

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Алтайский государственный университет»
Институт гуманитарных наук
Кафедра социальной психологии и педагогического образования

**Эмоциональное выгорание психологов в контексте аутентичности
личности**

выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация)

Направление подготовки 37.04.01 Психология

Выполнил(а)
студент(ка) 3 курса, группы 8.232Мв-2
Анисея Михайловна Морейн


(подпись)

Руководитель
д-р психол. наук, проф.
Ирина Александровна Ральникова

Допустить к защите
зав. кафедрой
социальной психологии и
педагогического образования
д-р психол. наук, проф.
Ирина Александровна Ральникова
«10» ноября 2024 г.

Выпускная квалификационная работа
(магистерская диссертация)
защищена «05» декабря 2024 г.
Председатель ГЭК
д-р психол. наук, проф.
Людмила Степановна Колмогорова

Барнаул 2024

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основания исследования эмоционального выгорания психологов в контексте аутентичности личности	11
1.1 Аутентичность, как ценностно-смысловой ориентир и профессиональная черта личности психолога	11
1.2 Понятие синдрома эмоционального выгорания	28
1.3 Аутентичность личности, как возможный предиктор устойчивости к синдрому профессионального выгорания	31
Глава 2. Результаты эмпирического исследования эмоционального выгорания психологов в контексте аутентичности личности	42
2.1 Общая организация исследования синдрома эмоционального выгорания и компонентов аутентичности психологов	42
2.2 Результаты корреляционного анализа эмоционального выгорания и аутентичности	56
Заключение	76
Список использованной литературы	78
Приложения	86

Введение

Актуальность.

Исследование взаимосвязи аутентичности и эмоционального выгорания является актуальным в современное время, поскольку оба эти понятия оказывают значительное влияние на психологическое и физическое благополучие людей, особенно в профессиональной сфере психолога.

Психологи часто работают с интенсивными эмоциями и травматическим опытом клиентов, что может приводить к эмоциональному выгоранию. Без должной поддержки и управлением своими эмоциями, специалисты могут испытывать высокий эмоционального выгорания, что негативно сказывается на их работе и личной жизни.

Исследование взаимосвязи эмоционального выгорания и аутентичности у практикующих психологов недостаточно изучена, но при этом является важной задачей, которая вносит вклад в понимание эмоционального состояния и качество оказываемой помощи клиентам. Понимание того, что аутентичность может функционировать как психологический ресурс, открывает новые решения для профилактики выгорания, что является необходимым условием для поддержания здорового эмоционального состояния профессионалов, работающих в области психического здоровья.

Эмоциональное состояние психологов является одним из значимых условий успешной работы. Исследование аутентичности обусловлено потребностью человека в современных реалиях понять себя, осознать себя как автономную, целостную личность и при этом найти свое место в социуме.

Таким образом, исследование взаимосвязи аутентичности и эмоционального выгорания играет важную роль в понимании, какие качества и навыки помогают человеку сохранить эффективность и эмоциональное

благополучие в условиях современного мира в профессиональной деятельности. Оно способствуют развитию практических методов и программ, направленных на укрепление личностных ресурсов и профилактику эмоционального выгорания.

Степень изученности проблемы исследования

В российской психологии аутентичность описывается и изучается в контексте самоопределения и жизнестворчества. (А. Асмолов, Б. Асеев, С. Братченко, Д. Леонтьев, Е. Осин, Р. Пивоваров, В. Слободчиков). Практически все исследования этого феномена носят теоретический характер, что связано со сложностью его верификации. Такие неоднозначные и многоаспектные понятия, по выражению Д. Леонтьева, сопротивляются научной систематизации [37].

В американской и западноевропейской психологии проблема аутентичности была обозначена Д. Бюдженталем, А. Ленгле, С. Мадци, А. Маслоу, Р. Мэй и др.

Д. Бюдженталь писал о том, что аутентичность является важным ключевым аспектом индивидуальности человека и его взаимодействия с окружающим миром. Аутентичность действительно предоставляет уникальную возможность быть собой и проявлять свою истинную сущность.

А. Ленгле понимает под аутентичностью также способствует более глубоким и искренним межличностным отношениям. Когда люди открываются и выражают свою истинную сущность, это создает пространство для честности, доверия и связи с другими, что обогащает социальные взаимодействия и поддерживает здоровую атмосферу в отношениях.

А. Маслоу и Т. Храмова, Р. Мэй воспринимают аутентичность как основу для самореализации личности. Р. Мэй считает, что человек утрачивает способность быть собой в попытке сохранить целостность

личности от посягательств из вне. Но для реализации собственно потенциала ключевое значение имеет восстановление своей аутентичности. Т.е. личность утратившая аутентичность становится не способна к самореализации.

Г. Баррет-Леннард в рамках личностно-ориентированного подхода К. Роджерса выделил три ключевых компонента аутентичности: аутентичная жизнь, принятие внешнего влияния и самотчуждение [68]. Продолжая идеи Г. Баррет-Леннарда, А. Вуд, А. Линли, Дж. Малтби и Ст. Джозеф в 2008 году разработали Шкалу аутентичности, которая представляет собой важный инструмент для измерения уровня аутентичности личности. Данный инструмент фокусируется на различных аспектах аутентичности и позволяет исследовать, насколько человек ощущает себя подлинным в разных контекстах социальной среды.

Вышеперечисленные авторы, которые писали в своих работах об аутентичности, сходятся в том, что аутентичность - это не данность, а совокупность характеристик которые человеку необходимо приобретать и развивать, чтобы взрастить и сохранить здоровую личность в человеческом обществе. В основе аутентичности лежит здоровая эмоциональность и самоконтроль.

Интерес к изучению аутентичности в последнее время стал расти не только в зарубежной научной среде, но и отечественные исследователи выпустили ряд работ, посвященных данной проблематике. Среди современных ведущих исследователей аутентичности в структуре личности можно выделить С.К. Нартову-Бочавер и М.В. Рагулину. Их работы вносят вклад в понимание аутентичности, её компонентов и влияния на психическое здоровье и личностное развитие. С.К. Нартова-Бочавер и М.В. Рагулина рассматривают аутентичность как многогранное явление, связанное с идентичностью, самоопределением и самосознанием. Они акцентируют внимание на том, как аутентичность формируется в контексте социального

взаимодействия и личного опыта.

Проблема эмоционального выгорания активно исследуется в психологии и смежных дисциплинах. Исследования охватывают различные аспекты этого феномена, включая его причины, проявления и последствия.

Положение В. Бойко о синдроме эмоционального выгорания, как механизме психологической защиты, представляет собой интересный и важный аспект в понимании этого феномена. Подход В. Бойко позволяет рассмотреть выгорание как динамичный процесс, в котором активируются механизмы защиты, но при этом важно учитывать, что долгосрочная активация этих механизмов может привести к негативным последствиям для психологического здоровья. Выделяет три фазы выгорания - Напряжение, Резистенция и Истощение, каждая фаза включает в себя определенные симптомы.

К. Маслач и С. Джексон в своей Многофакторной теории выгорания рассматривают выгорание, как реакцию на длительный межличностный стресс и описывают его как синдром представленный симптомами: эмоциональное истощение (emotional exhaustion), деперсонализация (depersonalization) и редукция профессиональных достижений.

Б. Перлман и Е. Хартман предложили модель, которая рассматривает выгорание в аспекте профессиональных стрессов. Выгорание, как последствие длительного воздействия на личность определенных категорий стресса вызывающих у индивида физическое или эмоциональное истощение и деперсонализацию.

Вышеперечисленными исследователями было установлено, что когда человек подавляет свои истинные чувства и эмоции, то это может привести к перегрузке эмоциональной системы, происходит самоотчуждение, что в свою очередь может приводить к деперсонализации и эмоциональному выгоранию. Например, если человек постоянно подавляет свои негативные

эмоции и ощущения, чтобы соответствовать ожиданиям окружающих, это может привести к чувству несоответствия и усталости, что в конечном итоге приведет к эмоциональному выгоранию. Поэтому важно быть аутентичным и выражать свои чувства и эмоции, чтобы избежать опасности эмоционального выгорания [70; 67].

Проблема взаимосвязи аутентичности и эмоционального выгорания не достаточно глубоко изучена, но несмотря на это, она получила широкое признание и изучается научным сообществом, а ее решение остается актуальной задачей для многих организаций и индивидуальных специалистов. Проблема взаимосвязи аутентичности и эмоционального выгорания в последние годы получила широкое распространение и стала предметом изучения практической психологии. Существуют исследования, которые показывают, что отсутствие аутентичности, как самоотчуждение, и высокий уровень стресса на работе являются основными факторами, приводящими к профессиональному выгоранию.

Цель исследования: определить наличие и особенности взаимосвязи фаз эмоционального выгорания и компонентов личностной аутентичности у работающих специалистов в сфере практической психологии.

Объект исследования: психологические характеристики личности, противодействующие эмоциональному выгоранию.

Предмет исследования: взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и аутентичности у практикующих психологов

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ литературы, посвященной изучению аутентичности и эмоционального выгорания, а также их взаимосвязи.
2. Разработать программу эмпирического исследования компонентов аутентичности и эмоционального выгорания.
3. Исследовать уровень личностной аутентичности, ее компонентов и

уровень эмоционального выгорания среди практикующих психологов. Провести статистический анализ данных с целью выявления корреляций между составляющими аутентичности и симптомами эмоционального выгорания.

4. Разработать комплексную программу психологического консультирования «Аутентичность, как ресурс саморегуляции для помогающих специалистов в сфере психологии».

Гипотеза исследования:

Вероятно, что выраженность синдрома эмоционального выгорания у практикующих психологов будет связана с низким уровнем развития аутентичности.

Теоретико-методологические основания работы: научная трактовка аутентичности в качестве ценностно-смыслового ориентира личности (С. Нартова-Бочавер); четырехкомпонентная концепция аутентичности (М. Кернис, Б. Голдман); совокупность научных представлений о фазах эмоционального выгорания и их психологической диагностике (В. Бойко).

Методы и методические инструменты исследования

В ходе проводимого исследования были использованы различные теоретические и практические методы: анализ научной литературы, стандартизированные опросники для выявления компонентов аутентичности и синдрома эмоционального выгорания: Методика диагностики эмоционального выгорания автор В. Бойко, Шкала аутентичности автора А. Вуд и др., Опросник аутентичности автора Керниса-Голдмана в адаптационной версии С. Нартовой-Бочавер и Московская шкала аутентичности авторов С. Нартовой-Бочавер, С. Резниченко

Математико-статистическая обработка данных проводилась в программе SPSS v 23, методом ранговой корреляции Спирмена.

Описание выборочной совокупности

В исследовании приняли участие 70 респондентов, все они практикующие психологи, которые работают с клиентами в различных подходах психотерапии: гештальт-терапия, эмоционально-образная терапия, когнитивно-поведенческая терапия, системная семейная терапия, транзактный анализ. Возраст респондентов от 24 до 56 лет, стаж работы (консультирование клиентов) от 1 года до 20 лет (37 человек до 5 лет, 8 человек от 5 до 10 лет, 25 человек более 10 лет).

Данные были собраны посредством сервиса Яндекс-форма. Участие было полностью добровольным и анонимным; критерием отбора являлся опыт психологического консультирования от года.

Научная новизна:

Выявлены инвариантные и вариативные взаимосвязи фаз эмоционального выгорания и компонентов аутентичности личности.

Теоретическое значение полученных результатов:

Дополнены научные представления о психологических факторах совладания с эмоциональным выгоранием.

Показано наличие взаимосвязи эмоционального выгорания и несформированности аутентичности личности.

Практическая значимость полученных результатов:

Разработана комплексная программа предоставления услуг в области психологического консультирования «Аутентичность, как ресурс саморегуляции для помогающих специалистов в сфере психологии». Полученные данные могут быть использованы в практической работе психологов-консультантов, психологов-психотерапевтов, а также в целях их личностного саморазвития.

Положения, выносимые на защиту:

1. В качестве инвариантных феноменов у практикующих психологов выступают взаимосвязи фаз эмоционального выгорания Напряжение,

Резистенция, Истощение и таких компонентов аутентичности, как Поведение, Непредвзятость, Принятие внешнего влияния, Аутентичность жизни, Самоотчужденность.

2. Вариативными феноменами являются взаимосвязи симптомов эмоционального выгорания и компонентов аутентичности личности у практикующих психологов:

- Тревога и депрессия, объективирует себя в качестве симптома фазы эмоционального выгорания Напряжение, имеющего наибольшее количество взаимосвязей с составляющими личностной аутентичности по сравнению с другими симптомами данной фазы;
- Симптомы эмоционального выгорания, формирующие фазу Резистенции, в первую очередь Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, тесно связаны с различными компонентами аутентичности личности;
- В отношении фазы эмоционального выгорания Истощение показано, что сильнее всего аутентичность связана с таким симптомом данной фазы, как Деперсонализация.

Заключение

Согласно теоретической части, высокий уровень аутентичности, отвечающий за способность осознавать и принимать свои истинные чувства, играет ключевую роль в управлении эмоциональным состоянием. Осознание момента усталости, уровня стресса или тревоги является первым шагом в эффективной профилактике эмоционального выгорания. Способность быть аутентичным помогает создать условия для более глубокого самопознания и понимания, что, в свою очередь, ведет к улучшению качества жизни и повышению общей удовлетворенности.

Результаты корреляционного анализа подтвердили гипотезу исследования о взаимосвязи высокого уровня синдрома эмоционального выгорания и низкого уровня компонентов, которые вносят вклад в аутентичность. Все составляющие аутентичности по трем методиками, коррелируют с симптомами и фазами эмоционального выгорания (Напряжение, Резистенция, Истощение) в разной степени.

Описаны особенности каждой из фаз эмоционального выгорания:

1. Симптом (Тревога и депрессия) первой фазы выгорания (Напряжение) имеет наиболее тесную корреляционную связь с компонентами аутентичности.
2. Симптомы второй фазы эмоционального выгорания (Резистенция), (Расширение сферы экономии эмоций, Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, Редукция профессиональных обязанностей) имеют корреляционную связь с компонентами аутентичности, но наиболее тесная взаимосвязь с синдромом (Неадекватное избирательное реагирование).
3. Симптомы (Эмоциональный дефицит, Деперсонализация) (Психосоматические и психовегетативные нарушения) имеют корреляционную связь с компонентами аутентичности, но синдром

(Деперсонализация) имеет наибольшую связь с компонентами аутентичности.

Взаимосвязи между аутентичностью, стажем консультирования, а также возрастом респондентов не установлено.

Обнаружена незначительная отрицательная взаимосвязь между возрастом респондентов и синдромом Расширением сферы экономики эмоций и второй фазой выгорания Резистенция.

Можно заключить, что практикующие психологи с более длительным стажем консультирования обладают навыками для эффективного управления своими эмоциями, что помогает им избегать эмоционального выгорания, находится в контакте со своими чувствами и не прибегать к защитной реакции, как вытеснение и подавление чувств. Либо его психическая адаптация подходит для данного типа деятельности, что помогает специалисту чувствовать себя на своем месте.

Список использованной литературы

1. Антоновский А.В. Защитно-совладающее поведение как фактор профессионального здоровья педагогов общеобразовательных школ: автореферат дисс. ...канд.психол.наук. Я, 2010. 26 с.
2. Асмолов А.Г., Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. Москва: Изд-во: Смысл, 2019. 448 с.
3. Бабанов С.А. Профессиональные факторы и стресс: синдром эмоционального выгорания // Трудный пациент. 2009. Том 7, №12. С. 42-46.
4. Бойко В.В. Психоэнергетика. СПб.: Изд-во: Питер, 2008. 416 с.
5. Бойко В.В. Синдром эмоционального выгорания в профессиональном общении. СПб.: Изд-во: Сударыня, 1999. 32 с.
6. Бочавер К.А., Резниченко С.И. Личностная аутентичность как ресурс преодоления синдрома профессионального выгорания [Электронный ресурс] // Психологический журнал. 2022. Том 43. № 2 С. 61. URL: <https://psy.jes.su/S020595920019413-0-1> (дата обращения: 22.09.2023).
7. Бьюдженталь Д. Наука быть живым. Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической психотерапии. М.: Изд-во: Класс, 1998. 336 с.
8. Бюджентал Д. Искусство психотерапевта. СПб., 2001. 456 с.
9. Вачков И.В., Храмова Т.К. Аутентичность и самореализация личности в период ранней взрослости [Электронный ресурс] // Психология и право. 2021. Том 11. № 4. С. 14–24. URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2021_n4/vachkov_khramova (дата обращения: 28.05.2023).
10. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Изд-во: Питер, 2005. 336 с.
11. Гиньон Ч. Аутентичность [Электронный ресурс] // Омский научный вестник. 2018. №1. С. 66–74. URL:

- https://journals.omgtu.ru/index.php/onv_ois/article/view/342 (дата обращения: 28.05.2023).
12. Головин С.Ю. Словарь практического психолога. Минск: Изд-во: Харвест, 1998. 165 с.
13. Гулина М.А. Групповая психотерапия. Психология социальной работы: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии. СПб: ПИТЕР, 2010. С. 266-271.
14. Гулина М.А., Гулина М.А. Проблема языка в терапевтической и консультативной психологии [Электронный ресурс] // Консультативная психология и психотерапия. 2012. Том 20. № 4. С. 128–163. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2012_n4/61736 (дата обращения: 21.05.2023).
15. Ермакова Е.В. Изучение синдрома эмоционального выгорания как нарушения ценностно-смысловой сферы личности (теоретический аспект) [Электронный ресурс] // Культурно-историческая психология. 2010. Том 6. № 1. С. 27–39. URL: https://psyjournals.ru/journals/chp/archive/2010_n1/29159 (дата обращения: 21.05.2023).
16. Залевский Г.В., Галажинский Э. В., Умняшкина С. В. Синдром эмоционального выгорания как проблема самоактуализации личности (в сфере помогающих профессий) [Электронный ресурс] // СПЖ. 2001. №14-15. С. 68-70. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-kak-problema-samoaktualizatsii-lichnosti-v-sfere-pomogayuschih-professiy> (дата обращения: 30.03.2023).
17. Кезикова И.З., Хомяков А.Г. Эмоциональное выгорание священнослужителей Русской православной церкви [Электронный ресурс] // Новое в психолого-педагогических исследованиях. 2017. №.2. С. 101-108. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-emotsionalnogo-i-professionalnogo-vygoraniya-u-hristianskih-svyaschennosluzhiteley> (дата

обращения: 30.03.2023).

18. Клементьева М.В. «Подлинное Я» как предиктор формирующейся взрослости студентов [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2020. Том 25. № 3. С. 64—74. URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2020_n3/Klementyeva (дата обращения: 21.05.2023)

19. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере: автореферат дисс....канд.психологических наук. СПб, 2005. 222 с.

20. Корытова Г.С. Эмоциональное выгорание в профессиональной педагогической деятельности: защитно-совладающий аспект. [Электронный ресурс] // Вестник ТГПУ, 2013. № 5. С. 175-181. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-v-professionalnoy-pedagogicheskoy-deyatelnosti-zaschitno-sovladayuschiy-aspekt> (дата обращения: 21.05.2023).

21. Леонтьев Д.А. Очерк психологии личности. Москва: Изд-во: Смысл, 1993. 43 с.

22. Лозинская Е.И., Лутова Н.Б., Вид В.Д. Системный индекс синдрома перегорания (на основе теста МБИ: методические рекомендации. М.: НИПНИ им. Бехтерева, 2007. 17 с.

23. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия. М.: Изд-во: Генезис, 2008. 123 с.

24. Лэнгле А. Экзистенциальный анализ. Экзистенциальные подходы в психотерапии. М.: Изд-во: Когито-Центр, 2020. 322 с.

25. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиций экзистенциального анализа [Электронный ресурс] // Вопросы психологии, 2011. № 2. С. 22–25. URL: https://psyjournals.ru/journal_editorial_boards/105 (дата обращения: 21.05.2023).

26. Лэнгле А. Existenzanalyse // Развитие личности, 2005. №1. С. 127—148. [Электронный ресурс] URL: <http://rl-online.ru/articles/1-05/290.html> (дата обращения 30.09.2023).
27. Маликова И.А. Проблема профессионального выгорания педагогов высшей школы [Электронный ресурс] // Вестник Донецкого педагогического института. 2017. №1. С. 288-292. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-professionalnogo-vygoraniya-pedagogov-vysshey-shkoly> (дата обращения: 30.03.2023).
28. Миарс Рассел Д. Экзистенциальная аутентичность: основополагающая ценность для консультирования [Электронный ресурс] // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. URL: <http://hpsy.ru/public/x023.htm> (дата обращения : 30.09.2023).
29. Нартова-Бочавер С.К. Аутентичность личности как предиктор совладания со стрессом и возможный эффект стресса // Человек. 2023. Том. 34, №4 С. 128-148.
30. Нартова-Бочавер С.К., Корнеев А.А., Резниченко С.И. Краткая версия опросника аутентичности Керниса-Голдмана: адаптация в России // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Том 30. № 3. С. 150-171. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2022_n3/Nartova-Bochaver_et_al
31. Олпорт Г.В., Становление личности. Избранные труды. Москва: Изд-во Смысл, 2002. 443 с.
32. Осин Е.Н. Аутентичность // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2004. Том 5, № 2, С. 88-93.
33. Осин Е.Н., Егорова П.А., Кедрова Н.Б. // Конструктивные функции мечты: от теоретической модели к эмпирической валидации. Часть 2. 2024. Том 20, №1, С.97-107.
34. Пантелеева О.Л. Взаимосвязь компонентов самореализации и самоактуализации студентов // Акмеология. 2019. № 1. С. 15—21.

35. Понамарева О.П., Конторович Е.П., Заболотникова Д.А. Комплексная профилактика профессионального выгорания у педагогов. // Медицина труда и промышленная экология. 2018. №7. С. 27-33.
36. Почтарева Е.Ю. Ценностно-смысловая сфера личности: сущность, детерминанты, механизмы развития // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2017. №4. С. 563–575.
37. Рагулина М.В. Аутентичность как психологический ресурс самоорганизации личности: автореферат дис. ... кандид. психол. наук. Хабаровск, 2007. 24 с.
38. Рагулина М.В. Ценностно-смысловое содержание понятия «аутентичность» как системного качества личности // Вестник Томского государственного университета. 2007. №296. С. 206-212
39. Робертс Г.А. Профилактика выгорания // Обзор современной психиатрии, 1998. №1. С. 39-46.
40. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва: Изд-во Прогресс Универс, 1994. 480 с.
41. Ролло М. Человек в поисках себя. СПб. : Изд-во Питер, 2022. 240с.
42. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. СПб.: Изд-во Питер, 2015. 328 с.
43. Санькова М.И. Синдром «Эмоционального выгорания» у социальных работников: теоретический анализ понятия [Электронный ресурс] // Южно-российский журнал социальных наук. 2004. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-u-sotsialnyh-rabotnikov-teoreticheskiy-analiz-ponyatiya> (дата обращения: 24.02.2023).
44. Сартр Ж.-П. Последний шанс. СПб: Изд-во Азбука, 2000. 462 с.
45. Сартр Ж.П. Бытие и ничто: опыт феноменологической онтологии. М.: Изд-во Республика, 2000. 639 с.
46. Стивен Д. Аутентичность. Как быть собой. М.: Изд-во Альпина Паблишер, 2019. 304 с.

47. Филатова О.А. Аутентичность в структуре совладающего поведения педагога: эмпирическое исследование. // Вестник КГУ. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика, 2020. Том 27, № 2, С. 147-153.
48. Филатова О.А. Аутентичность как мотивационный ресурс профессиональной деятельности специалиста помогающего профиля // Мотивация и рефлексия личности: теория и практика. 2018. С. 189-194.
49. Филатова О.А. Становление понятий «аутентичность» и «профессиональная аутентичность» в отечественной психологии [Электронный ресурс] // Материалы V Международной научно-практической конференции «Герценовские чтения: психологические исследования в образовании, 2022. № 5. С. 114–121. URL: <https://doi.org/10.33910/herzenpsyconf-2022-5-14> (дата обращения: 02.04.2023).
50. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Изд-во Прогресс, 1990. 172 с.
51. Фромм Э. Иметь или быть? М.: Изд-во АСТ, 2019. 320 с.
52. Фромм Э. Человек для себя. М.: Изд-во АСТ, 2016. 320 с.
53. Холлис Дж. Душевные омуты: возвращение к жизни после тяжелых потрясений. М.: Изд-во Когито-Центр, 2017. 192 с.
54. Храмова Т.К. Аутентичность в контексте самореализации личности [Электронный ресурс] // Социосфера. 2020. №4. С. 75–77. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44368591> (дата обращения 05.07.2023).
55. Храмова Т.К. Аутентичность как психологическое условие формирования духовно-нравственной культуры личности [Электронный ресурс] // Гуманитарный трактат. 2022. №129. С. 10–12. URL: <https://gumtraktat.ru/vypuski/> (дата обращения 05.07.2023).
56. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания М.: Изд-во Альпина Нон-фикшн, 2011. 461 с.
57. Шмарина Т.А. Аутентичность личности и парадокс устойчивости к травматическому стрессу [Электронный ресурс] // Современная зарубежная

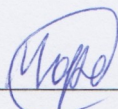
- психология. 2023. Том 12. № 3. С. 74–82. URL: 10.17759/jmfp.2023120307 (дата обращения 05.07.2023).
58. Эвнина К.Ю. Позитивные феномены в ценностно-смысловой сфере личности [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 2. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=8629> (дата обращения: 28.05.2023).
59. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Изд-во Прогресс, 1996. 344 с.
60. Юнг К.Г. Нераскрытая самость. М.: Изд-во АСТ, 2022. 256 с.
61. Юнг К.Г. Психологические типы. М.: Изд-во Litres, 2022. 154 с.
62. Ялом И. Дар психотерапии. М.: Изд-во Эксмо, 2019. 320 с.
63. Ялом И. Как я стал собой. М.: Изд-во Эксмо, 2018. 384 с.
64. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Изд-во Независимая фирма «Класс», 2004. 302 с.
65. Bonanno George A. The Other Side of Sadness: What the New Science of Bereavement Tells Us About Life After Loss. P.: Basic Books, 2019. 368 p.
66. Casas J.B., Benuto L.T. Breaking the silence: A qualitative analysis of trauma narratives submitted online by first responders // Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2022. Vol. 14. № 2. P. 190—198. DOI:10.1037/tra0001072
67. Kernis M.H., Goldman B.M. A Multicomponent Conceptualization of Authenticity: Theory and Research // Advances in Experimental Social Psychology. 2006. Vol. 38. P. 283—357. DOI:10.1016/S0065-2601(06)38006-9
68. Nartova-Bochaver S., Reznichenko S., Maltby J. The Authenticity scale: validation in Russian culture // Frontiers in Psychology. 2021. Vol. 11. Article 609617. DOI:10.3389/fpsyg.2020.609617
69. Newman G.E. The psychology of authenticity // Review of General Psychology. 2019. Vol. 23. № 1. P. 8—18. DOI:10.1037/gpr0000158

70. Wood A.M., Linley P.A., Maltby J., Baliousis M., Joseph S. The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale // *Journal of Counseling Psychology*. 2008. Vol. 55. № 3. P. 385—399. DOI:10.1037/0022-0167.55.3.385

**ПОСЛЕДНИЙ ЛИСТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
(МАГИСТЕРСКОЙ ДИССЕРТАЦИИ)**

Выпускная квалификационная работа (магистерская диссертация) выполнена мной совершенно самостоятельно. Все использованные в работе материалы и концепции из опубликованной научной литературы и других источников имеют ссылки на них.

«10» ноября 2024 г.



(подпись)

/ Морейт Анисей Михайлов

(Ф.И.О. полностью)