

УДК 159.942.22

М. І. Стасюк

Received: December 02, 2016

Revised: February 20, 2017

Accepted: March 12, 2017

МОНІТОРИНГ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПЕДАГОГА

У статті висвітлено питання психологічного моніторингу емоційних станів педагога. Указано, що педагогічна діяльність характеризується напруженням, великою кількістю стрес-факторів, тому моніторинг емоційних станів є передумовою професійного зростання педагога і запобігає виникненню професійних деформацій. Психологічний моніторинг розглядається як складна організаційна технологія фіксації, аналізу й узагальнення інформації про емоційні стани педагога задля виявлення тенденцій та закономірностей його професійно-особистісного розвитку. Під час проектування психологічного моніторингу емоційних станів педагога здійснено постановку проблеми і завдань, пошук і апробацію засобів моніторингу, організацію експертних процедур з подальшим аналізом та підготовкою рекомендацій. Показано, що завдяки циклічності, оперативності, прогностичності моніторинг сприяє пошуку резервів активізації особистісного потенціалу, підвищенню ефективності діяльності, особистісному зростанню педагога у всіх сферах його життя. Об'єктивність отриманих даних забезпечено наявністю зворотного зв'язку, психологічного інструментарію, який дає змогу відстежувати та фіксувати результати на контрольних (вхідному і підсумковому) етапах моніторингу, можливістю перевірки й оцінки стану професійного зростання, його відстеження за колегіально створеним еталоном та прогнозування подальшого професійно-особистісного розвитку педагога. За допомогою комплексу психодіагностичних методик виявлено особливості емоційно-мотиваційних станів досліджуваних, зокрема мотивації досягнення успіху, вираження фрустрованості, напруження, резистенції й виснаження. Розглянуто фрустрацію і стрес як першопричини виникнення проблем педагогів у професійній сфері: фрустрація супроводжується розчаруваннями, відчаєм, тривогою, озлобленістю й негативно впливає на життєдіяльність організму, виснажує нервову систему, стрес характеризується негативними емоційними переживаннями, захисними реакціями, нервово-психічним напруженням тощо. Обґрунтовано важливість відстеження та психологічної корекції негативних емоційних станів педагога як передумови їхнього професійного зростання. За допомогою методів математичної статистики, зокрема кутового перетворення Фішера (ϕ^*), підтверджено ефективність запропонованої системи психокорекційних заходів на вхідному й підсумковому етапах психологічного моніторингу емоційних станів педагога.

Ключові слова: психологічний моніторинг, емоційна сфера, емоційні стани, педагог, професійна діяльність, фрустрація, стрес.

Stasiuk M. I. Monitoring of Teachers' Emotional Sphere. In the article it is highlighted the issue of psychological monitoring of emotional conditions of a pedagogue. It is indicated that pedagogical activity is characterized by tension, great amount of stress-factors that is why monitoring of emotional conditions is a precondition of professional growth of the pedagogue and prevents the occurrence of occupational deformations. Psychological monitoring is examined as a complex organizational technology of fixation, analysis and generalization of information on emotional conditions of the pedagogue for identifying trends and regularities of his or her professional and personal development. While planning the psychological monitoring of emotional conditions of the pedagogue it was carried out formulation of problems and tasks, search and testing of monitoring tools, organization of expert procedures with further analysis and preparation of recommendations. It is shown that thanks to cyclicity, promptness, predictability monitoring contributes to finding reserves of activation of personal potential, increasing activity efficiency, personal growth of the pedagogue in all the spheres of his or her life. The objectivity of the obtained data was ensured by the presence of feedback, psychological tools which allow monitoring and recording the results at control (initial and final) stages of monitoring, the possibility of checking and assessing the state of professional growth, its monitoring according to a collectively created model and predicting of further professional and personal development of the pedagogue. With the help of the complex of psycho-diagnostic methods it was revealed the peculiarities of emotional and motivational conditions of the examined, in particular, motivation to success achievement, expressing frustration, tension, resistance and exhaustion. Frustration and stress are observed as the root causes of pedagogues' problems in the professional sphere: frustration is accompanied by disappointment, despair, anxiety, anger and negatively affects functioning of the organism, exhausts the nervous system. Stress is characterized by negative emotional experience, defensive reactions, nervous and psychological tension, etc. It is grounded the importance of monitoring and psychological correction of negative emotional conditions of the pedagogue as a precondition of his or her professional growth. With the help of the methods of mathematical statistics, in particular, angular transformation of Fisher (φ^*), it is proved the effectiveness of the suggested system of psycho-correctional events at the initial and final stages of psychological monitoring of emotional conditions of the pedagogue.

Key words: psychological monitoring, emotional sphere, emotional conditions, pedagogue, professional activity, frustration, stress.

Стасюк М. И. Мониторинг эмоциональной сферы педагога. В статье отражен вопрос психологического мониторинга эмоциональных состояний педагога. Указано, что педагогическая деятельность характеризуется напряжением, большим количеством стрессовых факторов, поэтому мониторинг эмоциональных состояний является предпосылкой профессионального роста педагога и предотвращает возникновение профессиональных деформаций. Психологический мониторинг рассматривается как сложная организационная технология

фіксації, аналізу і обобщення інформації об емоціональних стосійнях педагога ради виявлення тенденцій і закономірностей його професійно-личностного розвитку. При проектуванні психологічного моніторингу емоціональних стосійнь педагога здійснена постановка проблеми і завдань, пошук і апробація засійв моніторингу, організація експертних процедур з послідуємим аналізом і підготовкою рекомендацій. Показано, що благодаря циклічності, оперативності, прогнозуванню моніторинг спосібствует пошуку резервів активізації личностного потенціала, підвищенню ефективності діяльності, личностному росту педагога во всіх областях його життя. Об'єктивність отриманих даних забезпечена наявністю зворотного зв'язу, психологічного інструментарію, який дає можливість відслідковувати і фіксувати результати на контрольних (входному і итоговому) етапах моніторингу, можливістю перевірки і оцінки стосійня професійного росту, його відслідковування за колегіально створеним еталоном і прогнозування послідуємого професійно-личностного розвитку педагога. З допомогою комплексу психодіагностических методик виявлені особливості емоціонально мотиваційних стосійнь дослідюваних, в частині мотивації досягнення успіха, вираження фрустрації, напруження, резистенції і вичощення. Розглянуто фрустрація і стрес як первопричини виникнення проблем педагогів в професійній сфері: фрустрація супроводжується розчаруванням, відчаїєм, тривогою, озлобленістю і негативно впливає на життєдіяльність організму, вичощає нервну систему, стрес характеризується негативними емоціональними переживаннями, захисними реакціями, нервно-психічним напруженням і тому подібне. Обосновано важливість відслідковування і психологічної корекції негативних емоціональних стосійнь педагога як передумовки їх професійного росту. З допомогою методів математическої статистики, в частині улового превращення Фішера (F^*), підтверджено ефективність запропонованої системи психокорекційних заходів на входному і итоговому етапах психологічного моніторингу емоціональних стосійнь педагога.

Ключевые слова: психологічний моніторинг, емоціональна сфера, емоціональні стосійня, педагог, професійна діяльність, фрустрація, стрес.

Постановка наукової проблеми та її значення. Ефективність навчання та виховання підростаючого покоління значною мірою залежить від педагога, який позитивно ставиться до себе, своєї професії, найближчого оточення, має високий рівень психоемоційного здоров'я, сприяє творчості й індивідуальності у пізнанні та самовираженні, особистісній зрілості й особистісному зростанню кожного учня, використовує пріоритети гуманістично-орієнтованої взаємодії з вихованцями. Конструктивна діяльність педагога залежить від багатьох пе-

редумов: економічного забезпечення, морального й матеріального стимулювань, значущості обраної професії для нього особисто, що проявляється в задоволеності результатами власної діяльності, високій мотивації до досягнення успіху, прагненні до самореалізації та творчості. Водночас, педагогічна діяльність належить до стресогенних, оскільки здійснюється у сфері «людина–людина» і вимагає від педагога високої емоційної стійкості, конструктивних стратегій емоційного реагування, розвинутого самоконтролю і здатності до усвідомленого професійного самозбереження. Саме тому проблема відстеження й психокорекції негативних емоційних станів педагога постає особливо гостро й розглядається як передумова їхнього професійно-особистісного зростання.

Мета дослідження – проаналізувати результативність моніторингу емоційної сфери педагога задля професійної успішності. Основним завданням дослідження була презентація психологічного моніторингу емоційних станів педагога як мотиваційно-рушійної установки професійного зростання.

Методи та методики. У дослідженні використовували *теоретичні* (аналіз проблеми за допомогою вивчення літератури: порівняння, абстрагування, систематизація й узагальнення одержаної наукової інформації з проблеми дослідження); *емпіричні* методи (методика діагностики рівня соціальної фрустрованості (В. Бойко), методика діагностики рівня емоційного вигорання (В. Бойко), методика «Мотивація до успіху» (Т. Елерс) задля вивчення задоволеності педагогом власною освітою, змістом і умовами діяльності, стану його психоемоційного здоров'я, прагнення до успіху; *математичної статистики* (якісний аналіз даних (системний аналіз, якісна інтерпретація), математичні обчислювані методи, кутове перетворення Фішера).

Аналіз досліджень цієї проблеми. Про наявність взаємозв'язку емоційних станів педагога та їхньої професійної діяльності вказували Т. Зайчикова, Л. Карамушка, С. Максименко [6], О. Чебикін [8], акцентуючи увагу на факті зростання з досвідом когнітивних, операційних, методичних компонентів педагогічної діяльності та зменшенні емоційно-мотиваційних. Тому вчасне виявлення, моніторинг емоційних станів педагога – шлях у попередженні професійних проблем і передумова професійного зростання.

Т. Боровкова, Д. Вілмут, М. Грабар, В. Кальней, Т. Лукіна, О. Майоров, І. Морєв, О. Патрикєєва, В. Приходько, С. Шишов та ін. ви-

світлювали проблеми моніторингових досліджень у галузі освіти, де акцентували увагу на особливостях побудови систем оцінювання якості навчання, проблемі перевірки гіпотез та управління освітнім закладом.

Т. Боровкова, І. Морєв [3] вважають моніторинг складним формулюючим феноменом міждисциплінарного характеру, що може бути розглянутий як інформаційна, діагностична, наукова, прогностична система, яка реалізується в управлінській діяльності.

С. Альохіна та М. Битянова [1] розглядають моніторинг як специфічну дослідницьку діяльність, спрямовану на відстеження глибинних причинно-наслідкових зв'язків й інших об'єктивних відносин між реально існуючими явищами та процесами. Окрім того, вважають С. Альохіна та М. Битянова [1], психологічний моніторинг є складною організаційною технологією, а його підготовку технологічно вибудованою послідовністю від складання плану і програми дослідження, обґрунтування вибірки і розподіл її на групи до розробки інструменту, математичної моделі обробки даних та організаційної моделі проведення моніторингу.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Основною метою проведення моніторингу є отримання інформації про якість здійснюваної діяльності, а не пошук істини як у науковому дослідженні. Умовами отримання об'єктивних даних під час моніторингу емоційних станів педагога є наявність зворотного зв'язку, психологічного інструментарію, який дає змогу відстежувати та фіксувати результати на контрольних (вхідному і підсумковому) етапах, можливість перевірки й оцінки стану професійного зростання, його відстеження за колегіально створеним еталоном та прогнозування подальшого розвитку з урахуванням рефлексивного ставлення всіх учасників моніторингу. Саме моніторинг завдяки циклічності, оперативності, прогностичності сприяє пошуку резервів активізації людського фактора, підвищенню ефективності діяльності, особистісному зростанню педагога у всіх сферах його життя.

Невизначеність, кризи й нестабільність, велика кількість контактів, відсутність емоційної розрядки, необхідність бути постійно у формі, невелика кількість можливостей і підтримки, стиль керівництва у навчальному закладі, невпевненість у собі, у власних силах, боязнь поразки висувають підвищені вимоги до психологічної стій-

кості педагогів, тому під час проведення психологічного моніторингу емоційних станів зважаємо на емоційні перевантаження, що дезорганізують творчу діяльність суб'єктів педагогічної діяльності. Систематичне відстеження емоційної сфери педагога здійснювалося задля професійного зростання, а також прогнозування й запобігання стресу та фрустрації як основних дестабілізуючих емоційних станів.

Фрустрація – психічний емоційний стан переживання невдачі, що виникає за наявності уявлених чи реальних нездоланих перешкод на шляху до досягнення мети. Г. Сельє [7] називав фрустрацію стресом нездійсненої надії. Фрустрація супроводжується внутрішніми конфліктами, що негативно впливає на психіку та свідомість педагога, який не може задовольнити свої потреби. Інтрапсихічні конфлікти установок, відносин, ролей призводить до дезорганізації поведінки, порушення «Я-концепції» й самооцінки. Однак, стан фрустрації може виконувати й конструктивну роль у житті особистості, оскільки сприяє актуалізації мети. Д. Зиглер і Л. Х'елл [9] визначають основними причинами виникнення фрустрації відсутність задоволення потреби або бажання, блокування досягнення особистих цілей.

Уважаємо, що вчитель може подолати фрустрацію двома шляхами: деструктивним і конструктивним (рис. 1).

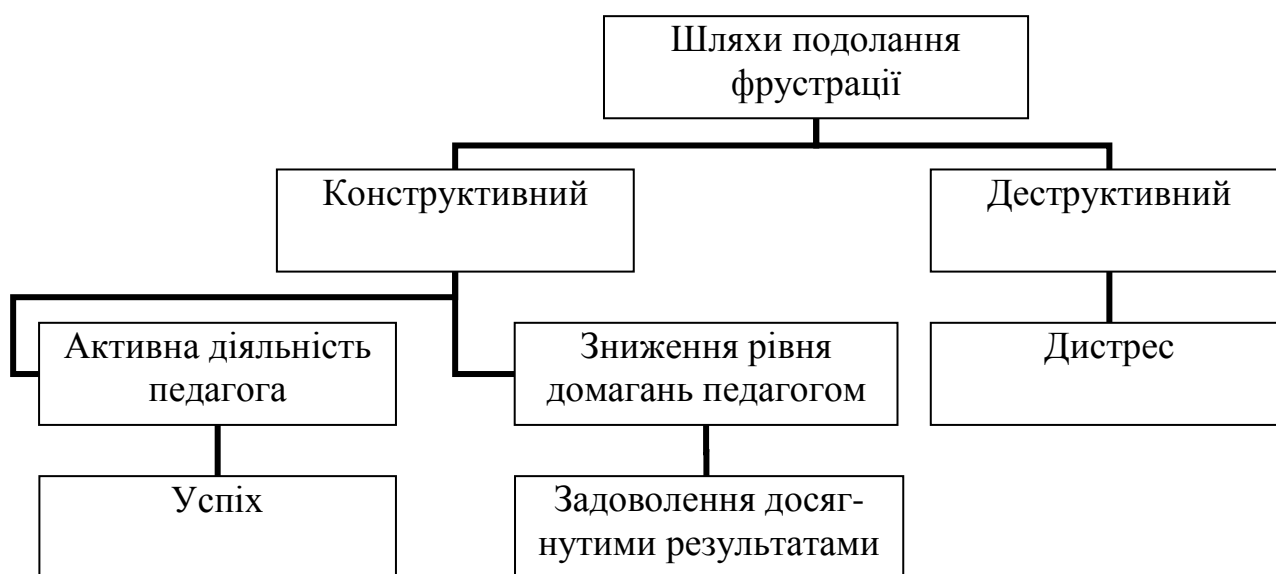


Рис. 1. Особливості подолання фрустрації педагогом

Педагог згортає діяльність щодо поставленої мети у зв'язку із суб'єктивно нездоланими уявленими чи реальними перешкодами, або діє активно і добивається успіху, або зменшує рівень домагань і задовольняється тими результатами, які може максимально досягти.

Н. Водоп'янова [4] вважає, що взаємодія суб'єкта діяльності зі стресогенними ситуаціями під час виконання ним професійних обов'язків залежить від особистісних характеристик, індивідуально-типологічних особливостей (психобіологічної схильності до стресового реагування), соціального статусу особистості, наявності чи відсутності соціально-психологічної підтримки, підготовленості (позитивного досвіду), минулого негативного досвіду травмивних ситуацій тощо.

Індивідуальний прояв стресу визначається усвідомленням педагогом відповідальності за себе й інших у надзвичайній ситуації, власною установкою. В. Бодров [2], М. Савчин [5] та інші вчені зауважують, що низький рівень стресостійкості вказує на нездатність педагога протидіяти стресам та сприяє виникненню негативних наслідків у психічній, соціальній, професійній, поведінковій сферах, тобто дезадаптації, яка призводить до вигорання – стану емоційного, психічного, фізичного виснаження, що розвивається внаслідок хронічного невирішеного стресу на робочому місці. Основними проявами синдрому вигорання на фізичному, психологічному, поведінковому рівнях є болі в спині, гнів та фрустрація, втрата самоповаги, віддалення від друзів та родини, підвищення тиску, втома, депресія, головні болі, адиктивна поведінка, безсоння, часта зміна настрою тощо. Згідні з думкою М. Савчина [5], який вважає, що синдром емоційного вигорання сильніше проявляється в професійно непридатних педагогів.

Гуманістично орієнтовані педагоги мають високий рівень протистояння стрес-факторам, зберігають психічне здоров'я і досягають максимуму власних можливостей, задовольняючи потреби особистісного зростання: цілісності, досконалості, активності, простоти, краси, унікальності, ненапруженості, самовпевненості тощо.

Метамотивований педагог – соціально адаптований, креативний, здатний формувати творчого учня, має потребу у нових знаннях та високий рівень психічного здоров'я як показник компетентності та стресостійкості, приймає та розуміє себе й інших, відповідає за власні дії та їх наслідки, вирізняється інтегрованою поведінкою, творчим підходом до роботи, що навіть в умовах фрустраційної напруженості сприяє врахуванню власних потреб та вимог оточення, співвіднесенню негайних результатів та прогнозуванню наслідків дій тощо.

Для емпіричного підтвердження теоретичних положень було проведене дослідження, інструментарієм якого були методики діагностики рівнів соціальної фрустрованості (В. Бойко), емоційного вигорання (В. Бойко), «Мотивація до успіху» (Т. Елерс). Діагностичні

зрізи здійснювалися на контрольних (вхідному і підсумковому) етапах психологічного моніторингу, протягом якого була упроваджена тренінгова програма, основною метою якої було виявлення стратегій досягнення бажаного результату та перенесення їх в проблемні ситуації задля розкриття потенціалу педагога, його професійного зростання.

Професійне зростання педагогів може відбуватися двома шляхами: стихійно (самостійно) та організовано завдяки участі у тренінгових програмах на засадах добровільності. Експериментальну групу дослідження склали 20 респондентів, решта опитуваних, які з різних причин відмовилися від участі у розвивальній програмі, увійшли до контрольної групи.

Ефективність запропонованої системи заходів психологічного моніторингу перевірялася за допомогою кутового перетворення Фішера (ϕ^*). Висувалися такі статистичні гіпотези:

– H_0 рівень сформованості відповідного досліджуваного показника в експериментальній групі майже не відрізняється від показника контрольної після формувального етапу експерименту;

– H_1 рівень сформованості відповідного досліджуваного показника в експериментальній групі суттєво відрізняється від контрольної після формувального етапу експерименту, тобто запропоновані заходи психологічного моніторингу сприяли покращенню емпіричних результатів.

Здійснювалось порівняння емпіричного значення критерію $\phi^*_{\text{емп.}}$ (2,31, $p < 0,01$) із критичним $\phi^*_{\text{кр.}}$ (2,31, $p < 0,01$; 1,64, $p < 0,05$), які відповідають у психології рівням статистичної значущості: $\phi^*_{\text{емп.}} > \phi^*_{\text{кр.}}$

Після упровадження тренінгу з професійного зростання виявлено респондентів експериментальної групи (15,0%) підвищеного та (15,0 %) високого рівнів фрустрованості, а також педагогів, які задоволені зайнятими позиціями у соціумі завдяки зміні ставлення до досягнутого та наявності (15,0 %) зниженого та (25,0 %) невизначеного рівнів, на відміну від контрольної групи (7,6 % та 13,5 % респондентів відповідно).

Зафіксовано зменшення рівня напруження в педагогів експериментальної групи (65,0 % – низький рівень) порівняно з контрольною (37,6 %). Емоційне напруження у педагогічній діяльності формується у зв'язку з підвищеною відповідальністю, негативною психоемоційною атмосферою й ускладненнями у взаємовідносинах з учнями, їхніми батьками, колегами, адміністрацією тощо.

В експериментальній групі збільшилася кількість респондентів із занадто високим та помірковано високим рівнями мотивації до успіху (30,0 % і 45,0 % відповідно) порівняно з контрольною групою (21,2 % і 27,6 %), що свідчить про зростання адекватного рівня домагань, схильності до розумного ризику, готовності взяти на себе відповідальність, підсилення наполегливості під час досягнення мети.

Між контрольною і експериментальною групами за результатами формувального експерименту зафіксовано статистично значущі відмінності між рівнями фрустрованості й мотивації, напруження, резистенції та виснаження (див. табл. 1).

Таблиця 1

Показники проявів фрустрованості, мотивації, напруження, резистенції та виснаження у контрольній та експериментальній групах

Показник	Експериментальна група		Контрольна група	
	частка опитаних	к-сть (%)	частка опитаних	к-сть (%)
Фрустрованість				
Значення вибірки	6	30,0	98	57,65
Кутове перетворення	1,159		1,724	
Емпіричне значення критерію, $\varphi^*_{\text{емп.}}$	2,390			
Рівень значущості критерію, p	0,01			
Напруження				
Значення вибірки	7	35,0	106	62,35
Кутове перетворення	1,266		1,820	
Емпіричне значення критерію, $\varphi^*_{\text{емп.}}$	2,345			
Рівень значущості критерію, p	0,01			
Резистенція				
Значення вибірки	3	15,0	68	40,0
Кутове перетворення	0,795		1,369	
Емпіричне значення критерію, $\varphi^*_{\text{емп.}}$	2,428			
Рівень значущості критерію, p	0,01			
Виснаження				
Значення вибірки	3	15,0	69	40,59
Кутове перетворення	0,795		1,381	
Емпіричне значення критерію, $\varphi^*_{\text{емп.}}$	2,479			
Рівень значущості критерію, p	0,01			
Мотивація до успіху				
Значення вибірки	15	75,00	83	48,82
Кутове перетворення	2,094		1,547	
Емпіричне значення критерію, $\varphi^*_{\text{емп.}}$	2,314			
Рівень значущості критерію, p	0,01			

Проведений аналіз за окремими показниками (ϕ – критерій кутового перетворення Фішера) виявив такі зміни у фрустрованості, напруженні, резистенції, виснаженні, мотивації: зменшення респондентів із підвищеним і високим рівнями фрустрованості в (30,0 %) експериментальній групі порівняно з контрольною (57,65%) ($\phi = 2,39$, $p < 0,01$), що вказує на підтвердження гіпотези Н1 щодо ефективності заходів психологічного моніторингу. Оскільки підвищилося задоволення педагогів власною професією, собою, то позитивний ефект спостерігається і під час вивчення фаз «синдрому емоційного вигорання»: напруження (35,0 % експериментальна і 62,35 % контрольна ($\phi = 2,345$, $p < 0,01$)), резистенції (15,0 % (експериментальна) і 40,0 % (контрольна) ($\phi = 2,428$, $p < 0,01$)) та виснаження (15,0 % і 40,59 % ($\phi = 2,479$, $p < 0,01$)). Показники мотивації до успіху (високий та надто високий рівні) становлять 75,0 % у експериментальній та 48,82 % у контрольній групах ($\phi = 2,314$, $p < 0,01$), що вказує на позитивний результат – зростання рішучості у невизначених ситуаціях, адекватного (середнього) рівня домагань, збільшення відповідальності й наполегливості у досягненні мети, що є підтвердженням гіпотези Н1.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, аналіз теоретичних джерел і результати емпіричного дослідження засвідчили ефективність запропонованих заходів психологічного моніторингу емоційних станів педагогів, що сприяє їхньому професійному зростанню, а також дає змогу виявити та попередити професійні деформації. Вважаємо, що лише конструктивна професійна діяльність сприяє успішній самореалізації особистості.

Перспективою подальшого дослідження є розширення діапазону застосування психологічного моніторингу емоційних станів щодо інших професій для активізації професійного зростання працівників.

Література

1. Алехина С. В. Мониторинг как вид профессиональной деятельности педагога-психолога / С. В. Алехина, М. Р. Битянова // Вестн. практ. психологии образования. – 2009. – № 4. – С. 66–73.
Alekhina S. V. Monitorinh kak vid professionalnoy deyatel'nosti pedagoga-psikhologa [Monitoring as a kind of professional activity of the teacher-psychologist] / S. V. Alekhina, M. R. Bityanova // Vestn. prakt. psykholohii obrazovaniya. – 2009. – № 4. – S. 66–73.
2. Бодров В. А. Информационный стресс : учеб. пособие / В. А. Бодров. – М. : ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
Bodrov V. A. Informatsyonnyi stress [Information stress] : ucheb. posobiye / V. A. Bodrov. – M. : PER SЭ, 2000. – 352 s.

3. Боровкова Т. И. Мониторинг развития системы образования. Ч. 1. Теоретические аспекты : учеб. пособие / Т. И. Боровкова, И. А. Морев. – Владивосток : Изд-во Дальневосточ. ун-та, 2004. – 150 с.
 Borovkova T. Y. Monitorinh razvitiya systemy obrazovaniya. Ch. 1. Teoretycheskiye aspekty : ucheb. posobiye [Monitoring the development of the education system. Part 1. Theoretical aspects] / T. Y. Borovkova, Y. A. Morev. – Vladivostok : Izd-vo Dalnevostoch. un-ta, 2004. – 150 s.
4. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с. – (Сер. «Практикум»)
 Vodopianova N. Ye. Psykhodiagnostika stressa [Psychodiagnostics of stress] / N. Ye. Vodopianova. – SPb. : Piter, 2009. – 336 s. – (Ser. “Praktikum”).
5. Савчин М. В. Педагогічна психологія : навч. посіб. / М. В. Савчин. – Київ : Академвидав, 2007. – 424 с. – (Альма-матер).
 Savchyn M. V. Pedagogichna psykhologiya [Educational psychology] : navch. posib. / M. V. Savchyn. – Kyiv : Akademvydav, 2007. – 424 s. – (Alma-mater).
6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядипломної освіти / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки, Т. В. Зайчикової. – 2-ге вид., переробл. та доповн. – Київ : Міленіум, 2006. – 368 с.
 Syndrom “profesiynoho vyhorannya” ta profesiyna kariera pratsivnykiv osvitnikh orhanizatsiy: henderni aspekty [The syndrome of “burnout” and the career of employees of educational institutions: gender dimensions] : navch. posib. dlya stud. vyshch. navch. zakl. ta slukhachiv instytutiv pislyadyplomnoyi osvity / za red. S. D. Maksymenka, L. M. Karamushky, T. V. Zaychykovoyi. – 2-he vyd., pererobl. ta dopovn. – Kyiv : Milenium, 2006. – 368 s.
7. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1982. – 125 с. – (Общественные науки за рубежом. Философия).
 Selie H. Stress bez distressa [Stress without distress] / H. Selie. – M. : Progress, 1982. – 125 s. – (Obshchestvennyye nauky za rubezhom. Filosofiya).
8. Чебыкин А. Я. Внешние и внутренние факторы, детерминирующие генезис эмоциональной сферы / А. Я. Чебыкин // Загальна психологія: хрестоматія : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / упор. : О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – Київ : Каравела, 2007. – С. 327–331.
 Chebykin A. Ia. Vneshniye i vnutrenniye faktory, deterninyruyushchiye henezis emotsyonalnoy sfery [External and internal factors that determine the genesis of the emotional sphere] / A. Ya. Chebykin // Zahalna psykhologiya: khrestomatiya : navch. posib. dlya stud. vyshch. navch. zakl. / upor. : O. V. Skrypchenko, L. V. Dolyynska, Z. V. Ohorodniychuk ta in. – Kyiv : Karavela, 2007. – S. 327–331.
9. Хьелл Л. Теории личности: основные положения, исследования и применение / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – 3-е изд. – СПб. : Питер, 2005. – 607 с. – (Сер. «Мастера психологии»)
 Khiell L. Teorii lichnosti [The theory of personality]: osnovnyye polozheniya, issledovaniya i primeneniye / L. Khiell, D. Zigler. – 3-e izd. – SPb. : Piter, 2005. – 607 s. – (Ser. “Mastera psikhologii”).