

УДК 159.944.4:364-43

Н. В. Коляда, к. психол. н.,
Н. М. Теслик, к. психол. н.,
С. М. Король, к. політ. н.

ПРЕВЕНТИВНА ПРОФІЛАКТИКА ВИГОРАННЯ У ПРОФЕСІЙНОМУ САМОЗБЕРЕЖЕННІ ЗДОРОВ'Я СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ ТА ПСИХОЛОГІВ

Актуальність теми дослідження. Проблема збереження оптимального напруження праці вимагає розробки більш концептуальних шляхів в області соціально-психологічного дослідження.

Постановка проблеми. Результати аналізу наукової літератури з питань стану здоров'я осіб працездатного віку свідчать, що проблема дотримання професійних основ самозбереження не знайшла належного висвітлення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанням підготовки і професійного становлення соціальних працівників присвячені праці С. Архипової, Л. Гуслякової, Б. Келасьєва, І. Козубовської, Г. Лактіонова, Л. Міщик, В. Полищук, В. Сластьоніна, С. Тетерського, В. Фокіна, С. Чистякової, Н. Шмельової. Проблематику професійного вигорання у представників різних професій досліджували зарубіжні та вітчизняні психологи: В. Бойко, Н. Водоп'янова, С. Джексон, К. Маслач, Г. Каплан, І. Куш, Г. Робертс, В. Семеніхіна, К. Черніс, А. Юрєв; соціальні працівники та педагоги – Т. Марек та Г. Пономарьова.

Виділення недосліджених частин загальної проблеми. Невирішеним залишається питання соціально-психологічної сутності внутрішніх механізмів, реалізації базових аспектів самозбереження в процесі трудової діяльності для запобігання професійного вигорання.

Постановка завдання. Професійні основи самозбереження вимагають наукового розгляду крізь призму проблем професіоналізму, ергономіки та професійної освіти.

Виклад основного матеріалу. У статті розглядаються питання самозбереження населення працездатного віку та піднімається проблема професійного вигорання соціальних працівників та психологів зокрема. Представлені результати дослідження професійного вигорання. Цей аспект професійної діяльності є запорукою успішної професіоналізації, визначає рівень психічного і соматичного здоров'я працівників соціально-психологічної сфери.

Висновки. Встановлено наближення показників редукції професіоналізму до порогового високого рівня. Визначено найвищі показники досліджених соціальних працівників за критеріями «розширення сфери економії емоцій» та «емоційне вибіркоче реагування».

Ключові слова: професійне вигорання; самозбереження; фактори емоційного вигорання; психокорекція.

N. V. Koliada, Candidate of Psychological Sciences,
N. M. Teslyk, Candidate of Psychological Sciences,
S. M. Korol, Candidate of Political Sciences

PREVENTION OF THE PROFESSIONAL BURNOUT IN TERMS OF THE SOCIAL WORKERS AND PSYCHOLOGISTS HEALTH CARE

Urgency of the research. The problem of maintaining optimal labor intensity is deciding the development of more conceptual paths in the field of socio-psychological research.

Target setting. The results of the analysis of the scientific literature for the health status of working age persons indicate that the problem of adherence to the professional foundations of self-preservation has not been adequately covered.

Actual scientific researches and issues analysis. Issues of the preparation and professional development of social workers are studied in the works of S. Arkhipova, L. Guslyakova, B. Kelyaseeva, I. Kozubovskaya, G. Laktionova, L. Myshchik, V. Polischuk, V. Slastonina, S. Tetersky, V. Fokin, C. Chistyakova, N. Shmeleva. Foreign and domestic psychologists studied the issue of professional burnout among the representatives of different professions: V. Boyko, N. Vodopianova, S. Jackson, K. Maslach, G. Kaplan, I. Kushch, G. Roberts, V. Semenykhina, K. Chernys, A. Yurev; social workers and educators - T. Marek and G. Ponomarev.

Uninvestigated parts of general matters defining. *The issue of the socio-psychological nature of internal mechanisms, the implementation of the basic aspects of self-preservation in the process of labor activity to prevent professional burn-out remains unresolved.*

The research objective. *Professional basics of self-preservation require a scientific examination through the prism of professionalism, ergonomics and professional education.*

The statement of basic materials. *The article examined the issue of self-preservation of the working population and studied the problem of professional burnout of social workers and psychologists. The results of the study of professional burnout are presented. This aspect of professional activity is the key to successful professionalization, determines the level of mental and physical health of the workers of the socio-psychological sphere.*

Conclusions. *The indicators of the reduction of professionalism are approaching a high threshold. The highest rates among social workers are established by the criteria «expansion of the economy of emotions» and «emotional selective response».*

Keyword: professional burnout; self-preservation; factors of emotional burn-out; psychocorrection.

DOI: 10.25140/2412-1185-2019-1(13)-7-12

Актуальність теми дослідження. Питання самозбереження здоров'я працівників соціальної сфери на сьогодні розглядається як пріоритетний напрямок державної політики та досліджень соціально-психологічної безпеки у зв'язку із погіршенням фізичного, психологічного, соціального та економічного стану здоров'я населення України.

На сьогодні в Україні спостерігаються загрозливі темпи зростання захворюваності, у тому числі професійної, передчасної смертності населення працездатного віку. Так, згідно результатів «Щорічної доповіді про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України» за аналізований період з 1989-2015 р.р. в Україні передчасно померло близько 4 млн осіб віком від 15 до 59 років [8]. Характер негативного впливу професійної діяльності на рівень психологічного і соматичного здоров'я у системі «людина – людина» відображається в документах Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ). Так, показники смертності населення працездатного віку в Україні за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я в Україні вищі у 2–4 рази, ніж у країнах ЄС.

Взагалі, професійна діяльність і здоров'я мають тісний взаємозв'язок, оскільки професійна діяльність може як сприяти здоров'ю, так і погіршувати його. А власне, здоров'я визначається тим, наскільки людина може зберегти свою працездатність, надійність у різних умовах, чи володіє захисними та компенсаторними психологічними механізмами, наскільки здатна зберегти свою ідентичність в умовах виробничих конфліктів, стресів та криз професійного розвитку.

У роботі під редакцією Г. Нікіфорова зазначається, що причина стресової ситуації полягає в наявності певних специфічних соціально-психологічних чинників, які діють протягом усієї професійної діяльності і негативно впливають не лише на стан здоров'я, але й на ефективність самореалізації працівника у цілому [6].

Можна припустити, що зміни, які відбулися у нашому суспільстві упродовж останнього десятиріччя, зумовили загострення старих і виникнення нових суспільних проблем. Вони потребують комплексного вирішення у сфері соціального захисту, психолого-педагогічної підтримки різноманітних груп населення, забезпечення готовності майбутніх працівників соціальної сфери до протидії емоційному та професійному вигоранню.

В середньому кожен педагог вищої школи виконує близько п'ятдесяти функціональних обов'язків: науковця, дослідника, викладача, методиста, куратора, вихователя, консультанта, популяризатора тощо [2]. Багатоманітність професійних завдань властива і соціальним працівникам.

У сучасних соціально-економічних і політичних умовах, що склалися в Україні, в ситуації високих вимог до конкурентоспроможності фахівців, проблема збереження оптимального напруження праці, яке б забезпечувало високу ефективність роботи і попередження такого негативного стану, як професійне вигорання, є вкрай актуальною.

Постановка проблеми. Результати аналізу наукової літератури з питань стану здоров'я осіб працездатного віку свідчать, що проблема дотримання професійних основ самозбереження, як важливий компонент процесу формування професійних компетентностей майбутнього фахівця,

не знайшла належного висвітлення у науковій літературі. Нині не існує загальної концепції основ самозбереження працівників соціальної сфери та психологів зокрема, спрямованої на зменшення професійного вигорання. Як наслідок, виникають суперечності між потребою у висококваліфікованих працівниках соціальної сфери і рівнем їхньої професійної підготовки; реальним і необхідним рівнем професійних компетентностей і станом професійної безпеки в умовах трудової діяльності.

Зазначені актуальні проблеми і зумовили визначення аспектів запобігання професійного вигорання у руслі професійного самозбереження здоров'я соціальних працівників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанням підготовки і професійного становлення соціальних працівників присвячені праці учених-педагогів С. Архипової, Л. Гусякової, Б. Келасьєва, І. Козубовської, Г. Лактіонова, Л. Міщик, В. Поліщук, В. Сластьоніна, С. Тетерського, В. Фокіна, С. Чистякової, Н. Шмельової та ін.

Що стосується методів діагностики та вияву синдрому професійного вигорання у представників різних професій, то цю проблематику досліджували зарубіжні та вітчизняні психологи, а саме: В. Бойко, Н. Водоп'янова, С. Джексон, К. Маслач, Г. Каплан, І. Куш, Г. Робертс, В. Семеніхіна, К. Черніс, А. Юрєв; соціальних працівників – Т. Марек; педагогів – Г. Пономарьова та ін.

Виділення недосліджених частин загальної проблеми. Інтенсифікація професійної діяльності працівників соціальної сфери, інформаційні, комунікативні, емоційні перевантаження, виснаження адаптивних ресурсів актуалізують проблему самозбереження фізичного та психічного здоров'я, забезпечення стійкості до професійно зумовлених захворювань і розладів, зокрема, професійного вигорання.

Передумовами формування професійного вигорання можуть виступати: висока відповідальність, покладена на них з боку суспільства, психічні перевантаження, дисбаланс між затратами та винагородою тощо. Але відкритим залишається питання про внутрішні механізми і аспекти самозбереження в процесі трудової діяльності для запобігання виникненню такого явища, як «професійне вигорання».

Постановка завдання. Поняття «професійні основи самозбереження» недостатньо представлене у тематиці робіт з проблем професіоналізму, ергономіки, психології праці та професійної освіти. Проте саме професійне самозбереження, як запорука успішної професіоналізації, визначає рівень психічного і соматичного здоров'я працівників соціально-психологічної сфери.

Виклад основного матеріалу. Вперше термін «вигорання персоналу» (англ. – «staff burnout») та його тлумачення як психологічного феномена, властивого фахівцям так званих «допомагаючих професій» (helping professions), запропонував Г. Бредлі ще у 1969 році. Науковець, використовуючи термін, описав особливості поведінки офіцерів, які керували програмою впливу на умовно засуджених неповнолітніх правопорушників [9].

В аналізі літературних джерел, проведеного Т. Форманюк, зазначається, що група науковців на чолі з А. Шафрановою упродовж 1923–1925 рр. також вивчали динаміку працездатності вчителів і виявила умови та механізми їх професійної дезадаптації, латентні особистісні чинники, які впливають на формування «психічної втоми» педагогів [7].

Пізніше, у 1974 році, американський психіатр Г. Дж. Фройденбергер став автором першої наукової концепції вигорання персоналу («stuff burn-out»). Цим терміном науковець позначав психічний стан людей, які постійно перебувають у емоційно перевантаженій атмосфері у зв'язку з тим, що їх професійна діяльність вимагає інтенсивного спілкування, а саме вигорання пов'язане з певними особистісними характеристиками суб'єкта [10].

Соціально-психологічні дослідження вигорання започаткувала у 1976 р. К. Маслач, яка розробила перші валідні й надійні методики психодіагностики цього феномена. Науковець назвала його терміном «burn-out» (припинення вигорання), який сьогодні є найбільш поширеним. У її концепції професійне вигорання – це не втрата творчого потенціалу, а швидше синдром фізичного та емоційного виснаження, що виникає на тлі стресу у процесі міжособистісного спілкування [4]. За словами К. Маслач, емоційне вигорання, яке є причиною професійного вигорання, фактично, – це розплата за співчуття. Результати наукових пошуків К. Маслач склали основу соціально-психологічного підходу до проблеми вигорання, відповідно до якого воно тлумачиться як порушення психіки у межах норми, як стан з симптомами емоційного, розумового та фізичного виснаження.

І. Пиголенко доводить, що профілактику майбутнього емоційного вигорання представників соціальної сфери варто розпочинати у період відбору та адаптації молодих працівників [5]. Однак, на нашу думку, потребує уваги саме етап професійного становлення особистості, набуття необхідних компетентностей.

Отже, визначення і обґрунтування психологічних умов корекції професійного вигорання соціальних працівників і психологів вимагає розкриття не лише сутності та специфічних характеристик цього стану, але й виявлення особливостей зв'язку професійного вигорання з особистісними властивостями, які впливають на його формування.

Підготовка майбутніх соціальних працівників та психологів у Сумському державному університеті забезпечується на принципах дуальної освіти. На регулярній основі студенти проходять практичне навчання на різноманітних базах практики. Зокрема, громадська організація «Шанс» здійснює соціальний патронаж таких вразливих прошарків суспільства, як наркозалежні особи, ВІЛ-інфіковані, хворих на туберкульоз тощо. Клієнти Державної установи Центр пробачії в Сумській області отримують змогу успішної ресоціалізації після дострокового звільнення з місць позбавлення волі чи у разі відбування покарання умовно. Як і представники інших соціальних закладів, персонал цих установ відверто висловлює побоювання щодо особистого професійного вигорання. У 2017-2018 роках студентами Сумського державного університету проведена діагностика рівня професійного та емоційного вигорання працівників цих установ.

Діагностика рівня професійного вигорання серед соціальних працівників за опитувальником К. Маслач свідчить про помірні показники емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції професіоналізму. Опитувальник також містить діагностику емоційного виснаження, що описує емоційний тонус індивіда, ступінь афективної лабільності та наявність зацікавленості та позитивного ставлення до оточуючих.

Найменшою мірою низький рівень подолано за показником «деперсоналізація», що свідчить про відсутність емоційної байдужості та відстороненості, а також емпатичність соціальних працівників.

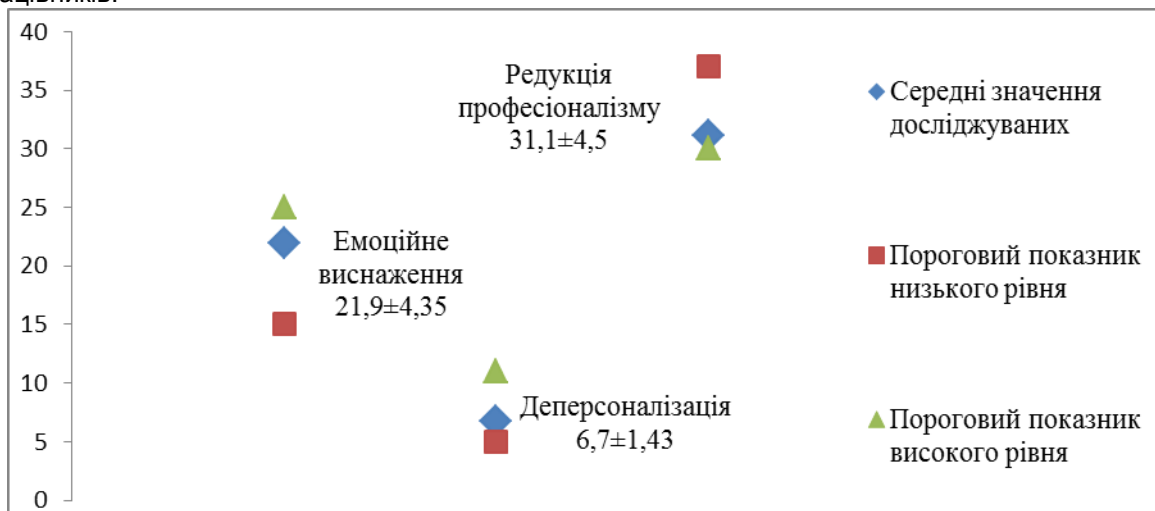


Рис. 1. Показники професійного вигорання соціальних працівників

Привертає увагу наближення показників редукції професіоналізму до порогового високого рівня (Рис. 1). Можна висунути припущення, що йдеться про усвідомлення працівниками себе як фахівця, необхідності підкріплення професійної мотивації. У той же час, основними факторами, що визначають появу професійного вигорання, на думку ряду вчених, є особистісні, рольові та організаційні [2]. Так, в роботі Т. Колтунович у своїй роботі відзначається, що швидкість розвитку професійного вигорання залежить, насамперед, від особистісних особливостей фахівця: нетовариськість, сором'язливість, емоційна нестійкість, імпульсивність, реактивність і агресивність [3]. Не менш важливе значення для розвитку професійного вигорання має соціально-психологічний клімат і чіткість організаційної структури колективу, стиль керівництва, особливості

розподілу функціональних обов'язків серед працівників, наявна конкуренція, невизначена за змістом багатогодинна робота, управлінські дії керівництва, які не відповідають змісту роботи [9].

Згідно з В. Бойко, професійне вигорання – це «синдром фізичного й емоційного виснаження, включаючи розвиток негативної самооцінки, негативного ставлення до роботи і втрату розуміння та співчуття до іншої людини»; «це не втрата творчого потенціалу, не реакція на нудьгу, а реакція виснаження, що виникає на тлі стресу, викликаного міжособистісним спілкуванням» [1, с. 89]. У даній концепції емоційне вигорання виокремлюється як вироблений особистістю механізм психологічного захисту у вигляді повної або часткової відсутності емоційного реагування у відповідь на психотравмуючий вплив. Крім того, професійне вигорання, на думку автора, виникає внаслідок довготривалих стресів середньої інтенсивності і може проявлятися у вигляді фізичного й емоційного виснаження, втрату інтересу до професії та життя у цілому.

Для виявлення рівня емоційного вигорання проведено дослідження соціальних працівників за опитувальником В. Бойко. На основі даної методики виявляють 3 фази розвитку стресу:

1. Рівень «напруження» виявляє наявність стресу у повсякденній діяльності опитаних, чи притаманне відчуття «загнаності», перевтоми, невдоволення собою тощо. Середній показник досліджуваних працівників соціальної сфери за цією фазою – $18,62 \pm 11,84$ б. У всіх опитуваних ця фаза не сформована, що можна вважати позитивним показником, оскільки є загрозливим фактором, який може провокувати проблеми зі здоров'ям та професійною самореалізацією.

2. Рівень «резистенції» означає перехід від поглибленого стресового стану до зміни звичних емоційних реакцій. Тобто людина на цій фазі може поводитися не типово для себе з метою зменшити рівень напруження, що загрожує ефективності професійної самореалізації співробітника.

Середній показник групи $42,15 \pm 14,82$ б., що є нормативним варіантом. Однак серед досліджуваних саме цей показник виражений найвідчутніше. Серед досліджуваних у 69% досліджуваних ця фаза у стадії формування, тобто є передумови для подальшого формування, а також у 1 опитованого показник у незначній мірі вище норми.

3. Рівень «виснаження» – найглибша стадія розвитку емоційного вигорання, яка свідчить про особистісні зміни внаслідок перенапруження. Серед досліджуваних відсутні працівники, у яких сформувалася дана фаза. Середній показник групи – $23,23 \pm 12,26$ б.

Найвищі показники досліджуваних соціальних працівників зафіксовані у критеріях «розширення сфери економії емоцій» та «емоційне вибіркоче реагування», що описують підсвідоме прагнення менше показувати свої реакції іншим, щоб уникнути можливої образи. На нашу думку, йдеться про необхідність оволодіння навичками самоаналізу.

Отже, аналіз наукової літератури і представлені результати дослідження свідчать про перевагу соціологічних та хронометражних методів вивчення умов праці й відсутність методики оцінки праці соціальних працівників і психологів згідно гігієнічної класифікації праці за напруженістю трудового процесу. Гостро постає проблема соціально-гігієнічного обґрунтування умов праці, визначення соціальних та психофізіологічних детермінант професійного вигорання. Залишається відкритим питання визначення професійних факторів ризику та всебічної оцінки психофізіологічних особливостей і фізіологічних реакцій організму працівників соціальної сфери та психологів. Таким чином, усвідомлення сутності феномену професійного вигорання, розуміння його закономірностей є першоосновою профілактики, ранньої самодіагностики та самокорекції цього явища.

У роботі Т. Колтунович вже визначено низку методологічних принципів корекційної роботи. А саме: принцип *системності корекційно-розвивальних і профілактичних завдань*, який вказує на необхідність врахування завдань корекційного, профілактичного та розвивального рівнів; принцип *єдності корекції та діагностики*, реалізація якого полягає, з одного боку, у необхідності здійснення комплексної, ретельної діагностичної роботи, що передує корекції та на основі результатів якої формуються мета і завдання останньої, а з іншого – діагностика проводиться впродовж корекційної роботи з метою контролю за динамікою та визначення ефективності психокорекційної програми; *пріоритетність корекції каузального типу* (цей принцип передбачає усунення причин, які призводять до формування чи розвитку того чи іншого негативного стану, якості, властивості); *діяльнісний*, що вказує на необхідність організації активної, цілісної, осмисленої діяльності учасників у процесі психокорекційної роботи; *врахування індивідуальних особливостей учасників*, що полягає в обліку та врахуванні індивідуально-психологічних особливостей учасників корекційної програми, їхньої мотивації,

інтересів, здібностей, цінностей тощо; *комплексність методів психологічного впливу* (зазначений принцип вказує на необхідність використання усього багатства методів, засобів, технік практичної психології у процесі корекційної роботи); *активне залучення найближчого соціального оточення учасників до участі в корекційній програмі* [5, с. 148-149].

Висновки. Застосування сучасних психолого-педагогічних інновацій, форм і методів роботи соціального спрямування покращить рівень індивідуального здоров'я людини, що насамперед, вплине на зростання рівня працездатності, зокрема, за рахунок профілактики професійної захворюваності. В умовах ринкової конкуренції надійність, витривалість, працездатність, готовність платити високу психоенергетичну «ціну» за професійний успіх стають показником якості професійної майстерності працівника.

Подальші перспективи дослідження вбачаємо у вияві та дослідженні впливу фактору професійної компетентності з метою професійного самозбереження фахівця та подолання негативних тенденцій професійного вигорання.

Література

1. Бойко, В. В. Синдром «емоціонального вигорання» в професіональному общении / В. В. Бойко. - СПб. : Питер-Пресс, 1999. - 210 с.
2. Китаев-Смык, Л. А. Факторы напряженности творческого процесса / Л. А. Китаев-Смык // Вопросы психологии. - 2007. - № 3. - С. 69-82.
3. Колтунович, Т. А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Т. А. Колтунович. - Івано-Франківськ, 2016. - 352 с.
4. Маслач, Х. Професійне вигорання: як люди справляються [Електронний ресурс] / Х. Маслач. - Режим доступу : <http://www.top-personal.ru>.
5. Пиголенко, І. В. Емоційне вигорання фахівців із соціальної роботи РЦСССДМ / І. В. Пиголенко, І. А. Месьянінова // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Політологія. Соціологія. Право. - 2012. - № 3. - С. 108-112.
6. Психология здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. - СПб. : Питер., 2003. - 607 с.
7. Форманюк, Т. В. Синдром «емоціонального сгорання» как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т. В. Форманюк // Вопросы психологии. - 1994. - № 6. - С. 57-64.
8. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2014 рік / за ред. О. Квіташвілі. - К. : МОЗ України, 2015. - 460 с.
9. Bradley, H. B. Community-based treatment for young adult offenders [Electronic resource] / H. B. Bradley // Crime and Delinquency. -1969. - № 15. - P. 359-370. - Access mode :<http://cad.sagepub.com/content/15/3/359.short>.
10. Freudenberg, H. J. Staff burn-out / H. J. Freudenberge // *Journal of Social Issues*. - 1974. - Vol. 30. - P. 159-165.

References

1. Boyko, V. V. (1999). *Sindrom «emotsionalnogo vygoraniya» v professionalnom obshchenii* [Burnout Syndrome in Professional Communication]. Saint Petersburg, Piter-Press [in Russian].
2. Kitayev-Smyk, L. A. (2007). *Faktory napryazhennosti tvorcheskogo protsesssa* [Factors of tension of the creative process]. *Voprosy psikhologii – Psychology Issues*, 3, 69-82 [in Russian].
3. Koltunovich, T. A. (2016). *Psikhologichni umovi korektsii profesijnogo vighorannya u vikhovateliv dityachikh navchalnikh zakladiv* [Psychological conditions of correction of professional burnout among the teachers of children's educational institutions]. *Candidate's thesis*. Ivano-Frankivsk [in Ukrainian].
4. Maslach, Kh. (n.d.). *Profesiine vyhorannia: yak liudy spravliaiutsia* [Professional burnout: how people handle it]. www.top-personal.ru. Retrieved from <http://www.top-personal.ru> [in Ukrainian].
5. Pyholenko, I. V., Miesianinova, I. A. (2012). *Emotsiine vyhorannia fakhivtsiv iz sotsialnoi roboty RTsSSSDM* [Emotional burnout of specialists in social work of RCSSSMM]. *Visnyk Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu Ukrainy «Kyivskiy politekhnichnyi instytut»*. *Politolohiia. Sotsiolohiia. Pravo – Bulletin of the National Technical University of Ukraine "Kyiv Polytechnic Institute"*. *Politology. Sociology. Law*, 3, 108-112 [in Ukrainian].
6. Nikiforova, G. S. (Eds.). (2003). *Psihologiya zdorovya* [Psychology of health]. Saint Petersburg: Piter [in Russian].
7. Formanyuk, T. V. (1994). *Sindrom «emotsionalnogo sgoraniya» kak pokazatel professionalnoy dezadaptatsii uchitelya* [Emotional burnout syndrome as an indicator of teacher's professional maladjustment]. *Voprosy psikhologii – Psychology Issues*, 6, 57-64 [in Russian].
8. Kvitashvili, O. (Eds.). (2015). *Shchorichna dopovid pro stan zdorovia naselennia, sanitarno-epidemichnu sytuatsiiu ta rezultaty diialnosti systemy okhorony zdorovia Ukrainy 2014* [Annual report on the state of health of the population, sanitary and epidemiological situation and results of the health care system of Ukraine. 2014]. Kyiv: Ministry of Health of Ukraine [in Ukrainian].
9. Bradley, H. B. (1969). Community-based treatment for young adult offenders. *Crime and Delinquency*, 15. Retrieved from <http://cad.sagepub.com/content/15/3/359.short> [in English].
10. Freudenberg, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165 [in English].

Надійшла 21.11.2018

Бібліографічний опис для цитування :

Коляда, Н. В. Превентивна профілактика вигорання у професійному самозбереженні здоров'я соціальних працівників та психологів / Н. В. Коляда, Н. М. Теслик, С. М. Король // Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія. – 2019 – № 1 (13) – С. 7-12.