

**Міністерство освіти і науки України**  
Бердянський державний педагогічний університет  
Кафедра психології

Допущено до захисту  
Завідувач кафедру

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 р.

**ПОДОЛАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ  
СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

Кваліфікаційна робота магістра

Виконавець: здобувачка другого  
(магістерського) рівня вищої освіти, групи  
м208П-з

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові  
науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма: Психологія  
тренінгової роботи

**РОМЕНСЬКА Ірина Вячеславівна**

Керівник: старша викладачка

**ФЕДОРИК Вікторія Володимирівна**

Рецензент: к. психол. н., доцент

**ФРОЛОВА Ольга Василівна**

**Запоріжжя – 2024**

## **ЗМІСТ**

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПОДОЛАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ....</b>	<b>7</b>
1.1. Поняття та сутність емоційного вигорання .....	7
1.2. Особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери, які призводять до емоційного вигорання.....	15
1.3. Засоби подолання емоційного вигорання у працівників соціальної сфери.....	25
Висновки до першого розділу.....	34
<b>РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОЯВІВ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ.....</b>	<b>37</b>
2.1. Організація та методи дослідження.....	37
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження емоційного вигорання працівників соціальної сфери.....	41
Висновки до другого розділу.....	46
<b>РОЗДІЛ III. ПОДОЛАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ .....</b>	<b>48</b>
3.1. Розробка та обґрунтування необхідності і доцільності використання тренінгової програми для подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії .....	48
3.2. Аналіз ефективності впровадження тренінгової програми для подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії .....	52
Висновки до третього розділу.....	56
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>58</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>61</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>69</b>

## ВСТУП

**Актуальність.** Вигорання часто називають хворобою 21 століття. Це явище почали помічати та досліджувати в США понад 40 років тому. Проблема вигорання дійшла до нашої країни наприкінці 1980-х років. Незважаючи на багаторічні дослідження специфіки цього явища, вченим так і не вдалося розробити єдину модель розвитку механізму вигорання. Ця проблема досить широко описана в науковій літературі в галузі гуманітарних і соціальних наук. Сучасне суспільство висуває високі вимоги до професійної діяльності працівників соціальної сфери, які виконують надзвичайно важливу роль у забезпеченні добробуту та соціальної підтримки вразливих верств населення. Постійна взаємодія з клієнтами, які перебувають у складних життєвих обставинах, висока емоційна напруга, обмежені ресурси для відновлення – усе це створює ризик розвитку емоційного вигорання. Це явище не лише знижує професійну ефективність, але й негативно впливає на психічне та фізичне здоров'я працівників.

Емоційне вигорання працівників соціальної сфери є комплексною проблемою, яка потребує системного підходу до її подолання. Важливим завданням сучасної психології є розробка й впровадження ефективних методів профілактики й реабілітації, які сприяли б відновленню емоційного балансу, зменшенню рівня стресу та підвищенню життєстійкості.

Одним із перспективних напрямів у цій сфері є використання арт-терапії – інтегративного методу, що поєднує творчий процес із психологічною підтримкою. Арт-терапія дозволяє гармонізувати емоційний стан, розвивати здатність до саморегуляції та знаходити нові ресурси для професійного зростання. Її застосування особливо актуальне в умовах постійного емоційного навантаження, яке характерне для працівників соціальної сфери.

Дослідження проблеми емоційного вигорання працівників соціальної сфери є актуальним напрямом у психологічній науці, що привертає увагу як українських, так і зарубіжних учених.

Серед українських дослідників значний внесок у вивчення феномену емоційного вигорання зробили: О.І. Бондарчук (досліджувала психологічні особливості емоційного вигорання та методи його профілактики); Т.М. Титаренко (аналізувала професійний стрес і психологічні механізми подолання у працівників соціальної сфери; Л.М. Карамушка (вивчала професійний стрес у працівників освіти та соціальної сфери, розробляючи рекомендації для підвищення стійкості до емоційного вигорання); Н.В. Чепелева (акцентувала увагу на ролі емоційної культури у профілактиці професійного вигорання).

Серед зарубіжних учених дослідженням емоційного вигорання активно займалися: Крістіна Маслач (Christina Maslach), яка є авторкою концепції емоційного вигорання та розробила Маслач-опитувальник для його діагностики (Maslach Burnout Inventory, MBI). Її роботи стали фундаментом для подальших досліджень у цій галузі. Герберт Фройденбергер (Herbert Freudenberger), який вперше ввів поняття «емоційне вигорання» у психологію та досліджував його прояви в професійному середовищі. Шарлотта Фріц (Charlotte Fritz) та Сабріна Шулер (Sabrina Schüller), які досліджували відновлювальні практики та їх вплив на рівень емоційного вигорання в професійному середовищі.

Дані дослідники зробили суттєвий внесок у розуміння механізмів виникнення, профілактики та подолання емоційного вигорання, що створює основу для подальших досліджень. У нашому ж дослідженні ми вбачаємо актуальність проблеми подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії.

**Об'єкт дослідження** – емоційне вигорання працівників соціальної сфери.

**Предмет дослідження** – проблема подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії.

**Мета роботи** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити проблему подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії.

### **Завдання дослідження:**

1. Дослідити поняття та сутність емоційного вигорання; визначити особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери, що сприяють емоційному вигоранню; проаналізувати засоби подолання емоційного вигорання у працівників соціальної сфери.

2. Провести емпіричне дослідження психологічних проявів вигорання працівників соціальної сфери та проаналізувати необхідність використання тренінгової програми для подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії.

3. Розробити тренінгову програму для подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери засобами арт-терапії.

### **Методологія дослідження.:**

*теоретичні методи дослідження:* аналіз наукових джерел, метод порівняння, метод дедукції, метод аналогії;

*емпіричні:* Торонтська Алекситимічна шкала (TAS); Піттсбурзький опитувальник на визначення якості сну (PSQI); методика діагностики емоційного вигорання В. Бойко; методика «Визначення психічного «вигорання» О.О. Рукавішнікова.

**Теоретичне значення дослідження.** Удосконалено наукові уявлення про емоційне вигорання як багатовимірний феномен, що виникає під впливом професійного стресу та емоційного виснаження; розширено розуміння специфіки емоційного вигорання у працівників соціальної сфери, включаючи його психологічні, емоційні та поведінкові прояви; обґрунтовано доцільність використання арт-терапії як ефективного засобу подолання емоційного вигорання, що сприяє гармонізації емоційного стану та розвитку навичок саморегуляції; створено теоретичне підґрунтя для розробки тренінгових програм, які базуються на методах арт-терапії, з метою профілактики та реабілітації працівників соціальної сфери.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що розроблена та апробована тренінгова програма для подолання емоційного вигорання засобами

арт-терапії, може бути використана у роботі психологів, коучів, соціальних працівників та інших фахівців. Отримані результати емпіричного дослідження можуть бути використані для діагностики емоційного вигорання та оцінки його впливу на професійну діяльність.

Результати роботи можуть слугувати основою для створення індивідуальних і групових програм психологічної підтримки, спрямованих на профілактику професійного вигорання.

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів та висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел (73 найменування, з них 27 іноземною мовою) і одного додатка. Загальний обсяг роботи 73 сторінки, з них основного тексту на 60 сторінках. Робота містить 5 таблиць та 6 рисунків.

## ВИСНОВКИ

В результаті проведеного дослідження були встановлені наступні важливі висновки:

1. Проведено теоретичний аналіз проблеми подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери, що дозволило систематизувати основні підходи до розуміння цього явища, окреслити його причини та наслідки, а також визначити засоби профілактики й подолання.

Розглянуто поняття та сутність емоційного вигорання як складного психоемоційного явища, що формується внаслідок тривалого професійного стресу. Визначено, що емоційне вигорання проявляється на когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях і впливає на ефективність професійної діяльності та якість життя.

Досліджено особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери, які сприяють розвитку емоційного вигорання. Зокрема, підкреслено високий рівень емоційного навантаження, часту взаємодію з клієнтами, що мають складні життєві обставини, а також обмежені ресурси для відновлення. Виявлено, що ці фактори часто поєднуються із недосконалими умовами праці та недостатньою соціальною підтримкою.

Проаналізовано засоби подолання емоційного вигорання, зокрема психотерапевтичні, арт-терапевтичні, когнітивно-поведінкові та організаційні методи. Зазначено, що найефективнішими є підходи, які спрямовані на розвиток емоційної стійкості, навичок саморегуляції та гармонізації психоемоційного стану працівників.

Таким чином, теоретичний аналіз показав, що емоційне вигорання є серйозною проблемою, яка потребує системного підходу до її вирішення. Засоби подолання мають бути адаптовані до специфіки професійної діяльності працівників соціальної сфери та включати як індивідуальні, так і групові форми роботи.

2. Емпіричне дослідження виявило багатовимірний характер

емоційного вигорання у працівників соціальної сфери, його зв'язок із якістю сну та емоційною регуляцією.

Аналіз психологічних проявів вигорання показав, що працівники із високим рівнем вигорання часто мають труднощі в усвідомленні й вираженні емоцій, що корелює з результатами Торонтської Алекситимічної шкали (TAS). Це супроводжується зниженням емпатії та тенденцією до механічного виконання професійних обов'язків.

Дослідження за Пітсбурзьким опитувальником якості сну (PSQI) засвідчило, що погіршення сну – через фрагментарність, труднощі засинання та денні дисфункції – посилює емоційне виснаження та знижує професійну продуктивність.

Методика діагностики емоційного вигорання В. Бойко показала, що більшість респондентів перебувають у стадії резистенції або виснаження, що проявляється через емоційну холодність, втрату мотивації та дратівливість. У стадії виснаження спостерігалися найяскравіші ознаки професійного деформування.

Результати за методикою О.О. Рукавішнікова підтвердили високий рівень психічного вигорання, що проявляється у виснаженні, відчутті професійної безпорадності та цинізмі.

Отримані дані засвідчують значний негативний вплив емоційного вигорання на якість життя, емоційний стан і професійну ефективність працівників соціальної сфери. Низька якість сну та труднощі в емоційній регуляції визначено як ключові чинники, що поглиблюють вигорання. Дані результати створили підґрунтя для розробки тренінгової програми із профілактики та подолання професійного вигорання у працівників соціальної сфери.

3. Обґрунтовано необхідність впровадження тренінгової програми в умовах високого рівня емоційного навантаження, з яким стикаються працівники соціальної сфери. Розроблена програма включає арт-терапевтичні техніки, такі як малювання, робота з метафоричними картами, скульптура та

музична терапія, які сприяють гармонізації емоційного стану, розвитку творчого потенціалу та зниженню рівня вигорання.

Проведено аналіз ефективності впровадження програми. Результати апробації засвідчили значне зменшення проявів емоційного вигорання у учасників, що підтверджується як кількісними, так і якісними показниками. Учасники відзначили підвищення мотивації до професійної діяльності, покращення міжособистісних стосунків у колективі та зниження рівня напруженості.

Таким чином, тренінгова програма довела свою ефективність як інструмент профілактики та подолання емоційного вигорання працівників соціальної сфери. Отримані результати свідчать про перспективність інтеграції арт-терапевтичних методик у практику роботи психологів із професійними групами, що працюють у стресових умовах.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Ю.В. Теоретичні аспекти дослідження індивідуальних особливостей емоційних станів в юнацькому віці: *матеріали V Науково-практичної інтернет-конференції Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної практики фахівців в умовах сучасного освітнього простору (26 квітня 2019 р.)* URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/333965236.pdf>
2. Астремська І.В. Основні форми супервізії в соціальній роботі. *Perspective innovations in science, production and transport: materials of the international internet conference (16-26 December 2014)*. Sword. 2014. <https://sword.com.ua/konfer37/257.pdf>
3. Астремська І.В. Супервізія : профілактика та корекція емоційного вигорання працівників професій допомоги : монографія. Миколаїв. : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили. 2024. 132 с.
4. Балакірева К.О. Профілактика синдрому емоційного вигорання: методичні рекомендації для спеціалістів соціальних служб / програма розвитку ООН; проект «Підтримка реформ соціального сектору економіки». URL: [https://www.slideshare.net/undpukraine/ss39374686?next\\_slideshow=39374686](https://www.slideshare.net/undpukraine/ss39374686?next_slideshow=39374686)
5. Барабанова М.В. Вивчення психологічного змісту синдрому «емоційного вигорання». *Психолог*. 2020. №1. С. 54–58.
6. Булах І.В. Психологічні чинники емоційного вигорання у майбутніх психологів. Київ. 2022. 67 с.
7. Бутиліна О., Радченко Н. Розвиток soft skills як чинник підвищення ефективності діяльності соціальних працівників. *SOCIOPROSTIR*. 2020. № 9. С. 38–45.
8. Варгата О.В., Кулешова О.В., Міхеєва Л.В. Психологічні чинники професійного вигорання педагогів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 75. С. 68–71.
9. Вірна Ж.П. Життєстійкість як фактор збереження здоров'я і психологічної безпеки в умовах військового часу. *Science and society: trends of*

- interaction : collective monograph*. California : GS Publishing Services. 2023. 271 p.
10. Гірченко О.Л., Буковська О.О. Просоціальна спрямованість та поведінка особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2019. №47. С. 124–127.
  11. Главацька О.Л. Попередження та подолання професійного вигорання соціальних працівників. *Науковий вісник Ужгородського університету. Сер. Педагогіка. Соціальна робота*. Вип. 2. 2019. С. 41–45.
  12. Говорун М.В. Диференціація понять «професійне вигорання» та «професійна деформація» в діяльності педагогічних працівників загальноосвітніх навчальних закладів для розумово відсталих учнів. *Наук. час. НПУ ім. М.П. Драгоманова. Корекційна педагогіка та психологія: зб. наук. праць*. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова. 2011. №19. С. 226–229.
  13. Гоулдман Д. Емоційний інтелект; пер. з англ. С.Л. Гумецької. Х. : Віват. 2022. 512 с.
  14. Дзюба К. Профілактика професійного вигорання. *Психолог*. 2023. №8. С. 24–25.
  15. Денищук І.П. Попередження емоційного вигорання та підвищення стресостійкості педагогів під час війни. *Імідж сучасного педагога*. 2023. №3. С. 89–95.
  16. Дударьов В.В. Форми попередження професійного вигорання соціальних працівників : *матеріали доповідей та повідомлень міжнародної науково-практичної конференції «Соціологія та соціальна робота в умовах національних та регіональних викликів» (27 вересня 2019)*. Ужгород. С. 29–30.
  17. Емоційне вигорання педагогів. Методичні рекомендації. : методичний кабінет відділу освіти Сумської районної державної адміністрації. 2016. 60 с.
  18. Емоційне вигорання та професійний стрес серед працівників соціальних сфер під час кризових подій: пандемії та воєнного конфлікту *Ukrainian Journal of Occupational Health*. 2023. № 3. С. 172–180.
  19. Івасюк А. Генеза емоційного вигорання особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. Вип. 78. С. 71–80.

20. Карагодіна О.Г., Байдарова О.О. Запровадження супервізії у соціальній роботі: бар'єри та ресурси. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія: збірник Черніг. нац. технол. ун-т.* Чернігів : ЧНТУ. 2014. №1. С. 29–36.
21. Карамушка Л.М., Гнускіна Г.В. Психологія професійного вигорання підприємців: монографія. Київ : Логос. 2018. 198 с.
22. Киселиця О.М., Богданюк А.М., Гуліна Л.В., Свекла Р.М. Прогнозування та запобігання синдрому професійного вигорання і хронічної втоми учителів фізичної культури. *Молодий вчений.* 2018. № 3. С. 89–92.
23. Колтунович Т.А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія». Івано-Франківськ. 2016. 352 с.
24. Корольчук М.С., Корольчук В.М., Березовська Л.І. Професійне вигорання працівників освіти : монографія. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т. 2017. 304 с.
25. Конституція України 254к/96-ВР від 01.01.2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>
26. Льошенко О., Кондратьєва В. Діагностика, профілактика, корекція синдрому «емоційного вигорання». *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2021. Вип. 10. С. 105–112.
27. Лящ О.П., Яцюк М.В. Теоретична модель професійного вигорання педагогів закладу інтернатного типу. *Габітус. Соціальна психологія. Юридична психологія.* Вип. 20. 2020. С. 245–250.
28. Машак С. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ.* 2012. Вип. 2. С. 444–452.
29. Медведєв В.С. Юридико-психологічний зміст та особливості діяльності слідчого Національної поліції України. *Теорія і практика сучасної психології.* 2019. № 3. С. 5–9.

30. Метельська Н. Вплив емоційного вигорання на розвиток професійної самосвідомості педагогічних працівників. *Психологія і особистість*. 2015. № 1. С. 97–108.

31. Мушкевич М.І. Супервізія: навчальний посібник (до курсу «Супервізія»). Луцьк. : Вежа-Друк. 2022. 188 с.

32. Олійник І.В. Причини виникнення та профілактика синдрому професійного вигорання у педагогів. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Педагогічні науки. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2017. № 1. С. 118–125.

33. Павелко А.В. Професійне вигорання працівників органів прокуратури. Професійний розвиток та становлення особистості сучасного фахівця в умовах освітнього простору: *матеріали X Всеукр. студ. наук.-практ. конф. (19-20 лист. 2020 р.)* / за ред. Р. П. Попелюшко. Хмельницький. 2020. С. 115–117.

34. Пахомов І.В. Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти: навчальний посібник. Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України. 2024. 114 с.

35. Перхайло Н. Попередження професійного вигорання майбутніх фахівців соціальної сфери. *Педагогіка та психологія: збірник наукових праць*. Харків. 2016. Вип. 55. С. 204–210.

36. П'янківська Л.В. Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України. К. : Національна академія внутрішніх справ. 2019. <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-piankivska.pdf>

37. Рідкодубська Г.А. Професійне вигорання соціальних працівників. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. № 1. 2020. С. 266–271.

38. Сіроха Л.В. Професійне вигорання працівників правничих професій в період їх професійного становлення. *Теорія та практика сучасної психології*.

2019. №2. С. 129–134.

39. Тавровецька Н. Взаємозв'язок професійного вигорання педагогів з особливостями ціннісно-сміслової сфери і життєвої позиції. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць*. 2020. № 49. С. 296–321.

40. Федорик В.В. Вплив особистісних особливостей здобувачів вищої освіти на здатність до ефективного подолання стресу. *Нові педагогічні виміри професійного розвитку майбутніх учителів: сучасні реалії та виклики : матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції* (15 листопада 2023 р.). Бердянськ. : БДПУ. 2023. С. 59–63.

41. Федорчук Т.Ю., Можаровська Т.В. Теоретичні аспекти психологічних особливостей адаптації працівників. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. Вип. 2. С. 65–68.

42. Фурман А., Підгурська М. Історія соціальної роботи: навч. посібник. Тернопіль : ТНЕУ. 2014. 174 с.

43. Шевчук В.В. Сучасні підходи до визначення категорії «емоційне вигорання». *Габітус*. 2020. Вип. 17. С. 141–145.

44. Шкраб'юк В., Білик Д. Емоційне вигорання особистості: психологічний аналіз проблеми. *Молодий вчений*. 2020. Вип. 10. С. 293–296.

45. Шкуро К.В. Педагогічна супервізія як дієвий метод профілактики емоційного вигорання. *Філософія і культура в мінливості сьогодення: метаріали всеукраїнських читань з нагоди Всесвітнього дня філософії*. (24 листопада 2020 р.). Дніпро. 2020. С. 84–87.

46. Якимчук О. Психологічні особливості професійного вигорання особистості. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія Психологічні науки*. Вип. 16. 2021. С. 110–119.

47. Bouchamma Y., Giguère M., April D. Pedagogical Supervision: A Competency Standards Framework. *Leadership and Policy in Schools*. London. UK: Rowman & Littlefield. 2020. Vol. 20. № 2. P. 332–334.

48. Cooke, G.P., Doust, J.A., & Steele, M.C. A survey of resilience,

burnout, and tolerance of uncertainty in Australian general practice registrars. *BMC Medical Education*. 2013.

49. Daumiller M., Rinas R., Hein J., Janke S., Dickhäuser O., Dresel M. Shifting from face-to-face to online teaching during COVID-19: The role of university faculty achievement goals for attitudes towards this sudden change, and their relevance for burnout/engagement and student evaluations of teaching quality. *Comput. Hum. Behav.* 118. 2021. P. 106–677. doi: 10.1016/j.chb.2020.106677.

50. Davies C, Knuiman M, Rosenberg M. The art of being mentally healthy: a study to quantify the relationship between recreational arts engagement and mental well-being in the general population.

51. Epstein E.G., Haizlip J., Liaschenko J., Zhao D., Bennett R., Marshall M.F. Moral distress, mattering, and secondary traumatic stress in provider burnout: A call for moral community. *AACN Adv. Crit. Care.* 31. 2020. P. 146–157. doi: 10.4037/aacnacc2020285.

52. Freudenberger H., Richelson G. Burnout: The high cost of high achievement. NY Garden City: Ancor Press. 1980. 214 p.

53. Grant, L., Kinman, G., & Alexander, K. (2014). What's all this talk about emotion? Developing emotional intelligence in social work students. *Social Work Education*. Vol. 33(7). P. 874–889.

54. Grow H.M., McPhillips H.A., Batra M. Understanding physician burnout. *Curr. Probl. Pediatric Adolesc. Health Care*. Vol. 49. 2019. pp. 100-656. doi: 10.1016/j.cppeds.2019.100656.

55. Haddadi, P., & Besharat, M. A. (2010). Resilience, vulnerability and mental health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. Vol. 5. P. 639–642.

56. Han S., Shanafelt T.D., Sinsky C.A., Awad K.M., Dyrbye L.N., Fiscus L.C., Trockel M., Goh J. Estimating the attributable cost of physician burnout in the United States. *Ann. Intern. Med.* 170. 2019. P. 784–790. doi: 10.7326/M18-1422.

57. Herrera C. R. The burnout in workers of a general hospital. *Martin et al. X World Congress of Psychiatry*. Madrid, 1996. Vol. 2. P. 356.

58. Hjemdal, O., Friberg, O., Stiles, T.C., Rosenvinge, J. H., &

Martinussen, M. Resilience predicting psychiatric symptoms: A prospective study of protective factors and their role in adjustment to stressful life events. *Clinical Psychology and Psychotherapy*. 2006. № 13. P. 194–201.

59. Hurley, D.J., Martin, L., & Hallberg, R. Resilience in child welfare: A social work perspective. *International Journal of Child, Youth and Family Studies*. 2015. № 4. P. 259–279.

60. Kapoulitsas, M., & Corcoran, T. Compassion fatigue and resilience: A qualitative analysis of social work practice. *Qualitative Social Work*, 2015. № 14. P. 86–101.

61. Keleman M., Surmman E., Dikomitis L. Cultural animation in health research: an innovative methodology for patient and public involvement and engagement. *Health Expect* 2018. <https://doi.org/10.1111/hex.12677>.

62. Lloyd Ch., King R., Chenoweth L.I. (2011) Social Work, Stress and Burnout: A Review. *Journal of Mental Health*, (11): P. 255–265.

63. Lee J., Choi MY, Kim YB, Sun J, Park EJ, Kim JH, et al. Art therapy based on appreciation of famous paintings and its effect on distress among cancer patients. *Qual Life Res* 2017. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1473-5>.

64. Maslach C., Leiter MP. The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it. San Francisco: Jossey-Bass. 1997.

65. Monti DA, Kash KM, Kunkel EJ, Moss A, Mathews M, Brainard G, et al. Psycho-social benefits of a novel mindfulness intervention versus standard support in distressed women with breast cancer. *Psych-Onc* 2013. <https://doi.org/10.1002/pon.3320>.

66. Olson, K., Kemper, K. J., & Mahan, J. D. (2015). What factors promote resilience and protect against burnout in first-year pediatric and medicine-pediatric residents? *Journal of Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*. doi:10.1177/2156587214568894.

67. Panisoara I.O., Lazar I., Panisoara G., Chirca R., Ursu A.S. Motivation and continuance intention towards online instruction among teachers during the

COVID-19 pandemic: The mediating effect of burnout and technostress. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. Vol. 17. 2020. P. 80-102. doi: 10.3390/ijerph17218002.

68. Pooley J.A., & Cohen L. (2010). Resilience: A definition in context. *Australian Community Psychologist*. 22(1). P. 30–37.

69. Pressley T. Factors contributing to teacher burnout during COVID-19. *Educ. Res.* 50. 2021. P. 25–327. doi: 10.3102/0013189X211004138.

70. Simionato G., Simpson S., Reid C. Burnout as an ethical issue in psychotherapy. *Psychotherapy*. 56. 2019. P. 470–482. doi: 10.1037/pst0000261.

71. Tucknott-Cohen T, Ehresman C. Art therapy for an individual with late stage dementia: a clinical case description. *Art Ther* 2016. <https://doi.org/10.1080/07421656.2016.1127710>.

72. WHO Regional Office for Europe. Intersectional action: art, health and well-being. 2019b, [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0015/413016/Intersectoral-action-between-the-arts-and-health-v2.pdf?ua1/41](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0015/413016/Intersectoral-action-between-the-arts-and-health-v2.pdf?ua1/41).

73. Woolhiser Stallings J. Collage as a therapeutic modality for reminiscence in patients with dementia. *Art Ther* 2010. <https://doi.org/10.1080/07421656.2010.10129667>.