

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2024.3.8>

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ РОБОТИ В УМОВАХ ВІЙНИ: ДОСЛІДЖЕННЯ ВТОМИ ВІД СПІВЧУТТЯ У ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ

Оверчук Вікторія Анатоліївна,

доктор економічних наук,
кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри кризової та клінічної психології
Навчально-наукового інституту психології
Донецького національного університету імені Василя Стуса
<https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>
Scopus Author ID: 57220080361
Researcher ID: AAY-4666-2020

Суханова Олена Олександрівна,

здобувачка 2-го курсу СО Магістр
кафедри кризової та клінічної психології
Навчально-наукового інституту психології
Донецького національного університету імені Василя Стуса
<https://orcid.org/0009-0004-2591-8413>

У статті розглядається проблема втоми від співчуття, яка є актуальною у сучасній психології, особливо в умовах військових конфліктів. Психологи, що працюють з травмованими клієнтами, зазнають ризику емоційного виснаження, що може мати негативні наслідки для їх професійної діяльності та психічного здоров'я. Метою даного дослідження є вивчення особливостей прояву втоми від співчуття серед психологів, які працюють в кризових умовах, та розробка стратегій для її подолання.

Для досягнення мети застосовано комплекс методів: теоретичний аналіз літератури, опитування психологів за допомогою спеціалізованих шкал

(шкала втоми від співчуття та задоволення Б. Х. Стемма, шкала психологічного стресу PSM-25 Лемура-Тесьє-Філіона, опитувальник «Втрати та придбання персональних ресурсів» Н. Водоп'янової, М. Штейна), а також статистичну обробку даних.

Результати дослідження показали, що більшість психологів, які працюють з травмованими людьми, зазнають певного рівня втоми від співчуття, професійного вигорання та вторинного травматичного стресу. Виявлено статистично значущий зв'язок між рівнем професійного задоволення та показниками стресу, вигорання і вторинного травматичного стресу. З'ясовано, що психологи з вищим рівнем особистісних ресурсів менш схильні до стресу.

Отже, втома від співчуття становить серйозну проблему для фахівців, що може негативно впливати як на самих психологів, так і на їхніх клієнтів. Для її подолання необхідно розробляти та впроваджувати ефективні стратегії підтримки психологів, включаючи програми психологічної допомоги, навчання навичкам самопомоги та створення сприятливих умов праці.

Ключові слова: втома від співчуття, емоційне виснаження, професійне вигорання, кризові ситуації, психологічний стрес, ресурси.

Overchuk Victoria, Sukhanova Olena. Psychological consequences of working in war conditions: a study of compassion fatigue in practicing psychologists

Compassion fatigue is an urgent issue for modern psychology, especially in the context of armed conflict. Psychologists, working with traumatized people, are at risk of emotional exhaustion, which can adversely affect their professional life and health. This study is aimed at identifying the features of the manifestation of compassion fatigue in psychologists working in a crisis, and developing strategies to overcome it.

To achieve the goal of the study, a set of methods was used: theoretical analysis of the literature, interviewing psychologists using specialized scales (B. Kh. Stemm's scale of compassion and satisfaction fatigue, Lemur-Tesyе-Fillion PSM-25 scale of psychological stress, N. Vodopya-

nova's questionnaire "Loss and acquisition of personal resources," M. Stein) and statistical data processing.

The results of the study showed that most psychologists working with traumatized people experience a certain level of fatigue from compassion, burnout and secondary traumatic stress. A statistically significant relationship between professional satisfaction and the level of stress, burnout and secondary traumatic stress has been established. Psychologists with high levels of resources are less stressed than those with fewer resources.

Consequently, compassion fatigue is a serious problem for psychologists, which can lead to negative consequences for both the specialists themselves and their clients. To overcome this phenomenon, it is necessary to develop and implement effective strategies for supporting psychologists, including psychological assistance programs, self-help skills training and creating favorable working conditions.

Key words: compassion fatigue, emotional exhaustion, professional burnout, crisis situations, psychological stress, resources.

Постановка проблеми. Сучасна психологічна практика, особливо в умовах збройного конфлікту, ставить перед фахівцями безпрецедентні виклики. Психологи, надаючи допомогу постраждалим від війни, піддаються високому ризику емоційного виснаження. Вони не лише слухають історії клієнтів, але й емоційно залучаються до їхнього болю, що може призвести до виснаження їхніх власних ресурсів, що в результаті призводить до втоми від співчуття. Незважаючи на актуальність цієї проблеми для світової психологічної спільноти, дослідження втоми від співчуття у українських психологів, які працюють в умовах війни, залишаються недостатньо вивченими.

Мета дослідження полягає у вивченні психологічних особливостей втоми від співчуття у психологів, які надають допомогу в кризових ситуаціях, та розробці стратегій для її ефективного подолання.

Виклад основного матеріалу. Такий феномен, як «втома від співчуття», не є чимось новим і недослідженим. Ці механізми є частиною людської психіки. Втома від співчуття – це складне психологічне явище, яке виникає внаслідок постійного контакту з чужим стражданням і набуває особливого значення в умовах військового конфлікту.

Для багатьох психологів втома від співчуття вважається частиною роботи. Хоча різні науковці, дослідники використовують різні визначення втоми від співчуття, зазвичай її визначають як дистрес, пов'язаний із пацієнтами, які страждають, які перебувають в ситуації хронічного стресу, які переживають втрати близьких, руйнування нубанного і майбутнього,

що призводить до виснаження, депресії, страху, гніву та відчуженості.

Вперше дослідники виявили втому від співчуття в 1970-х роках, коли визнали певні психологічні симптоми серед працівників охорони здоров'я та соціальних служб [1; 2]. Термін «втома від співчуття» вперше був використаний у 1992 році Джойнсоном, який визначив це як втрату медичними працівниками здатності піклуватися про своїх пацієнтів через інтенсивне робоче навантаження та складні стани та потреби своїх пацієнтів, вони переживали відчуття втоми, депресії, злості, неефективності, апатичності та відчуженості. У 1995 році Фіглі описав втому від співчуття, він розглядав її як «вартість догляду», як вторинний травматичний стресовий розлад із симптомами, подібними до посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Втома від співчуття багатьма авторами часто ототожнюється з вигоранням. Хоча ці два феномени пов'язані та можуть співіснувати, вони не є тотожними. У той час як дистрес втоми від співчуття пов'язаний виключно із наданням психологічної допомоги клієнтам, вигорання є хронічним стресом, який пов'язаний із загальними вимогами роботи та браком ресурсів; воно характеризується емоційним виснаженням, деперсоналізацією та відсутністю почуття особистого досягнення. Вигорання може бути наслідком спроб задовольнити численні вимоги, з якими стикаються психологи, наприклад, психологічна допомога родичам зниклим без вісті/загиблих під час бойових дій. При цьому психологи знаходяться в умовах часових обмежень, великих навантажень, відсутності про-

фесійної та соціальної підтримки тощо. І втома від співчуття, і вигорання можуть призвести до виснаження, безпорадності, розчарування, самотності, тривоги та депресії. Деякі дослідники припускають, що втома від співчуття може призвести до вигорання, тоді як інші вважають вигорання компонентом втоми від співчуття.

Втома від співчуття відноситься до реакцій, які виникають внаслідок надмірного впливу терапевта на страждання клієнта: людську жорстокість, війни, катастрофи, втрати, хвороби, згвалтування, коли спроби допомогти іншому виявляються безуспішними, залишаючи допомагаючого фахівця з почуттями провини і професійної невдачі [3]. Це особливо важливо для молодих спеціалістів, адже багато з них приходять у професію з завищеними очікуваннями та амбіціями. Зіткнення з реальністю, робочою рутинною та конфліктами на місці роботи можуть призвести до втоми, що, в свою чергу, знижує якість виконуваної роботи, збільшує кількість помилок і сприяє високій плинності кадрів. Фахівці наголошують, що у такий спосіб наша психіка захищається: вона створює ніби непроникний бар'єр між трагічними подіями і людиною, яка їх споглядає. При цьому людина все ще визнає всю жахливість трагічної події, проте не відчуває у зв'язку з цим сильних емоцій. Цей стан більше характерний для жінок тому, що вони частіше працюють у дбайливих ролях [4].

Існує думка серед дослідників цього феномену, що причина втоми від співчуття полягає в недостатній емпатії та співчутті до себе. Співчуття до себе передбачає турботу і підтримку в моменти страждання, навіть якщо це страждання виникає через особисті невдачі чи недоліки. Така людина розуміє свої переживання, не піддаючи їх критиці [5].

Фактори ризику розвитку втоми від співчуття включають брак досвіду, відсутність чітких меж між роботою та особистим життям, відсутність психологічної та соціальної підтримки, відсутність самосвідомості та відчуття поганої професійної підготовки, недостатність необхідних професійних навичок. Інші потенційні причини втоми від співчуття включають велике робоче навантаження, високу

інтенсивність роботи, недостатній час для відпочинку, відсутність визнання, допомоги клієнтам із складними, травматичними запитами тощо. Втома від співчуття також може виникати через інтерналізовану провину, якщо психолог інтерналізує нездатність допомогти клієнту.

Втома від співчуття є проявом трьох основних видів реакцій на дистрес: фізіологічні реакції (соматичні симптоми та виснаження); афективнокогнітивні реакції (ірраціональні установки, емоційне та мотиваційне виснаження); поведінкові реакції (зниження професійної мотивації та продуктивності, дистанціювання від професійних обов'язків) [6].

Виділяють стадії розвитку «втоми від співчуття»: 1) ентузіазм; 2) стагнація; 3) розчарування; 4) апатія [7].

Таким чином, втома від співчуття – це не просто втома. Це стан, який може призвести до серйозних наслідків для психолога. Почуття вигорання, коли кожна нова сесія стає все важчою, а емпатія поступово згасає. Зниження самооцінки та відчуття безсилля перед обличчям чужого страждання. А іноді – навіть розвиток депресії та тривожних розладів [1; 2]. Окрім цього, дане явище характеризується також змінами звичайної поведінки, безсонням або сонливістю, підвищеними конфліктністю та дратівливістю, байдужістю до роботи та її результатів та ін [8]. Крім того, можуть істотно обмежитися функціональні навички (концентрація уваги, ясність судження, прийняття рішень) і навички міжособистісного спілкування, які лежать в основі психічного здоров'я, професійної та освітньої практики [3; 9].

Втома від співчуття призводить до «глибоких змін в ядрі самості терапевта», що включає в себе зміну сприйняття терапевтом власного Я, інших та світу, і це може мати негативні наслідки для етичної та професійної практики терапевта [10].

Як ми зазначали вище, фахівці також виділяють терміни «вторинна травма» та «вигорання», вказуючи на зв'язок між цими явищами та їх схожість з втомою від співчуття. Вважається, що людина може одночасно відчувати один або кілька з цих станів [11]. Ще однією особливістю втоми від співчуття, на відміну від вигорання, є те, що вона може початися раптово,

вона менш передбачувана, а вигорання (виснаження) зазвичай розвивається поступово, це тривала реакція на хронічні емоційні та міжособистісні стресори (часто пов'язані з роботою), яке важче піддається лікуванню [12].

При проведенні дослідженні нами було використано три методики, які дозволяють виявити наявність втоми від співчуття у практичних психологів шляхом аналізу отриманих результатів: тест на втому від співчуття та задоволення Б.Х. Стемм; шкала психологічного стресу PSM-25 Лемура-Тесьє-Філіона; опитувальник «Втрати та придбання персональних ресурсів» Н. Водоп'янової, М. Штейн. Вибіркову сукупність дослідження склали психологи, які працюють із проблематикою кризових станів та в інших сферах психологічної діяльності не менше 2 років. Це 42 жінки та 18 чоловіків віком від 25 до 45 років. 39 учасників працюють із кризовими станами, а 21 – у інших сферах психологічної діяльності.

Результати дослідження. На основі отриманих результатів за методикою оцінки втоми від співчуття та професійного задоволення за Б. Х. Стеммом, можна зробити кілька важливих висновків. Більшість учасників дослідження (63%) продемонстрували середній рівень професійного задоволення, що вказує на наявність факторів, які заважають їм досягти повного задоволення від роботи.

Лише 26% респондентів мали високий рівень задоволення, а 11% – низький. Це свідчить про те, що значна частина психологів стикається з труднощами, які обмежують їхній професійний комфорт та задоволення від роботи. Середній рівень професійного вигорання був виявлений у 53% учасників, що може свідчити про наявність помірного емоційного виснаження. Водночас, 36% респондентів мали низькі показники вигорання, що свідчить про їхню більшу стійкість до стресових факторів на роботі. Однак, 11% респондентів виявили високий рівень вигорання, що вказує на значні проблеми з емоційним виснаженням. Найбільша частка учасників (71%) отримала середні показники за шкалою вторинного травматичного стресу, що свідчить про наявність певних ознак цього стану. Високий рівень вторинного

стресу було виявлено у 16% респондентів, що є тривожним сигналом, оскільки цей стан може негативно впливати на їхню професійну діяльність та особисте благополуччя. Низькі показники були зафіксовані лише у 13% учасників.

Таким чином, результати дослідження демонструють, що більшість психологів мають середній рівень професійного задоволення, вигорання та вторинного травматичного стресу. Це вказує на наявність певного рівня емоційного виснаження та стресу, пов'язаного з роботою з клієнтами, зокрема з тими, що мають травматичний досвід. Особлива увага повинна бути приділена фахівцям, які мають високі показники вигорання та вторинного травматичного стресу, оскільки це може негативно впливати як на їхню професійну діяльність, так і на їхній особистий стан.

За результатами дослідження, проведеного за допомогою шкали психологічного стресу PSM-25 Лемура-Тесьє-Філіона, встановлено, що більшість опитаних психологів (76%) демонструють середній рівень стресу, що свідчить про їхню здатність ефективно справлятися з професійними навантаженнями. Проте 9% респондентів мають високий рівень стресу, що вказує на потребу в додатковій підтримці та втручаннях, спрямованих на зниження стресового навантаження. Інші 15% учасників демонструють високу стійкість до стресу, що вказує на наявність у них потужних внутрішніх ресурсів для подолання професійних труднощів.

З метою глибшого розуміння отриманих результатів було проведено статистичну обробку даних за допомогою критерію рангової кореляції Спірмена. Кореляційний аналіз показав наступне: виявлено середній кореляційний зв'язок між показниками професійного задоволення та вигорання ($r_s = 0,667$, $p \leq 0,05$), що вказує на те, що підвищення професійного задоволення може бути пов'язане зі зниженням рівня вигорання; існує сильний значимий кореляційний зв'язок між показниками професійного задоволення та вторинного травматичного стресу ($r_s = 0,511$, $p \leq 0,01$), що свідчить про те, що підвищене задоволення від професійної діяльності також знижує ризик виникнення вторинного травматичного стресу; значний кореля-

ційний зв'язок між показниками вигорання та вторинного травматичного стресу ($r_s = 0,832$, $p \leq 0,01$) вказує на те, що високий рівень вигорання суттєво сприяє підвищенню рівня вторинного травматичного стресу.

Таким чином, результати кореляційного аналізу вказують на статистично значущі зв'язки між професійним задоволенням, вигоранням та вторинним травматичним стресом. Професійне задоволення виявляється як важливий захисний фактор, що допомагає знизити рівень стресу у психологів, тоді як вигорання та вторинний травматичний стрес є значущими предикторами підвищеного стресового стану. Це підкреслює необхідність заходів для підвищення професійного задоволення та профілактики вигорання серед практикуючих психологів, особливо тих, хто працює з кризовими станами.

За результатами опитувальника «Втрати та придбання персональних ресурсів» Н. Водоп'янової та М. Штейн, було виявлено, що більшість практикуючих психологів (77%) мають достатній рівень особистісних ресурсів для ефективного подолання стресових ситуацій. Ця група відзначається оптимістичним світоглядом і здатністю успішно вирішувати проблеми, що свідчить про високу стійкість до стресу. Психологи, які мають середній рівень ресурсів (21%), демонструють здатність впоратися з певними труднощами, але їм може бути необхідна додаткова підтримка у складніших ситуаціях. Найменша група (5%) характеризується дефіцитом ресурсів, що спричиняє підвищений ризик професійного вигорання та труднощі з адаптацією до стресових умов.

Кореляційний аналіз, проведений з метою визначення залежності між рівнем особистісних ресурсів і рівнем стресу у практикуючих психологів, показав наявність тісного взаємозв'язку між цими показниками (табл.1). Зокрема, психологи з високим рівнем ресурсів менш схильні до стресу, що підтверджує їхню здатність ефективно протистояти стресовим факторам. Психологи із середнім рівнем ресурсів займають проміжне положення щодо стресової стійкості, тоді як найвразливішими до стресу є фахівці з низьким рівнем ресурсів. Ці результати підкреслюють

важливість розвитку особистісних ресурсів як ключового фактора стресостійкості у професійній діяльності психологів.

Таблиця 1

Значущі кореляційні зв'язки між показниками методик дослідження

	Високий рівень стресу	Середній рівень стресу	Низький рівень стресу
Високий рівень ресурсності	0,457	0,374	-0,671
Середній рівень ресурсності	0,455	0,556	0,24
Низький рівень ресурсності	0,869	0,494	0,872

Висновки. Таким чином, результати дослідження виявили високий рівень втоми від співчуття в цієї категорії фахівців, що підкреслює критичність цієї проблеми. Нами було встановлено статистично значущий зв'язок між рівнем професійного задоволення, стресу та наявністю особистісних ресурсів, що вказує на важливість внутрішніх і зовнішніх чинників у формуванні стресостійкості та запобіганні професійному вигоранню.

Отримані результати підкреслюють необхідність розробки та впровадження цільових програм підтримки для психологів, які працюють з клієнтами які переживають кризові стани, особливо в умовах військового протистояння. Ці програми мають бути спрямовані на профілактику емоційного вигорання та забезпечення психологічного благополуччя фахівців, що дозволить не лише зберегти їхнє психічне здоров'я, але й підвищити якість психологічної допомоги постраждалим від збройних конфліктів [13].

Результати дослідження також відкривають нові перспективи для подальших наукових пошуків. Зокрема, доцільно вивчати довгострокові наслідки втоми від співчуття для психологів та їхніх клієнтів, розробляти більш деталізовані та ефективні програми профілактики і лікування цього явища. Крім того, особливу увагу варто приділити дослідженню впливу соціокультурних факторів на розвиток втоми від співчуття в умовах збройного конфлікту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гридковець Л. (ред.) та ін. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Т. 3. Київ, 2018. 236 с.
2. Наговські Е., Вигорання А. Стратегія боротьби з виснаженням удома та на роботі: пер. з англ. С. Новикової. Харків: Книжковий клуб, КСД, 2021. 320 с.
3. Журавльова Н.Ю. Особливості формування підтримуючих стосунків у психотерапевтичній роботі з сім'ями ветеранів. *Особливості стосунків «психотерапевт – клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі*: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос та ін.; за ред. З. Г. Кісарчука. К.: Видавничий Дім «Слово», 2017. С. 129–154. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708934> (дата звернення: 28.09.2024).
4. Вознесенська О. Л. Профілактика емоційного вигорання фахівців, що працюють з травмами війни. *Робота з травмами війни. Український досвід: матеріали Першої всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Київ, 28–31 березня 2018 р.) / за наук. ред. Л. А. Найдюнової, В. В. Савінова. Київ: Золоті ворота, 2018. С. 26–32.
5. Neff K. Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2 (2), 2003. 85–101.
6. Perlman B., Hartman E. A. Burnout: Summary and Future and Research. *Human relations*. 1982. V. 35 № 4.
7. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник. Т. 3. Заг. ред. Л. Гридковець. Колектив авторів: Л. Гридковець, Т. Вебер, Н. Журавльова, О. Запорожець, О. Климишин, Д. Креймейер, А. Мокроусова, Н. Пророк, Н. Сиротич, Т. Сіренко, Л. Царенко, Н. Шапошник. Загальне керівництво проектом: Л. Малогулко. Київ, 2018. 236 с.
8. Вознесенська О. Л. Профілактика емоційного вигорання фахівців, що працюють з травмами війни. *Робота з травмами війни. Український досвід: матеріали Першої всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Київ, 28–31 березня 2018 р.) / за наук. ред. Л. А. Найдюнової, В. В. Савінова. К.: Золоті ворота, 2018. С. 26–32.
9. Агаєв Н. А. Характерні ознаки основних негативних психічних станів військовослужбовців під час ведення бойових дій. *Наукові записки Національного університету Острозька академія. Серія: Психологія*. 2016. Вип. 4. С. 46–53. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2016_4_6 (дата звернення: 10.10.2024).
10. Збродько Т. І. Психотерапія в умовах війни: етичні аспекти. *Збірник тез всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму*, м. Київ, 30 червня 2022. С. 167–170.
11. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога постраждалим унаслідок травмивних подій: досвід, узагальнення, висновки. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Вип. 11. Т. 3: Консультативна психологія і психотерапія. Київ: Логос, 2015. С. 7–20.
12. Kizilhan J.I., Neumann J. The Significance of Justice in the Psychotherapeutic Treatment of Traumatized People After War and Crises. *Front Psychiatry*. 2020 Jun 19.
13. Збродько Т. І. Психотерапія в умовах війни: етичні аспекти. *Збірник тез всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму* (м. Київ, 30 червня 2022). С. 167–170.

REFERENCES:

1. Hrydkovets, L. et al. (red.) (2018). *Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy* [Fundamentals of rehabilitation psychology: overcoming the consequences of the crisis]. Navchalnyi posibnyk. T. 3. Kyiv. 236 p. [in Ukrainian].
2. Nagovski, E., & Vyhorannia, A. (2021). *Stratehiia borotby z vysnazhenniam udoma ta na roboti* [Strategy to combat exhaustion at home and at work]: per. z anhl. S. Novikovoï. Kharkiv: Knyzhkovyi klub, KSD. 320 p. [in Ukrainian].
3. Zhuravlova, N.Iu. (2017). *Osoblyvosti formuvannia pidtrymuiuchykh stosunkiv u psykhoterapevtychnii roboti z simiamy veteraniv. Osoblyvosti stosunkiv "psykhoterapevt – kliient" u suchasnomu sotsiokulturnomu seredovyshchi* [Features of the formation of supportive relationships in psychotherapeutic work with families of veterans. Features of the relationship "psychotherapist – client" in the modern socio-cultural environment]: monohrafiia / Z. H. Kisarchuk,

Ya. M. Omelchenko, H. P. Lazos ta in.; za red. Z. H. Kisarchuka. K.: Vydavnychi Dim "Slovo". S. 129-154. Retrieved from: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708934> (data zvernennia: 28.09.2024) [in Ukrainian].

4. Voznesenska, O. L. (2018). Profilaktyka emotsiinoho vyhoriannia fakhivtsiv, shcho pratsiuut z travmamy viiny [Prevention of emotional burnout of specialists working with the trauma of war]. *Robota z travmamy viiny. Ukrainskyi dosvid: materialy Pershoi vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (m. Kyiv, 28–31 bereznia 2018 r.) / za nauk. red. L. A. Naidonovoi, V. V. Savinova. Kyiv: Zoloti vorota. S. 26–32 [in Ukrainian].

5. Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2 (2), P. 85–101. [in English].

6. Perlman, B., & Hartman, E. A. (1982). Burnout: Summary and Future and Research. *Human relations*. V. 35 № 4. [in English].

7. Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy (2018). [Fundamentals of rehabilitation psychology: overcoming the consequences of the crisis]: navchalnyi posibnyk. T. 3. Zah. red. L. Hrydkovets. Kolektyv avtoriv: L. Hrydkovets, T. Veber, N. Zhuravlova, O. Zaporozhets, O. Klymyshyn, D. Kreimeier, A. Mokrousova, N. Prorok, N. Syrotych, T. Sirenko, L. Tsarenko, N. Shaposhnyk. Zahalne kerivnytstvo proektom: L. Malohulko. Kyiv. 236 p. [in Ukrainian].

8. Voznesenska, O. L. (2018). Profilaktyka emotsiinoho vyhoriannia fakhivtsiv, shcho pratsiuut z travmamy viiny [Prevention of emotional burnout of specialists working with the trauma of war]. *Robota z travmamy viiny. Ukrainskyi dosvid: materialy Pershoi vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (m. Kyiv, 28–31 bereznia 2018 r.) / za nauk. red. L. A. Naidonovoi, V. V. Savinova. K.: Zoloti vorota. P. 26–32 [in Ukrainian].

9. Ahaiev, N. A. (2016). Kharakterni oznaky osnovnykh nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovosluzhbovtiv pid chas vedennia boiovykh dii [Characteristic signs of the main negative mental states of military personnel during the conduct of hostilities]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu Ostrozka akademiia. Seriia: Psykholohiia*. Vyp. 4. S. 46–53. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2016_4_6 (data zvernennia: 10.10.2024) [in Ukrainian].

10. Zbrodtko, T. I. (2022). Psykhoterapiia v umovakh viiny: etychni aspekty [Psychotherapy in war: ethical aspects]. *Zbirnyk tez vseukrainskoho mizhvidomchoho psykholohichnoho forumu*, m. Kyiv, 30 chervnia 2022. P. 167–170 [in Ukrainian].

11. Kisarchuk, Z. H. (2015). Psykholohichna dopomoha postrazhdalym unaslidok travmivnykh podii: dosvid, uzahalnennia, vysnovky [Psychological assistance to victims of traumatic events: experience, generalization, conclusions]. *Aktualni problemy psykholohii: zb. nauk. prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuks NAPN Ukrainy*. Vyp. 11. T. 3: Konsultatyvna psykholohiia i psykhoterapiia. Kyiv: Lohos. P. 7–20 [in Ukrainian].

12. Kizilhan, J.I., & Neumann, J. (2020). The Significance of Justice in the Psychotherapeutic Treatment of Traumatized People After War and Crises. *Front Psychiatry*. Jun 19. [in English].

13. Zbrodtko, T. I. (2022). Psykhoterapiia v umovakh viiny: etychni aspekty [Psychotherapy in war: ethical aspects]. *Zbirnyk tez vseukrainskoho mizhvidomchoho psykholohichnoho forumu* (m. Kyiv, 30 chervnia 2022). S. 167–170 [in Ukrainian].