

<https://doi.org/10.31108/2.2025.4.37.4>
УДК 159.923

Юрій Назар

ФАКТОРИ ПРОФЕСІЙНОГО СЕРЕДОВИЩА ТА ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ПРАКТИКУЮЧИХ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Назар Юрій. *Фактори професійного середовища та посттравматичне зростання практикуючих психологів в умовах війни.*

Вступ. В умовах війни, коли затребуваність фахівців з ментального здоров'я сягає чи не найбільших показників, важливим є розуміння особливостей їхньої професійної діяльності, зокрема ролі факторів професійного середовища у сприянні процесам посттравматичного зростання (ПТЗ) – досвіду позитивних психологічних змін, що відбуваються внаслідок травми.

Мета. Дослідити взаємозв'язок між показниками професійної діяльності практикуючих психологів в умовах війни та вимірами ПТЗ.

Методи. Використано анкету для оцінки професійних характеристик (стаж роботи, робоче навантаження, проходження індивідуальної психотерапії, супервізії та інтервізії) та опитувальник посттравматичного зростання PTGI-X. У дослідженні взяли участь 214 практикуючих психологів. Статистичними методами опрацювання даних були методи описової статистики, кореляційний аналіз та порівняльний статистичний аналіз.

Результати. Встановлено, що робоче навантаження позитивно корелює зі шкалою «Цінність життя», а переважання онлайн-формату роботи – зі шкалою «Нові можливості». Водночас загальний показник ПТЗ не має значущих кореляцій із показниками професійної діяльності. Також з'ясовано, що група психологів, у котрих кількість клієнтів значно зросла внаслідок повномасштабного вторгнення, характеризується вищими показниками ПТЗ у порівнянні з тими фахівцями, чия клієнтська база не змінилася.

Висновки. Отримані дані свідчать, що посттравматичне зростання є непрямим наслідком зовнішніх професійних факторів і меншою мірою пов'язане з кількісними, об'єктивними показниками професійної діяльності. Це актуалізує потребу подальшого ґрунтовнішого вивчення внутрішніх психологічних механізмів, що сприяють ПТЗ. Проте виявлені взаємозв'язки вказують, що професійне середовище може створювати сприятливі умови для розвитку окремих компонентів зростання внаслідок травми війни.

Ключові слова: посттравматичне зростання; фактори професійного середовища; професійна діяльність практикуючих психологів; травма війни

Nazar, Yuriy. *Professional environment factors and practicing psychologists' post-traumatic growth in wartime.*

Introduction. In wartime, when there is great demand for mental health professionals, it is important to understand the features of their professional activities, in particular the role of professional environment factors in promoting post-traumatic growth (PTG), which stands for positive psychological changes that occur after trauma.

Aim. To explore the relationship between indicators of practicing psychologists' professional activity in wartime and measurements of PTG.

Methods. A questionnaire was used to assess professional characteristics (length of service, workload, completion of individual psychotherapy, supervisions and interventions) and the PTGI-X (Post-Traumatic Growth Inventory-Expanded). The sample was made up of 214 practicing psychologists. The statistical methods of data processing included descriptive statistics, correlation analysis and comparative statistical analysis.

Results. The practicing psychologists' workload positively correlated with the «Value of Life» scale, while the predominance of online work positively correlated with the «New Opportunities» scale. At the same time, the overall PTG indicator did not have significant correlations with indicators of professional activity. The psychologists whose number of clients significantly increased as a result of the war had higher PTG indicators compared to those psychologists whose client base did not change.

Conclusions. The obtained data show that post-traumatic growth is an indirect consequence of external professional factors and is less related to quantitative, objective indicators of professional activity.

There is a need for further study of the internal psychological mechanisms that contribute to PTG. However, the found relationships indicate that the professional environment can create favorable conditions for the development of individual components of growth after war trauma.

Key words: *post-traumatic growth, professional environment factors, practicing psychologists' professional activities, war trauma*

Вступ. В умовах спільного травматичного досвіду війни практикуючі психологи та їхні клієнти переживають схожі психоемоційні стани, що робить складним розмежування особистих, професійних, культурних аспектів і підкреслює необхідність специфічного підходу до дослідження цієї професійної групи (Taubman–Ben-Ari, Erel-Brodsky & Ben-Kimhy, 2025).

Попри переживання високо стресових подій та високі ризики вторинної травматизації в роботі практикуючих психологів існує інший, протилежний бік посттравматичного стресу – посттравматичне зростання (ПТЗ). Tedeschi & Calhoun (2004) визначають цей феномен як досвід позитивних психологічних змін в результаті переживання травми, який проявляється в таких аспектах, як: підвищення цінності життя, зміцнення міжособистісних стосунків, усвідомлення особистісної сили, поява нових можливостей в житті та духовні/екзистенційні зміни.

Важливість врахування особливостей робочого середовища як фактора ПТЗ підкреслюється в дослідженнях, що стосуються медичних працівників, які стикаються з травмою інших людей (Jung & Park, 2021). O'Donovan & Burke (2022) констатують, що такі характеристики професійного середовища, як: робоче навантаження, специфіка вибірки пацієнтів та професійна роль фахівця розглядаються як суттєві фактори ПТЗ. Хоча високе навантаження традиційно асоціюється з виснаженням та емоційною вразливістю (Zhang, Ma, Wang, Du & Chi, 2024), деякі дані вказують на його парадоксальний зв'язок з підвищенням ПТЗ та адаптивністю (Moreno-Jiménez et al., 2021; Hassanie, Olugbade, Karadas & Altun, 2022).

Є свідчення, що роки досвіду впливають на ПТЗ (Cui et al., 2021), а менший досвід роботи може бути пов'язаний з вищими ризиками вигорання (Simionato & Simpson, 2018; Györfy, Dweik & Girasek, 2016). Роки клінічної практики можуть бути позитивно пов'язані із впевненістю, майстерністю, прийняттям рішень, гнучкістю ідентичності терапевта й зменшенням стресу та тривоги, однак все ж невідомо, чи це дійсно впливає на якість роботи психолога (Dawson, 2018).

Додатково можна звернути увагу на зміну чисельності клієнтів, яка має тенденцію до зростання в умовах криз та на співвідношення онлайн/офлайн – роботи. Перехід до формату онлайн-терапії, ще за часів пандемії, був додатковим викликом для психологів, водночас встановлено, що комфортне оперування онлайн-технологіями може бути пов'язаним з вищим рівнем ПТЗ (Aafjes-van Doorn, Békés, Luo, Prout & Hoffman, 2022).

Проходження супервізії та індивідуальної психотерапії є одними з ключових засобів навчання та тренування психологів, що можуть сприяти професійному зростанню (Cui et al., 2021). Ба більше, фахівці, які отримують психологічну допомогу з приводу власної травми, можуть мати вищі показники ПТЗ (Okoli & Seng, 2022). Проте деякі дослідження не підтверджують прямий зв'язок між якістю супервізії та ПТЗ (McGarry & Gibson, 2025).

Відтак роль факторів професійного середовища у сприянні ПТЗ є предметом суперечливих поглядів у науковій літературі. Ці розбіжності підкреслюють необхідність більш ґрунтовних прикладних досліджень для детального розуміння складної взаємодії між чинниками професійного середовища та процесами ПТЗ.

Метою статті є дослідження взаємозв'язку між показниками професійної діяльності практикуючих психологів в умовах війни та вимірами посттравматичного зростання.

Методи та організація дослідження. Для вивчення факторів професійного середовища практикуючих психологів було розроблено анкету, що містила запитання про особливості їхньої професійної діяльності. Отримані дані дали змогу сформувані такі кількісні шкали, як: загальний стаж роботи (кількість років), робоче навантаження (середня кількість годин практичної роботи в тиждень), супервізії/інтервізії (середня кількість годин

в місяць), проходження індивідуальної психотерапії (кількість пройдених годин терапії з початку повномасштабної війни), шкала співвідношення онлайн/офлайн-роботи (де 1 – виключно офлайн-робота, 10 – виключно онлайн-робота, 5 – рівноцінне співвідношення онлайн/офлайн-формату роботи з клієнтами). Додатково уточнювалось, чи впливало повномасштабне вторгнення на збільшення числа клієнтів, що дало змогу отримати номінальну шкалу з позначеннями: -1 – кількість клієнтів зменшилась, 0 – кількість клієнтів не змінилась, 1 – кількість клієнтів збільшилась.

Діагностика позитивних психологічних змін внаслідок травми війни проводилася за допомогою опитувальника посттравматичного зростання (PTGI-X), який містить 25 запитань і дозволяє визначити загальний рівень ПТЗ, а також його основні виміри: «Цінність життя», «Стосунки з іншими», «Особистісна сила», «Нові можливості», «Духовні/Екзистенційні зміни» (Tedeschi, Cann, Taku, Senol-Durak & Calhoun, 2017). Для формування запитань було використано 21 запитання попередньої версії опитувальника PTGI в україномовній адаптації (Зубовський, 2018), а також додано 4, перекладені з англійської на українську мову, запитання шкали «Духовні/Екзистенційні зміни» із сучасної версії PTGI-X (Tedeschi et al., 2017). При подальшій перевірці надійності опитувальника загальний і стандартизований коефіцієнт α -Кронбаха становив 0,95, а значення коефіцієнтів при видаленні певного запитання коливалися в межах 0,947 мінімум і 0,950 максимум для всіх 25 пунктів.

Запитання методик були внесені у Google-форми. Інструкція містила інформацію щодо анонімності та використання отриманих даних виключно в наукових цілях. Залучення респондентів тривало близько року (з березня 2024 року по березень 2025 року) і здійснювалось шляхом індивідуальної комунікації з кожним учасником, а також з керівниками професійних організацій для сприяння залученню членів професійних спільнот до дослідження. Після завершення збору даних результати були перенесені у таблиці Microsoft Excel з подальшим статистичним аналізом у програмі IBM SPSS Statistics 26. Методами статистичного опрацювання даних був розвідувальний аналіз щодо показників описової статистики, кореляційний аналіз та порівняльний статистичний аналіз.

Вибірка дослідження. Основу вибірки дослідження склали психологи, які залучені до практичної діяльності в якості фахівців з ментального здоров'я та надають психологічну допомогу населенню, зокрема проводять консультації, психокорекційну та психотерапевтичну роботу. У дослідженні взяли участь 214 осіб (197 жінок та 17 чоловіків). На момент дослідження 84,6% практикуючих психологів вказали місцем свого актуального проживання Україну, 15,4% – проживали за кордоном. Віковий діапазон респондентів варіювався в межах 22 – 72 роки.

Що стосується професійного досвіду опитуваних, то близько третини досліджуваних (35%) мають досвід роботи від 5 до 10 років, а 29,4% володіють досвідом практичної роботи в межах 11-20 років. Для близько чверті опитаних (25,7%) практична робота займає 1-10 год в тиждень, дещо менше опитуваних (22,4%) працюють 21-30 год в тиждень, тоді як найбільший відсоток респондентів (38,3%) залучені до практичної роботи з показником робочого навантаження 11-20 год в тиждень. Перепрацьовують 3,3% фахівців, працюючи понаднормово більше 40 годин на тиждень.

Майже половина опитаних психологів регулярно бере участь в супервізіях та інтервізіях з середньою частотою 1-4 год в місяць, більше третини (37,9%) звертаються до супервізій ще частіше – 5-10 годин на місяць. Не супервізували свою роботу 3,3% опитуваних, однак 10,3% досліджуваних беруть участь у супервізійній роботі більш ніж 11 годин на місяць. З початком повномасштабного вторгнення 14% респондентів не мали власного досвіду проходження індивідуальної психотерапії, тоді як 86% респондентів мали або мають зараз такий досвід. До 50 сеансів психотерапії загалом пройшли 42,1% опитаних, від 51 до 100 сеансів – 26,2%, понад 100 психотерапевтичних сесій загалом пройшли 17,7% учасників опитування (табл. 1.).

Таблиця 1

Відсоткові показники характеристик професійної діяльності серед вибірки практикуючих психологів

Стаж роботи	<i>1-4 роки</i>		<i>5-10 років</i>	<i>11-20 років</i>	<i>Понад 20 років</i>	
	23,4%		35%	29,4%	12,1%	
Робоче навантаження	<i>1-10 год/тиждень</i>		<i>11-20 год</i>	<i>21-30 год</i>	<i>31-40 год</i>	<i>Понад 40 год</i>
	25,7%		38,3%	22,4%	9,8%	3,3%
Супервізії/Інтервізії	<i>0</i>	<i>1-4 год/міс</i>	<i>5-10 год/міс</i>	<i>Понад 11 год/місяць</i>		
	3,3%	48,6%	37,9%	10,3%		
Індивідуальна психотерапія	<i>0</i>	<i>1-20 год</i>	<i>21-50 сеансів</i>	<i>51-100 сеансів</i>	<i>101-150 сеансів</i>	<i>Понад 150 год.</i>
	14%	19,2%	22,9%	26,2%	11,7%	6,1%

21% учасників дослідження вказали, що працюють виключно онлайн, 4,2% – виключно офлайн, тоді як 22,4% вказали, що співвідношення онлайн/офлайн-роботи роботи є рівноцінним. Також 59,9% фахівців відповіли, що в результаті повномасштабного вторгнення їхня кількість клієнтів значно зросла, 34,4% вказали, що кількість клієнтів суттєво не змінилась, а 5,7% відповіли, що кількість клієнтів зменшилась.

Результати дослідження та їх обговорення. Згідно з отриманими даними описової статистики, середнє значення стажу роботи по вибірці становить 10,93 років (стандартне відхилення $SD = 7,6$) з діапазоном від мінімум 1 року до максимум 33 років досвіду практичної роботи. Середній показник робочого навантаження по вибірковій сукупності становить 19,8 годин в тиждень ($SD = 11,77$) з діапазоном від мінімум однієї години в тиждень до 60 годин максимум. Середня кількість годин індивідуальних та/або групових супервізій в місяць серед учасників дослідження становить 5,69 ($SD = 4,23$) з діапазоном 0 – 20 годин в місяць. Середнє значення загальної кількості годин індивідуальної психотерапії, пройденої з початку повномасштабного вторгнення, становить 60,84 ($SD = 57,67$) з діапазоном 0 – 280 годин.

Перевірка даних шкал на нормальність розподілу з допомогою критерію Колмогорова-Смірнова підтвердила ненормальність розподілу (усі показники значущості критерію для шкал оцінки професійного досвіду респондентів були рівні нулю). Враховуючи це, для проведення кореляційного аналізу було використано коефіцієнти Спірмена. Також для виявлення статистично значущих взаємозв'язків до списку шкал, що демонструють важливі аспекти професійної діяльності практикуючих психологів, було додано шкалу, що демонструє переважання онлайн-формату роботи (табл. 2).

Таблиця 2

Матриця крос-кореляційних зв'язків між характеристиками професійної діяльності практикуючих психологів

№ шкали	Шкала	1	2	3	4	5
1	Стаж роботи	1,000				
2	Робоче навантаження	0,261**	1,000			
3	Супервізії/Інтервізії	0,009	0,181**	1,000		
4	Індивідуальна психотерапія	-0,213**	0,117	0,334**	1,000	
5	Онлайн-робота	-0,004	-0,044	0,034	0,198**	1,000

Примітка: ** рівень значущості $p < 0,01$

За даними крос-кореляцій Спірмена, між професійними характеристиками практикуючих психологів виявлено деякі значущі зв'язки, що вказують на важливі закономірності в їхній діяльності. Позитивна кореляція між робочим навантаженням і стажем роботи свідчить про те, що досвідчені фахівці, ймовірно, мають більшу клієнтську базу. Це зі свого боку пояснює інший позитивний зв'язок – чим вище робоче навантаження, тим частіше психологи проходять супервізії/інтервізії, що демонструє професійну відповідальність та усвідомлення необхідності професійної підтримки. Проходження індивідуальної психотерапії має негативний зв'язок зі стажем роботи, що, ймовірно, вказує на те, що молоді фахівці частіше залучені до власної терапії через вищу потребу в самоусвідомленні, навчанні та подоланні особистих труднощів. Зв'язок між індивідуальною психотерапією і супервізіями/інтервізіями підкреслює, що психологи, які інвестують в особистісний розвиток, також високо цінують професійну підтримку. Нарешті, позитивна кореляція між онлайн-форматом роботи та індивідуальною психотерапією може свідчити про те, що робота у віртуальному просторі сьогодні створює додаткові можливості, які сприяють більшій доступності методів психологічної підтримки.

Взаємозв'язок характеристик професійної діяльності практикуючих психологів та показників посттравматичного зростання було також проаналізовано з допомогою коефіцієнтів кореляції Спірмена (табл. 3).

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки між характеристиками професійної діяльності практикуючих психологів та вимірами посттравматичного зростання

Шкали	ЦЖ	СІ	ОС	НМ	ДЕЗ	ПТЗ
Стаж роботи	0,035	-0,008	-0,065	-0,041	0,044	-0,005
Робоче навантаження	0,142*	0,020	0,124	0,021	0,101	0,083
Супервізії/ Інтервізії	0,025	0,072	0,036	0,020	0,018	0,044
Індивідуальна психотерапія	0,033	0,029	0,051	0,069	-0,006	0,038
Онлайн робота	0,039	0,081	0,026	0,135*	0,006	0,064

Примітка: * рівень значущості $p < 0,05$. Умовні позначення: ЦЖ – цінність життя, СІ – стосунки з іншими, ОС – особистісна сила, НМ – нові можливості, ДЕЗ – духовні/екзистенційні зміни, ПТЗ – загальний показник посттравматичного зростання

Відсутність значущих кореляцій між загальним показником ПТЗ та професійними характеристиками діяльності практикуючих психологів свідчить, що ПТЗ є складним, нелінійним процесом, який не може бути пояснений лише зовнішніми, об'єктивними факторами. Це підтверджує основні положення сучасних теорій ПТЗ, згідно з якими зростання є наслідком когнітивної переробки травматичного досвіду, зокрема пошуку нового сенсу, переосмислення життєвих цінностей та інтеграції травми у власну ідентичність. Навіть якщо професійні характеристики не є прямими предикторами зростання, вони, ймовірно, виступають як контекст, який може як сприяти, так і перешкоджати цьому внутрішньому процесу. Отже, отримані результати підкреслюють, що для розуміння ПТЗ важливо зосереджуватись не стільки на кількісних показниках професійної діяльності, скільки на якісних, внутрішніх механізмах подолання травми.

Хоча загальний показник ПТЗ не має прямої кореляції з професійними характеристиками психологів, деякі аспекти їхньої роботи все ж пов'язані з окремими компонентами зростання. Зокрема, робоче навантаження позитивно корелює зі шкалою «Цінність життя», що може вказувати на те, що робота з великою кількістю травмованих клієнтів змушує фахівців глибше усвідомлювати цінність життя як такого. Водночас переважання онлайн-формату роботи, що позитивно корелює зі шкалою «Нові

можливості», може свідчити про те, що онлайн-робота в умовах війни сприяє пошуку та створенню нових професійних перспектив, які раніше не розглядалися.

Наступним кроком в дослідженні професійних особливостей вибірки практикуючих психологів було виявлення статистично значущих відмінностей у групах фахівців, які вказали, чи впливало повномасштабне вторгнення на чисельність клієнтів у їхній практиці. Було сформовано номінальну шкалу «Чисельність клієнтів», в якій дані були розподілені на три категорії з відповідними позначеннями: «1» – група психологів, у яких після початку повномасштабного вторгнення кількість клієнтів значно зросла (N = 127); «0» – група фахівців, які вказали, що кількість клієнтів у практиці не змінилась (N = 72); «-1» – група практикуючих психологів, у котрих внаслідок війни кількість клієнтів зменшилась (N = 12).

Відповідно до результатів тесту Краскела-Уолліса, існує статистично значуща відмінність між принаймні двома групами практикуючих психологів з різними показниками збільшення/зменшення клієнтів у розподілах середніх значень змінної «Посттравматичне зростання» (H = 20,653, p < 0,001).

Корекцію Бонферроні було застосовано з врахуванням наявності трьох груп у номінальній шкалі (k = 3), відтак кількість можливих попарних порівнянь з допомогою критерію Манна-Уїтні становить $k \times (k-1) / 2 = 3 \times 2 / 2 = 3$ порівняння. Новий рівень значущості з корекцією Бонферроні становить $0.05 / 3 \approx 0.0167$. Результати попарних порівнянь представлено у таблиці 4.

Таблиця 4

Результати виявлення значущих відмінностей у проявах ПТЗ між групами психологів з різними рівнями чисельності клієнтів

Незалежна змінна	Порівнювані групи		Середні ранги (M)		U-критерій Манна-Уїтні	Значущість (p)
<i>Посттравматичне зростання</i>	-1	0	57,67	41,81	286,0	0,043
	0	1	77,57	115,63	2967,5	0,000
	-1	1	65,04	70,47	702,5	0,655

Відповідно до результатів попарних порівнянь з допомогою критерію Манна-Уїтні виявлено статистично значущі відмінності у проявах ПТЗ (U = 2967,5, p < 0,0167): група практикуючих психологів, кількість клієнтів яких значно зросла в результаті повномасштабного вторгнення, характеризується вищими середніми показниками ПТЗ (M = 115,63), порівняно з групою, де кількість клієнтів не змінилась (M = 77,57).

Відтак зростання клієнтської бази, хоч і збільшує робоче навантаження, може стати потужним каталізатором для ПТЗ в умовах війни. Фахівці, які працюють з більшою кількістю клієнтів, отримують більше можливостей для практики та вдосконалення своїх навичок. Ймовірно, ріст числа клієнтів впливає на усвідомлення власної професійної затребуваності, поглиблює як персонально, так і соціально-орієнтовані цінності.

Висновки.

1. Виявлено різноманітні крос-кореляційні зв'язки між показниками професійної діяльності практикуючих психологів (стаж роботи, робоче навантаження, індивідуальна психотерапія, супервізії, онлайн-формат роботи). Відтак досвідченість психологів, особливості їхньої зайнятості та залученість до процесів особистісної й професійної підтримки є важливими взаємодоповнюючими факторами сприятливого професійного середовища.

2. Досліджені показники професійної діяльності не продемонстрували значущих кореляційних зв'язків із загальним показником ПТЗ, що підкреслює важливість врахування внутрішніх індивідуально-психологічних факторів у сприянні процесам зростання. Водночас встановлено позитивні кореляційні зв'язки з окремими компонентами ПТЗ, зокрема між робочим навантаженням та підвищенням цінності життя, а також між переважанням онлайн-формату роботи і появою нових можливостей в житті.

3. Виявлено відмінності у проявах ПТЗ між двома групами психологів, зокрема, у групі, що характеризувалась збільшенням чисельності клієнтів внаслідок війни, зафіксовано вищі середні показники ПТЗ порівняно з групою психологів, які вказали, що кількість клієнтів в роботі не змінилась. Відтак збільшення чисельності клієнтів в роботі може бути не лише ознакою збільшення робочого навантаження, а й важливим фактором посттравматичного зростання.

Перспективи подальших досліджень. Перспективним напрямом подальших наукових досліджень в контексті впливу факторів професійного середовища на процеси посттравматичного зростання особистості є вивчення індивідуальних психологічних механізмів, які можуть визначати ефективне функціонування цих процесів.

Література

1. Zubovskyy, D. S. (2018). Адаптація та апробація україномовної версії методики «Опитувальник посттравматичного зростання». *Психологічний часопис*, 7(17), 121–135. <https://doi.org/10.31108/1.2018.7.17>
2. Aafjes-van Doorn, K., Békés, V., Luo, X., Prout, T. A., & Hoffman, L. (2022). Therapists' resilience and posttraumatic growth during the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(S1), S165–S173. <https://doi.org/10.1037/tra0001097>
3. Cui, P., Wang, P., Wang, K., Ping, Z., Wang, P., Chen, C. (2021). Post-traumatic growth and influencing factors among frontline nurses fighting against COVID-19. *Occupational and Environmental Medicine*, 78, 129–135. <https://doi.org/10.1136/oemed-2020-106540>
4. Dawson, G. C. (2018). Years of Clinical Experience and Therapist Professional Development: A Literature Review. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48, 89–97. <https://doi.org/10.1007/s10879-017-9373-8>
5. Györfy, Z., Dweik, D., Girasek, E. (2016). Workload, mental health and burnout indicators among female physicians. *Hum Resour Health*, 14, 12. <https://doi.org/10.1186/s12960-016-0108-9>
6. Hassanie, S., Olugbade, O. A., Karadas, G., & Altun, Ö. (2022). The Impact of Workload on Workers' Traumatic Stress and Mental Health Mediated by Career Adaptability during COVID-19. *Sustainability*, 14(19), 12010. <https://doi.org/10.3390/su141912010>
7. Jung, S. Y., & Park, J. H. (2021). Association of Nursing Work Environment, Relationship with the Head Nurse, and Resilience with Post-Traumatic Growth in Emergency Department Nurses. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 2857. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062857>
8. McGarry, B. E., & Gibson, J. E. (2025). Supervision quality, secondary traumatic stress, and vicarious posttraumatic growth among clinicians-in-training. *Traumatology*. <https://doi.org/10.1037/trm0000596>
9. Moreno-Jiménez, J. E., Blanco-Donoso, L. M., Demerouti, E., Belda Hofheinz, S., Chico-Fernández, M., Moreno-Jiménez, B., & Garrosa, E. (2021). The Role of Healthcare Professionals' Passion in Predicting Secondary Traumatic Stress and Posttraumatic Growth in the Face of COVID-19: A Longitudinal Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4453. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094453>
10. O'Donovan, R., & Burke, J. (2022). Factors Associated with Post-Traumatic Growth in Healthcare Professionals: A Systematic Review of the Literature. *Healthcare*, 10(12), 2524. <https://doi.org/10.3390/healthcare10122524>
11. Okoli, C. T. C., & Seng, S. (2022). Factors associated with posttraumatic growth among healthcare workers at an academic-medical center: A correlational study. *Perspectives in psychiatric care*, 58(1), 87–96. <https://doi.org/10.1111/ppc.12817>
12. Simionato, G. K., & Simpson, S. (2018). Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature. *Journal of clinical psychology*, 74(9), 1431-1456. <https://doi.org/10.1002/jclp.22615>
13. Taubman-Ben-Ari, O., Erel-Brodsky, H., & Ben-Kimhy, R. (2025). Therapists in wartime: holding others' trauma while contending with your own. *Journal of Clinical Psychology*, 81(3), 119-132. <https://doi.org/10.1002/jclp.23751>
14. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
15. Zhang, Y., Ma, H., Wang, Y., Du, X., & Chi, D. (2024). Burnout and its associated factors in psychotherapists. *Current Psychology*, 43(26), 22508-22518. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05977-8>
16. Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A Revision Integrating Existential and Spiritual Change. *Journal of traumatic stress*, 30(1), 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>

References

1. Zubovskyy, D. S. (2018). Adaptatsia ta aprobatsia ukrainomovnoi versii metodyky «Opytuvalnyk posttravmatychnogo zrostannya» [Adaptation and testing of the Ukrainian version of the Post-Traumatic Growth Questionnaire]. *Psykhologichnyi chasopys*, 7(17), 121–135. <https://doi.org/10.31108/1.2018.7.17> [In Ukrainian]

2. Aafjes-van Doorn, K., Békés, V., Luo, X., Prout, T. A., & Hoffman, L. (2022). Therapists' resilience and posttraumatic growth during the COVID-19 pandemic. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(S1), S165–S173. <https://doi.org/10.1037/tra0001097>
3. Cui, P., Wang, P., Wang, K., Ping, Z., Wang, P., Chen, C. (2021). Post-traumatic growth and influencing factors among frontline nurses fighting against COVID-19. *Occupational and Environmental Medicine*, 78, 129–135. <https://doi.org/10.1136/oemed-2020-106540>
4. Dawson, G. C. (2018). Years of Clinical Experience and Therapist Professional Development: A Literature Review. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48, 89–97. <https://doi.org/10.1007/s10879-017-9373-8>
5. Györfy, Z., Dweik, D. & Girasek, E. (2016). Workload, mental health and burnout indicators among female physicians. *Hum Resour Health*, 14, 12. <https://doi.org/10.1186/s12960-016-0108-9>
6. Hassanie, S., Olugbade, O. A., Karadas, G., & Altun, Ö. (2022). The Impact of Workload on Workers' Traumatic Stress and Mental Health Mediated by Career Adaptability during COVID-19. *Sustainability*, 14(19), 12010. <https://doi.org/10.3390/su141912010>
7. Jung, S. Y., & Park, J. H. (2021). Association of Nursing Work Environment, Relationship with the Head Nurse, and Resilience with Post-Traumatic Growth in Emergency Department Nurses. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 2857. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062857>
8. McGarry, B. E., & Gibson, J. E. (2025). Supervision quality, secondary traumatic stress, and vicarious posttraumatic growth among clinicians-in-training. *Traumatology*. <https://doi.org/10.1037/trm0000596>
9. Moreno-Jiménez, J. E., Blanco-Donoso, L. M., Demerouti, E., Belda Hofheinz, S., Chico-Fernández, M., Moreno-Jiménez, B., & Garrosa, E. (2021). The Role of Healthcare Professionals' Passion in Predicting Secondary Traumatic Stress and Posttraumatic Growth in the Face of COVID-19: A Longitudinal Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4453. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094453>
10. O'Donovan, R., & Burke, J. (2022). Factors Associated with Post-Traumatic Growth in Healthcare Professionals: A Systematic Review of the Literature. *Healthcare*, 10(12), 2524. <https://doi.org/10.3390/healthcare10122524>
11. Okoli, C. T. C., & Seng, S. (2022). Factors associated with posttraumatic growth among healthcare workers at an academic-medical center: A correlational study. *Perspectives in psychiatric care*, 58(1), 87–96. <https://doi.org/10.1111/ppc.12817>
12. Simionato, G. K., & Simpson, S. (2018). Personal risk factors associated with burnout among psychotherapists: A systematic review of the literature. *Journal of clinical psychology*, 74(9), 1431-1456. <https://doi.org/10.1002/jclp.22615>
13. Taubman-Ben-Ari, O., Erel-Brodsky, H., & Ben-Kimhy, R. (2025). Therapists in wartime: holding others' trauma while contending with your own. *Journal of Clinical Psychology*, 81(3), 119-132. <https://doi.org/10.1002/jclp.23751>
14. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
15. Zhang, Y., Ma, H., Wang, Y., Du, X., & Chi, D. (2024). Burnout and its associated factors in psychotherapists. *Current Psychology*, 43(26), 22508-22518. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05977-8>
16. Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A Revision Integrating Existential and Spiritual Change. *Journal of traumatic stress*, 30(1), 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>

Відомості про автора

Назар Юрій Орестович, аспірант кафедри теоретичної та практичної психології, Національний університет «Львівська політехніка», м. Львів, Україна

Nazar, Yuriy, PhD student, Department of Theoretical and Applied Psychology, Lviv Polytechnic National University, Lviv, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-9060-8582>

E-mail: nazargeorge@yahoo.com

Отримано 24 жовтня 2025 р.
Рецензовано 13 листопада 2025 р.
Прийнято 21 листопада 2025 р.