зокрема, досліджуються можливості супервізії, професійної підтримки та розвитку стратегій відновлення як засобів профілактики вигорання (О. Карпенко, О. Малишко, Р. Світлий та ін.) [3; 10].

Формулювання цілей статті

Метою статті є обґрунтування особливостей професійного вигорання працівників соціальної сфери в умовах війни, визначення основних чинників його розвитку, психологічних проявів і ресурсів подолання, а також окреслення напрямів профілактики професійного вигорання в умовах тривалого воєнного стресу.

Виклад основного матеріалу

Професійне вигорання є одним із поширених негативних наслідків тривалого професійного стресу. Особливої уваги воно потребує щодо представників професій, діяльність яких пов'язана з постійною взаємодією з людьми, високою емоційною залученістю та необхідністю надання соціальної й психологічної підтримки [7; 9].

В умовах повномасштабної війни проблема професійного вигорання працівників соціальної сфери набуває особливої актуальності. Воєнні обставини не лише підвищують інтенсивність професійного навантаження, а й трансформують професійне середовище: розширюється коло осіб, які потребують допомоги, ускладнюються соціальні запити і зростає кількість кризових і травматичних ситуацій. Працівники соціальної сфери дедалі частіше взаємодіють із людьми, які пережили вимушене переміщення, втрату житла, загибель або розлуку з близькими та інші наслідки війни. Це підвищує вимоги до емоційних, когнітивних і професійних ресурсів фахівців та потребує оперативного прийняття рішень і координації допомоги. Як зазначає С. Миколюк, в умовах війни психологічне навантаження на соціальних працівників суттєво посилюється у зв'язку з необхідністю роботи з внутрішньо переміщеними особами, людьми, які постраждали внаслідок воєнних дій, сім'ями, що перебувають у тривалому стресі, та іншими вразливими категоріями населення [5]. Авторка підкреслює, що постійна взаємодія з людьми, які пережили

травматичні події, втрати та кризові ситуації, негативно впливає на емоційний стан соціального працівника і може сприяти розвитку професійного вигорання [5].

Особливістю роботи в умовах війни є нестабільність професійного середовища, зумовлена безпековою ситуацією, змінами інфраструктури, переміщенням населення та динамікою соціальних потреб. Це вимагає постійної адаптації, гнучкості та здатності діяти в умовах невизначеності. Водночас воєнні події можуть одночасно впливати на професійне й особисте життя фахівця, що ускладнює психологічне дистанціювання від професійних проблем та повноцінне відновлення після роботи.

Отже, специфіка професійної діяльності працівників соціальної сфери в умовах війни визначається ускладненням соціальних запитів, зростанням кризового характеру професійних завдань, нестабільністю умов роботи, високою емоційною залученістю та накладанням професійного й особистого досвіду війни. Сукупність цих чинників створює умови, за яких традиційні професійні стресори посилюються воєнними обставинами й обмеженими можливостями для психологічного відновлення.

Ці особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери формують специфічне середовище, в якому традиційні джерела професійного стресу поєднуються з воєнними обставинами. Основними чинниками ризику професійного вигорання можемо назвати такі: хронічний воєнний стрес, надмірне професійне навантаження, вторинна травматизація й емпатійне виснаження, організаційні труднощі, поєднання професійного й особистісного стресу та дефіцит ресурсів психологічного відновлення.

На нашу думку, насамперед, потрібно виокремити хронічний воєнний стрес [1; 2]. Повітряні тривоги, ракетні обстріли, порушення роботи інфраструктури та постійна невизначеність зумовлюють тривале психоемоційне напруження [1].

Дослідник М. Папуча пов’язує переживання екстремальної невизначеності з тривогою, розгубленістю, втратою відчуття контролю та зниженням самоефективності, що може ускладнювати психологічну адаптацію до тривалих стресових обставин [8]. Особливістю є те, що його вплив не обмежується робочим часом, а поширюється на особисте життя працівника.

Важливим чинником є надмірне професійне навантаження, зумовлене збільшенням кількості отримувачів допомоги, ускладненням випадків та необхідністю оперативного прийняття рішень, що підвищує

емоційне й когнітивне навантаження та сприяє професійному виснаженню [12].

Суттєвими психологічними чинниками також є вторинна травматизація та емпатійне виснаження [5; 14; 16]. Постійна взаємодія з людьми, які пережили втрати, поранення, окупацію чи вимушене переміщення, потребує значної емоційної залученості та може призводити до виснаження емоційних ресурсів працівника.

Як зазначає О. Завадська, війна зумовлює значне поширення психічних порушень серед населення та збільшує потребу в психологічній допомозі осіб, які пережили бойові дії, окупацію, вимушене переміщення та втрату близьких [2]. Для працівників соціальної сфери це означає постійний контакт із людьми, які мають травматичний досвід, що може посилювати емоційне навантаження та ризик вторинної травматизації.

До організаційних чинників належать недостатнє кадрове забезпечення, надмірний обсяг документації, дефіцит матеріальних ресурсів, недостатня психологічна підтримка та обмежені можливості професійної супервізії [3; 5]. В умовах війни зростання професійних вимог часто не супроводжується відповідним збільшенням ресурсів.

Окремим чинником є поєднання професійного та особистісного стресу [1; 5]. Працівники можуть одночасно виконувати професійні обов'язки та переживати власні наслідки війни – втрату житла, вимушене переміщення, розлуку з близькими чи мобілізацію членів сім'ї. Це ускладнює психологічне дистанціювання та відновлення. Водночас ризик вигорання визначається не лише рівнем професійних вимог, а й доступністю ресурсів для їх подолання та відновлення. Обмежені можливості для відпочинку, психологічної підтримки, супервізії та соціальної взаємодії можуть посилювати накопичення психоемоційного виснаження.

Отже, зазначені чинники діють не ізольовано, а взаємопов'язано, посилюючи ризик професійного вигорання. Тому професійне вигорання працівників соціальної сфери в умовах війни доцільно розглядати як результат дисбалансу між сукупністю професійних і особистісних вимог та доступними ресурсами їх подолання й відновлення. Такий підхід дає змогу пояснити, чому навіть сформовані навички стресостійкості не завжди забезпечують достатній захист від вигорання за умов тривалого надмірного навантаження та недостатньої організаційної підтримки.

Професійне вигорання проявляється комплексом взаємопов'язаних емоційних, когнітивних, поведінкових і

психофізіологічних змін. Основними його компонентами є емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція особистісних досягнень.

Провідним проявом професійного вигорання є емоційне виснаження, що характеризується постійною втомою, емоційною спустошеністю, зниженням енергії та здатності до психологічного відновлення [6; 9; 13; 15; 16]. В умовах війни воно посилюється поєднанням професійного навантаження з хронічним воєнним стресом, який не обмежується робочим часом.

Другим компонентом є деперсоналізація, що проявляється емоційною відстороненістю, формальним або цинічним ставленням до отримувачів соціальних послуг та колег [7; 14]. За тривалого вигорання вона може призводити до зниження емпатійності, погіршення професійної взаємодії та формального виконання обов'язків. Постійний контакт із людьми, які пережили травматичні події, в умовах війни підвищує ризик такого захисного дистанціювання.

Редукція особистісних досягнень проявляється у зниженні професійної самооцінки, сумнівах у власній компетентності, втратою впевненості у професійних можливостях та суб'єктивним відчуттям неефективності [7; 13; 16]. В умовах війни цей прояв може посилюватися об'єктивними обмеженнями, дефіцитом ресурсів і складністю випадків, коли значні професійні зусилля не завжди забезпечують очікуваний результат.

Професійне вигорання супроводжується також когнітивними проявами – труднощами концентрації уваги, погіршенням пам'яті, зниженням здатності аналізувати інформацію та приймати рішення [3; 4]. Для працівників соціальної сфери це особливо важливо, оскільки їхня діяльність потребує швидкого оцінювання ситуацій, планування допомоги та координації взаємодії різних служб.

Поведінкові прояви охоплюють зниження професійної активності, уникнення складних завдань, збільшення кількості помилок, конфліктність та прагнення дистанціюватися від професійної діяльності [3; 4]. Психофізіологічні прояви можуть включати підвищену втомлюваність, порушення сну, головний біль, коливання артеріального тиску та загальне погіршення самопочуття [3].

Зазначені прояви безпосередньо впливають на професійну ефективність і якість соціальних послуг. Зниження емпатії, мотивації, концентрації уваги та здатності приймати обґрунтовані рішення може ускладнювати взаємодію з отримувачами допомоги, підвищувати ризик професійних помилок і знижувати ефективність соціальної підтримки [4]. В умовах війни ці наслідки набувають особливої значущості через складність потреб отримувачів соціальних послуг. Водночас

професійне вигорання не є незворотним процесом, а своєчасне виявлення його ознак створює можливості для профілактики і збереження професійної ефективності.

Отже, професійне вигорання працівників соціальної сфери в умовах війни проявляється комплексом емоційних, когнітивних, поведінкових і психофізіологічних змін та негативно впливає як на психологічне благополуччя фахівців, так і на якість соціальних послуг. Специфіка воєнного контексту полягає в поєднанні професійних вимог, особистого досвіду війни та постійного контакту з травматичними переживаннями отримувачів допомоги, що посилює ризик вигорання. Це обумовлює необхідність комплексної профілактики, що поєднує індивідуальні стратегії саморегуляції, організаційну підтримку, професійну супервізію та можливості психологічного відновлення.

Розглянуті чинники і прояви професійного вигорання дають підстави звернути увагу на психологічні ресурси, що сприяють збереженню професійної ефективності працівників соціальної сфери в умовах тривалого стресу. До них належать стресостійкість, резильєнтність, конструктивні копінг-стратегії, психологічна саморегуляція та соціально- професійна підтримка. Вони сприяють регуляції стресових реакцій, підтриманню психологічної рівноваги та відновленню після професійного навантаження, однак не усувають об'єктивних причин вигорання.

Стресостійкість визначається науковцями як здатність зберігати відносну психологічну рівновагу та ефективність діяльності під впливом стресових факторів [3].

Резильєнтність охоплює здатність адаптуватися до несприятливих обставин і відновлювати психологічне функціонування після пережитих труднощів [11].

У воєнних умовах обидва ресурси сприяють адаптації до нестабільності, кризових ситуацій та зміни професійних вимог, проте їх захисний потенціал залежить також від можливостей для відновлення та підтримки з боку професійного середовища.

Важливу роль відіграють конструктивні копінг-стратегії, зокрема планування, пошук інформації та ресурсів, позитивна переоцінка, прийняття ситуації й звернення по соціальну підтримку [6; 15]. Їх ефективність визначається не використанням однієї універсальної стратегії, а здатністю гнучко обирати спосіб реагування відповідно до характеру ситуації. Тривале домінування уникнення та інших неконструктивних способів подолання може підвищувати ризик емоційного виснаження.

Психологічна саморегуляція сприяє своєчасному розпізнаванню напруження та запобіганню накопиченню виснаження. До її засобів належать релаксаційні й дихальні вправи, практики усвідомленості, емоційна регуляція та підтримання балансу між працею і відпочинком [3]. Доповнює ці ресурси соціально-професійна підтримка з боку колег, керівництва, родини та професійної спільноти, що сприяє емоційному розвантаженню, обміну досвідом і зменшенню професійної ізоляції [10].

Отже, психологічні ресурси доцільно розглядати як буфер між професійними вимогами та розвитком професійного вигорання, ефективність якого значною мірою залежить від умов професійного середовища. Особистісні ресурси не можуть повністю компенсувати надмірне навантаження, дефіцит кадрів і матеріальних ресурсів чи недостатність професійної підтримки.

Профілактика та подолання професійного вигорання потребують комплексного підходу, що поєднує індивідуальний, професійно-груповий та організаційний рівні [3; 4; 10].

На індивідуальному рівні важливими є розвиток саморегуляції, конструктивних копінг-стратегій, підтримання режиму праці та відпочинку й своєчасне виявлення ознак виснаження.

На професійно- груповому рівні особливе значення мають супервізія та інтервізія, що забезпечують професійну підтримку, аналіз складних випадків та обмін досвідом [3; 4; 10].

Організаційний рівень передбачає оптимізацію професійного навантаження, чіткий розподіл обов'язків, зменшення необґрунтованого бюрократичного навантаження, забезпечення необхідними ресурсами і підтримку з боку керівництва [3; 4; 10].

На нашу думку, важливо розмежовувати профілактику і подолання професійного вигорання. Профілактика спрямована на попередження накопичення хронічного стресу, тоді як за наявності стійких ознак вигорання необхідні відновлювальні заходи: психологічне консультування, супервізія, тимчасове зниження навантаження, нормалізація режиму праці та відпочинку й, за потреби, спеціалізована психологічна допомога. В умовах тривалого воєнного стресу такі заходи мають бути системними та поєднувати індивідуальну роботу з організаційною підтримкою.

Отже, стресостійкість, резильєнтність, конструктивні копінг-стратегії, психологічна саморегуляція та соціально-професійна підтримка сприяють збереженню професійної ефективності працівників соціальної сфери в умовах війни. Водночас їх захисний потенціал реалізується за наявності належних організаційних умов, супервізії та

можливостей для психологічного відновлення, що визначає необхідність комплексної системи профілактики професійного вигорання.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямі

Проведений аналіз наукових джерел показав, що професійне вигорання працівників соціальної сфери є багатофакторним феноменом, що формується внаслідок взаємодії професійних, організаційних, особистісних і соціальних чинників та проявляється емоційним виснаженням, деперсоналізацією і зниженням суб'єктивного відчуття професійної ефективності. Його наслідки позначаються як на психологічному благополуччі працівників, так і на якості надання соціальних послуг. В умовах повномасштабної війни ризик професійного вигорання посилюється поєднанням традиційних професійних стресорів із воєнними чинниками – постійною невизначеністю, загрозами безпеці, роботою з наслідками бойових дій, втратами, вимушеним переміщенням та іншими кризовими ситуаціями. Особливого значення набуває накладання професійного стресу на особистий досвід війни самих працівників, що ускладнює психологічне дистанціювання та відновлення ресурсів. Таким чином, професійне вигорання працівників соціальної сфери в умовах війни доцільно розглядати як динамічний результат взаємодії воєнних, професійних, організаційних та особистісних чинників. Його профілактика потребує не лише розвитку індивідуальних ресурсів, а й створення сприятливого професійного середовища, здатного підтримувати психологічне благополуччя, професійну ефективність та якість соціальної допомоги.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в емпіричному вивченні рівня професійного вигорання працівників соціальної сфери в умовах воєнного стану, визначенні взаємозв'язків між його проявами та психологічними ресурсами, а також оцінюванні ефективності програм психологічної профілактики, професійної підтримки та розвитку резильєнтності фахівців.

Література

1. Бялонович С. Психологічні стратегії внутрішньої стабілізації українців в умовах щоденного стресу війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 78. С. 520-529.

2. Завадська О. Р. Психічні наслідки війни для дорослого населення України: спектр розладів та виклики психологічної

допомоги. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія.* 2025. № 4. С.13-21.

3. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни : навч.-метод. посіб. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 124 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737839/

4. Карпенко О. Г., Лісовцева О. Форми і методи профілактики професійного вигорання соціальних працівників: теоретичні підходи та сучасні виклики. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2026. № 2(17). С. 34-47.

5. Миколюк С. Професійне вигорання соціальних працівників в умовах війни. *Humanitas*. 2022. № 6. С. 31-36.

6. Никоненко О. В., Козачук В. В. Теоретико-методологічні аспекти дослідження копінгу як психологічної стратегії подолання стресу. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 3(79). С. 429-436.

7. Овчаренко О. Ю. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с.

8. Папуча М. В. Вплив переживання ситуації невизначеності на психологічний добробут особистості *Слобожанський науковий вісник. Серія : Психологія.* 2024. № 2. С. 37-41.

9. Пахомов І. В. Особливості профілактики професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників ЗП(ПТ)О : навч.-метод. посіб. Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 154 с.

10. Світлий Р., Кальченко Л. Супервізія як інструмент профілактики професійного вигорання фахівців соціальної роботи: сутність, форми, методи та результати емпіричного дослідження. *Соціальна робота та соціальна освіта.* 2026. № 2(17). С. 148-160.

11. Цюпенко Т. А. Емоційний інтелект як засіб розвитку психологічної стійкості особистості в умовах сьогодення. *Наукові записки. Серія: Психологія.* 2024. № 4. С. 109-115.

12. Ющенко І. М., Панченко Т. С. Професійна ідентичність як чинник життєстійкості особистості. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 1. С. 17-20. URL: https://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua.

13. Astremskaya I. Features of emotional burnout by specialists in assisting professions. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія».* 2019. № 1(10). С. 10-13.

14. Crumpei I., Dafinoiu I. The relation of clinical empathy to secondary traumatic stress. *Procedia – Social and Behavioral Sciences.* 2012. Vol. 33. P. 438-442.

15. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 445 p.

16. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*. 1981. Vol. 2, No. 2. P. 99-113.

References

1. Bialonovych, S. (2025). Psykholohichni stratehii vnutrishnoi stabilizatsii ukraintsiv v umovakh shchodennoho stresu viiny [Psychological strategies of internal stabilization among Ukrainians under daily war stress]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*, 2(78), 520–529. https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-520-529. [in Ukrainian].

2. Zavadska, O. R. (2025). Mental health consequences of war for the adult population of Ukraine: Spectrum of disorders and challenges of psychological assistance. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology,* 4, 13–21. [in Ukrainian].

3. Karamushka, L. M. (2023). Mental health of organizational personnel in wartime conditions: Educational and methodological manual. Kyiv: G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine. 124 p. Available at: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737839/ [in Ukrainian].

4. Karpenko, O. H., & Lisovtseva, O. (2026). Forms and methods of preventing professional burnout among social workers: Theoretical approaches and contemporary challenges. *Social Work and Social Education*, 2(17), 34–47. [in Ukrainian].

5. Mykoliuk, S. (2022). Professional burnout of social workers in wartime conditions. *Humanitas*, 6, 31–36. [in Ukrainian].

6. Nykonenko, O. V., & Kozachuk, V. V. (2025). Theoretical and methodological aspects of studying coping as a psychological strategy for stress management. *Scientific Notes of KROK University*, 3(79), 429–436. [in Ukrainian].

7. Ovcharenko, O. Yu. (2023). Psychology of stress and stress disorders: A textbook. Kyiv: University «Ukraine». 266 p. [in Ukrainian].

8. Papucha, M. V. (2024). The impact of experiencing uncertainty on the psychological well-being of the individual. *Slobozhanskyi Scientific Bulletin. Series: Psychology,* 2, 37–41. [in Ukrainian].

9. Pakhomov, I. V. (2024). Features of prevention of professional and emotional burnout among vocational education teachers: Educational and methodological manual. Bila Tserkva: BINPO of the State Higher Educational Institution «University of Educational Management» of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine. 154 p. [in Ukrainian].

10. Svitlyi, R., & Kalchenko, L. (2026). Supervision as a tool for preventing professional burnout among social work professionals: Essence, forms, methods and results of an empirical study. *Social Work and Social Education*, 2(17), 148–160. [in Ukrainian].

11. Tsiupenko, T. A. (2024). Emotional intelligence as a means of developing psychological resilience of the individual in contemporary conditions. *Scientific Notes. Series: Psychology*, 4, 109–115. [in Ukrainian].

12. Yushchenko, I. M., & Panchenko, T. S. (2024). Professional identity as a factor of personality hardiness. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology,* 1, 17–20. Available at: https://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua. [in Ukrainian].

13. Astremskaya, I. (2019). Features of emotional burnout by specialists in assisting professions. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Series: Psychology,* 1(10), 10–13. [in Ukrainian].

14. Crumpei, I., & Dafinoiu, I. (2012). The relation of clinical empathy to secondary traumatic stress. Procedia – Social and Behavioral Sciences, 33, 438–442.

15. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company. 445 p.

16. Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior, 2(2), 99–113.