

UNIVERSITATEA „BABEȘ-BOLYAI” CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE TEOLOGIE REFORMATĂ

Școala Doctorală Ecumene

TEZA DE DOCTORAT

- REZUMAT -

**Indicatorii stării de sănătate a pastorilor și vulnerabilitățile
posibile datorate sindromului helper, al contratransferului și
al sindromului epuizării profesionale**

Coordonator științific:
PROF. UNIV. DR. MOLNÁR JÁNOS

Doctorand:
JAKABHÁZI BÉLA-BOTOND

CLUJ-NAPOCA
2020

CUPRINS REZUMAT

CUPRINS REZUMAT	2
CUPRINSUL TEZEI DE DOCTORAT	3
CUVINTE CHEIE	8
MOTIVAȚIA CERCETĂRII	8
STRUCTURA TEZEI DE DOCTORAT.....	9
CONCLUZII FINALE, CONTRIBUȚII PROPRII ȘI LIMITE	11
REFERINȚE BIBLIOGRAFICE.....	13

CUPRINSUL TEZEI DE DOCTORAT

Prefață	9
Introducere generală.....	11

Blocul I – TEORIE

Partea 1: Factorii de risc pentru sănătatea pastorilor.....	15
--	-----------

Introducere	15
Capitolul 1.1: Învățătura biblică referitoare la menținerea sănătății	21
Capitolul 1.2: Sănătatea pastorului.....	27
Capitolul 1.3: Factorii care periclitează sănătatea.....	31
Capitolul 1.4: Legătura dintre dedicarea spirituală și sănătatea mintală	32
Capitolul 1.5: Deformare profesională în vocația de pastor	34
Capitolul 1.6: Pași ce trebuie urmați cu scopul menținerii sănătății pastorului.....	40
<i>1.6.1. Prescripții personalizate</i>	<i>40</i>
<i>1.6.2. Pași instituționali ce trebuie urmați cu scopul menținerii sănătății pastorului.....</i>	<i>43</i>
Sinteză	44

Partea 2: Pastorii și sindromul helper.....	48
--	-----------

Introducere	48
Capitolul 2.1: Altruism rațional versus ajutare obsesivă – învățătura biblică referitoare la a ajuta	50
Capitolul 2.2: Identificarea cauzelor exercitării deformate a profesiei de pastor.....	53
<i>2.2.1. Reglarea respectului de sine</i>	<i>54</i>
<i>2.2.2. Trăsături de personalitate narcisică și complexul divinității.....</i>	<i>56</i>
Capitolul 2.3: Definirea sindromului helper și personalitatea celor cu sindromul helper	58

Capitolul 2.4: Soluționarea sindromului helper și prevenirea epuizării profesionale (burnout)	63
Sinteză	64
Partea 3: Contratransferență în activitatea pastorală.....	66
Introducere	66
Capitolul 3.1: Depistarea fenomenelor de transferență și contratransferență în activitatea pastorală	67
Capitolul 3.2: Principiul biblic al atitudinii față de contratransferență.....	70
Capitolul 3.3: Istoria contratransferenței – prezentarea succintă a dezvoltării a noțiunii	72
<i>A. Concepția clasică.....</i>	<i>74</i>
<i>B. Concepția totalistică.....</i>	<i>75</i>
<i>C Concepția moderată</i>	<i>77</i>
<i>D. Concepția complementară</i>	<i>77</i>
Capitolul 3.4: Descrierea detaliată a dezvoltării noțiunii de contratrasferență de la începuturi până în zilele noastre	80
<i>3.4.1. Conceptualizarea contratransferenței la Freud</i>	<i>80</i>
<i>3.4.2. Rolul lui Sándor Ferenczi în interpretarea noțiunii de contratransferență</i>	<i>81</i>
<i>3.4.3. Istoria post-freudiană a noțiunii de contratransferență</i>	<i>82</i>
<i>3.4.4. Contratransferența în zilele noastre.....</i>	<i>86</i>
Capitolul 3.5: Manifestările contratransferenței din perspectiva investigațiilor empirice.....	89
<i>3.5.1. Investigații în laborator</i>	<i>92</i>
<i>3.5.2. Cercetare pe teren</i>	<i>93</i>
Capitolul 3.6: Noțiuni legate de contratransferență	100
Capitolul 3.7: Ce este și ce nu este contratransferență	101
Capitolul 3.8: În general despre fenomenele care se manifestă în contratransferență.....	103
Capitolul 3.9: Identificarea și tratarea contratranferenței	117
<i>3.9.1. Identificare</i>	<i>117</i>

3.9.2. <i>Tratare</i>	120
Capitolul 3.10: „Beneficiul” contratransferenței în consilierea spirituală pastorală	122
Capitolul 3.11: Întrebuințarea eficientă a efectelor pozitive ale contratransferenței în interesul clientului/persoanei consiliate în cadrul activității pastorilor	125
Capitolul 3.12: Concluzii și recomandări privind atitudinea (Bisericii) față de contratransferență	128
Sinteză	134
Partea 4: Burnout în profesia/cariera pastorală	137
Introducere	137
Capitolul 4.1: Învățămintul biblic privind burnoutul	140
Capitolul 4.2: Conceptualizarea noțiunii de burnout	144
Capitolul 4.3: Tipuri de burnout	148
Capitolul 4.4: Istoricul și rezultatele cercetărilor empirice de burnout	149
4.4.1. <i>Faza timpurie a cercetării</i>	150
4.4.2. <i>Faza experimentală a cercetării fenomenului de burnout</i>	152
4.4.3. <i>„Descoperirea” burnoutului pastoral</i>	154
Capitolul 4.5: Cercetarea empirică a burnoutului pastoral	156
<i>A. Epuizare emoțională</i>	157
<i>B. Lipsa respectului și acceptării de sine</i>	159
<i>C. Suprasolicitare</i>	163
<i>D. Stresul îmbolnăvitor</i>	167
Capitolul 4.6: Dedicarea vocațională și viața familială	169
4.6.1. <i>Problema dedicării în contextul burnoutului</i>	169
4.6.2. <i>Problematika incompatibilității cerințelor familiare cu ale locului de muncă</i>	170
Capitolul 4.7: Cauzele mediului și cele personale în formarea burnoutului	173
4.7.1. <i>Cauzele externe, de mediu ale burnoutului: particularitățile locului de muncă și ale instituției (organizației)</i>	175
4.7.2. <i>Cauzele individuale, particularitățile interne care conduc la burnout</i>	182
a.) <i>Atitudinea față de muncă</i>	185

<i>b.) Caracteristici personale</i>	187
A. Respectarea obsesivă a cerințelor.....	191
B. Înclinație pentru sentimentul rușinii și/sau a vinovăției.....	191
C. Depresia și epuizarea compasiunii	196
Capitolul 4.8: Simptomele, fazele și consecințele concrete ale burnoutului	197
<i>4.8.1. Simptome</i>	197
<i>4.8.2. Fazele soluționării procesului de burnout</i>	199
<i>4.8.3. Consecințele burnoutului</i>	202
Capitolul 4.9: Prevenirea și tratamentul burnoutului	203
<i>4.9.1. Prevenirea și tratamentul burnoutului la nivelul individului.....</i>	205
<i>4.9.2. Prevenirea și tratamentul burnoutului la nivelul instituției (organizație)</i>	207
Sinteză	207

Blocul II – STUDIU

Partea 5: Studiul stării de sănătate a pastorilor/preoților	211
Capitolul 5.1: Scopul studiului și ipotezele cercetării	211
<i>5.1.1. Obiectivele studiului</i>	211
<i>5.1.2. Ipotezele studiului</i>	212
Capitolul 5.2: Prezentarea instrumentelor studiului	213
A. Date biografice și demografice	213
B. Probleme referitoare la starea sănătății și la comportamentul în materie de sănătate	213
C. Caracteristici legate de activitate și locul de muncă.....	213
D. Chestionare.....	214
<i>Chestionar 1: GHQ-12 – Chestionarul sănătății mintale.....</i>	214
<i>Chestionar 2: BSCI-LM – Chestionarul scurtat al rostului vieții (Life Meaning Subscale)</i>	214
<i>Chestionar 3: WBQ-5 – Chestionarul de bunăstare</i>	215
<i>Chestionar 4: Chestionarul Burnout a lui Maslach – Maslach Burnout Inventory</i>	216
<i>Chestionar 5:– Chestionarul PISI (Psychological Immune System Inventory)</i>	219

<i>Chestionar 6: Varianta scurtă a chestionarului Depresiei Beck – Beck Depression Inventory, BDI shortened version – Beck Depression Inventory, BDI shortened version</i>	<i>222</i>
Partea 6: Descrierea populației analizate și a procesului de analiză.....	223
Capitolul 6.1: Date biografice și demografice	223
Capitolul 6.2: Indicatorii obiectivi și subiectivi ai stării generale de sănătate	239
Capitolul 6.3: Rezultatele evaluării referitoare la starea de sănătate și la comportamentul în materie de sănătate.....	262
Capitolul 6.4: Rezultatele chestionarelor	280
Capitolul 6.5: Analiza ipotezelor.....	286
Capitolul 6.6: Rezultatele semnificative a 8 comparații și evaluări, efectuate pe lângă analiza ipotezelor	292
Partea 7: Sinteza și interpretarea rezultatelor studiului	294
Capitolul 7.1: Imaginea ce se conturează în baza datelor personale.....	295
Capitolul 7.2: Imaginea ce se conturează în baza chestionarelor	302
Capitolul 7.3: Imaginea ce se conturează în baza analizei ipotezelor	304
Partea 8: Limitele studiului. Recomandări pentru aplicații practice.....	305
Limite	305
Recomandări.....	305
Epilog.....	313
Mulțumiri.....	315
Referințe bibliografice	316
Anexe	335

CUVINTE CHEIE: *starea de sănătate, riscurile și vulnerabilitățile vocatiei de pastor, sindromului helper, contratransfer, sindromului epuizării profesionale (burnout), pastori unitarieni, cercetare empirică*

MOTIVAȚIA CERCETĂRII

Pastorul în exercitarea profesiei sale, pe parcursul activității vrea să ajute (să sprijine, să încurajeze, să sfătuiască, să mângâie). Pastorul în înțelesul larg al cuvântului este un specialist cu ocupație în a da ajutor, care cu enoriașii și sau clienții săi formează un fel de parteneriat, în care cunoștințele profesionale corespunzătoare/adecvate – informații și metode relevante din punct de vedere teologic și psihologic –, sunt întregite de asumarea implicării personale. Aceasta din urmă este cunoscută și din evanghelie, ca fiind una dintre condițiile vieții creștine, ca ucenic a lui Isus: plângeți cu cei ce plâng, bucurați-vă cu cei ce se bucură, purtând povara celuilalt om (căci până la urmă și „celălalt” suntem noi înșine). Nu bagajul cunoștințelor teoretice, însușirea metodelor sau tehnicilor, este prima condiție pentru a deveni ajutor, consilier pastoral, ci disponibilitatea de a ne îngenunchea în fața demnității necondiționate a omului manifestată și în suferință, și să îngăduim nouă înșine, ca aceste experiențe să ne transforme inimile.

În elaborarea lucrării mele de doctorat îmi propun ca scop studierea stării de sănătate a pastorilor, cercetarea domeniului bunăstării și a sindromului epuizării profesionale (burnout). În acest sens doresc să interpretez și rezultatele unui vast studiu, a cărei utilitate practică o găsesc în îmbunătățirea condițiilor de muncă pentru angajații bisericii. Formulez propuneri concrete și pentru sporirea sprijinului instituțional al lor. În măsura în care această lucrare oferă puncte de sprijin utile pentru ca, activitatea pastorilor să fie eficient sprijinit, atât la nivel individual, cât și instituțional, atunci eforturile mele pentru realizarea ei nu a fost zadarnice. Însă, sunt conștient și de faptul că, tematica aleasă și studiată de mine comportă în sine confruntarea cu probleme incomode, ca de exemplu chestiunea deformării profesionale, care poate fi stânjenitoare în societatea pastorală, deoarece clatină mitul culturii bisericești din trecut, cel al a pastorului care „nu cunoaște imposibilul în exercitarea neobosită a profesiei”. Totodată faptul că, în cadrul tezei mele psihologia primește mai mult spațiu decât teologia, poate să pară ciudat la prima vedere.

Am ales această tratare, deoarece pe de o parte în cazul teoriilor psihologice și a studierii acestora miza criticii aferente este mai mică, decât în cazul unei doctrine sau a unui principiu teologic, pe de altă parte este mai util din punct de vedere practic: un pastor de confesiune

unitariană în cadrul mediului protestant din Transilvania (dar nu numai) poate să scrie în mod relevant, doar dacă nu dezbate tema dată din punctul de vedere al particularităților confesiei sale. Această abordare nu înseamnă sacrificiu din partea mea, ci o „distanțare” teologică necesară, care poate face interesantă și utilă lucrarea mea pentru colegii mei reformați, evanghelici sau romano-catolici, etc. În tot cazul, în cadrul dezvoltării tematicii de către mine, citatele și relatările biblice, respectiv considerațiile și punctele de vedere teologice provin toate din universul valorilor creștine de bază.

Lucrarea mea de față s-a născut în urma recunoașterii faptului că, rolul pastoral s-a schimbat radical în ultimele 30 de ani, deoarece omul bisericii educând enoriașii, păzind identitatea națională, este înlocuit din ce în ce mai mult de vindecătorul rănilor sufletești, de însoțitorul ferm, care în baza evangheliei este prezent la nenorocirile umane inevitabile, fiind părtaș și camarad, om autentic și integru, cel care nu doar propovăduiește, dar și trăiește binecuvântarea dragostei divine iertătoare, cuprinzându-i pe toți și pe toate.

El este acel om, care poate să-și realizeze vocația cu omenie și inimă curată. Aceasta este viziunea mea despre îndeplinirea rolului de pastor în bisericile noastre, și doresc să devin și eu din ce în ce mai mult un astfel de pastor. Din acest motiv am ales această tematică, și o consider relevantă ca pastor, atât din punct de vedere colectiv (biserica), cât și individual (personal).

STRUCTURA TEZEI DE DOCTORAT

În ceea ce privește structurarea tezei mele de doctorat, am definit două blocuri mari, care cuprind mai multe părți formate din capitole. Am editat acest material vast, în acest „, având ca scop asigurarea unei transparențe cât mai bune (pentru a constitui o lectură logică, coerentă și ușor de urmărit).

Primul bloc se ocupă de definirea teoretică a stării de sănătate a pastorilor, iar prin prezentarea empirică a unor investigații, sunt identificați factorii *stării optime de sănătate și ai bunăstării*. Această primă parte începe cu învățătura biblică referitoare la menținerea sănătății, apoi urmează definirea generală și componentele stării de sănătate, care mai cu seamă se preocupă de condițiile care influențează starea de sănătate a pastorilor: izvoarele stresului aferente profesiei de pastor, factorii care periclitează sănătatea, constelația pastorală a condițiilor externe și interne, cu impact negativ (ex. deformare profesională) și pozitiv (ex. dedicarea confesională). Această parte se încheie cu discutarea prescripțiilor de igienă psihică și a responsabilităților instituției bisericești asumate față de angajații săi.

În continuare se face referire la examinarea trăsăturilor de personalitate predispuse la vulnerabilitate în cazul celor care aleg profesia pastorală, prin prezentarea succintă a teoriei sindromului helper încadrându-se în spectrul larg al tulburării narcisice. Această parte începe cu discutarea pildelor biblice legate de motivația pur altruistă de a ajuta. În timp ce prima parte (pe lângă definirea stării de sănătate) înfățișă riscurile care duc la îmbolnăvire, aici este vorba despre ajutători, abordând cât se poate de concis așa numitul sindrom helper (ajutător), în special cauzele motivației deformate, cu potențial de apariție pe scară largă în rândul celor care exercită profesia pastorală. Definirea sindromului helper este urmată de identificarea cauzelor și factorilor mobilizatori aferente fenomenului, iar în final se amintește despre posibilitățile de soluționare ale sindromului. Urmează apoi prezentarea fenomenului abia cunoscut în cercurile pastorale, și anume contratransferența pericolele ei, care se manifestă în cadrul relațiilor de consiliere pastorală. Această parte începe cu învățătura biblică referitoare la fenomenul contratransferenței. Este tratată apoi chestiunea importantă a rezistenței pastorilor față de contratransferență, respectiv întrebuintarea eficientă a efectelor pozitive ale contratransferenței (în vederea însănătoșirii) pe parcursul consilierii pastorale. După concluzionare, formulez acele propuneri, care pot determina atitudinea bisericii ca instituție, în privința modului corespunzător de raportare față de fenomenul contratransferenței.

Teza mea accentuează puternic periclitarea sănătății pastorale de către sindromul burnout, adică sindromul epuizării profesionale. Partea care tratează burnoutul pastoral începe cu învățământul biblic privind epuizarea, apoi după prezentarea pirmei formulări a noțiunii și a fenomenului (studiile metodice au început în ultima treime a secolului trecut, dată la care s-au stabilit caracteristicile specifice și s-au sistematizat tipurile acestuia în cadrul literaturii de specialitate), sunt prezentate cele mai importante puncte de referință pe parcursul procesului de definire, până în zilele noastre. Ca rezultat al cercetărilor empirice, respectiv ca urmare a eforturilor depuse de Maslach și echipa sa, vom vedea că s-a realizat un chestionar de încredere pentru evaluarea riscului de burnout. Pe parcursul studierii burnoutului, în special în ceea ce privește epuizarea pastorală, ne referim la tensiunea dintre cerințele familiare și cele profesionale, respectiv în general la acele caracteristici de mediu, ale locului de muncă și ale instituției (organizației) care cresc riscul de burnout. După prezentarea simptomelor burnoutului, a soluționării procesului de burnout, ne ocupăm și de problema dedicării, având importanță pentru cei care aleg profesia pastorală. Această parte se încheie cu discutarea problemelor de prevenire și tratare ale burnoutului.

Profunzimea și întinderea tratării a trei fenomene le-am realizat pe baza principiului gradației: prezentarea sindromului helper este scurtă, paginile dedicate contratransferenței sunt mai numeroase, ca de altfel și partea referitoare la burnout. Cel de al doilea bloc al disertației mele cuprinde interpretarea rezultatelor chestionarelor tip hârtie-creion, completate de către pastorii ai BUM-T (Bisericii Unitariene Maghiare din Transilvania), respectiv acele propuneri, care au fost formulate cu scopul menținerii stării de sănătate a pastorilor – în baza cunoștințelor teoretice și ale rezultatelor obținute. Studiul meu, fiind o cercetare cuprinzătoare referindu-se la toată Biserica Unitariană, se realizează prin evaluarea stării de sănătate, în principal al sănătății mintale (de igiena mintală) al membrilor corpului pastoral. Astfel, lucrarea mea oferă o evaluare complexă despre corpul pastoral în privința stării de sănătate, apoi modul în care prevenția și intervenția în cazul burnoutului merită să devină parte a studiului în cadrul învățământului teologic, totodată prezentarea diferitelor instrumente de autocunoaștere disponibile pastorilor, cu ajutorul cărora își pot exercita mai eficient și cu bucurie profesia.

Chestionarele au fost completate în luna mai 2015, cu ocazia reuniunii pastorale cu participare obligatorie, organizată pe protopopiatele bisericii, după ce am obținut autorizația și sprijinul bisericii pentru efectuarea evaluării, cu condiția ca chestionarele să fie strict anonime, respectiv să public rezultatele și concluziile ei. cu o introducere teoretică corespunzătoare, într-o publicație a bisericii. Pe parcursul evaluării am urmărit obținerea de răspunsuri pentru unele întrebări, de ex. în ce mod pastorii pot percepe propria lor stare de sănătate, în ce măsură sănătatea subiectivă este în concordanță cu indicatorii obiectivi ai sănătății și cu modul de viață conștient privind sănătatea, totodată felul în care numărul enoriașilor, starea familială și vârsta influențează gradul de satisfacție a vieții, respectiv măsura riscului de burnout, sau modul în care vârsta determină nivelul depresiei și al satisfacției de viață în cercul pastoral. Însă, pe lângă problemele evaluării, studiul are și un scop explorativ, practic prezintă interes pentru toate relațiile privind factorii de risc care influențează starea de sănătate, bunăstarea, satisfacția de viață, predispoziția la depresie și la burnout a pastorilor.

CONCLUZII FINALE, CONTRIBUȚII PROPRII ȘI LIMITE

Sintetizând concluziile care rezultă în urma examinării ipotezelor, referitor la starea de sănătate a pastorilor putem constata:

- somnul corespunzător, starea de odihnă comportă risc redus de burnout

- starea de sănătate apreciată subiectiv ca fiind mai bună, presupune risc redus de burnout
- pastorii căsătoriți dispun de stare emoțională, comportamentală mai pozitivă, de echilibru mental mai bun, decât pastorii necăsătoriți
- cu înaintarea vârstei crește încrederea în rostul vieții (chiar și atunci, când luăm în considerare fenomenul disonanței cognitive, rezultatul este încurajator privind profesia pastorală)
- încrederea în rostul vieții și satisfacția de viață este la un nivel mai ridicat în cazul pastorilor având parohii cu un număr mai mic (dar nu foarte mic) de enoriași, ca în cazul pastorilor cu parohii mari sau foarte mici (acest rezultat ridică întrebarea, dacă există un număr optim de enoriași și dacă este, care ar fi așa zisul număr optim de enoriași pentru un pastor).

Pe lângă analiza ipotezelor, concluzia cea mai importantă (și surprinzătoare) la care am ajuns este, că tulburarea sănătății mintale și riscul crescut de depresie comportă o încredere mai mare în rostul vieții, ceea ce nu este exclus să fie un specific pastoral.

În deceniul trecut numărul pastorilor care slujesc în Transilvania este în mare parte neschimbat, 140 de pastori își exercită profesia aici. În studiul meu au fost prelucrate chestionarele a 81 de pastori. Cazul ideal ar fi evaluarea întregii populații pastorale, ceea ce este imposibil de realizat, dat fiind faptul, că participarea este voluntară. Raportul de 140/81 este destul de bun, ca să putem trage concluzii.

O altă limită a studiului poate fi faptul că, în regiunea noastră, respectiv în Biserica Unitariană evaluarea este considerată întotdeauna ca o noutate, și nu este exclus, ca la completarea chestionarelor nu toți au fost foarte atenți la întrebări și la răspunsurile posibile.

În final precizez, că în ultimii cincisprezece ani în Transilvania nu au fost utilizate chestionarele psihologice folosite de mine, nici în cadrul Bisericii, de aceea rezultatele obținute nu pot fi comparate de ex. cu rezultate ale populației adulte din Transilvania, sau cu rezultatele anterioare ale corpului pastoral unitarian.

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

- AINSWORTH, M. és BOWLBY, J. (1965). *Child Care and the Growth of Love*. London: Penguin Books.
- AINSWORTH, M., BLEHAR, M., WATERS, E., és WALL, S. (1978): *Patterns of Attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- ALBAN INSTITUTE (2001/Sept.): *The leadership situation facing American congregations*. Washington, DC
- APPEL, J. és KIM-APPEL, D. (2008): Family systems at work: The relationship between family coping and employee burnout. *The Family Journal of Counseling and Therapy for Couples and Families*, 16 (3).
- ÁDÁM Sz. és SALAVECZ Gy. (2010): A stressz elméleti háttere és mérése a Selye János Lelki Egészség Program tesztbateriájának bemutatása, *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 11 (2010) 1.
- ÁDÁM Sz. és MÉSZÁROS V. (2012): A humán szolgáltató szektorban dolgozók kiégésének mérésére szolgáló Maslach Kiégés Leltár magyar változatának pszichometriai jellemzői és egészségügyi korrelátumai orvosok körében, *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 13 (2012) 2.
- BARNA, G. (2002): *Today's Pastors: A Revealing Look at What Pastors Are Saying About Themselves, Their Peers and the Pressures They Face*, Regal Books.
- BARNARD, L.K. és CURRY, J.F. (2012): The Relationship of Clergy Burnout to Self-Compassion and Other Personality Dimensions, *Journal of Pastoral Psychology*, 61.
- BECK, A. T. és CLARK, D. A. (1988): Anxiety and depression: An information processing perspective. *Anxiety Research*, 1 (1).
- BEEBE, R. S. (2007): Predicting Burnout, Conflict Management Style, and Turnover Among Clergy. *Journal of Career Assessment* 15 (2).
- BERGNER, T. M. H. (2012): *Burnout. A kiégés megelőzése 12 lépésben*, Miskolc, Z-Press Kiadó.
- BETAN, E., HEIM, A.K., ZITTEL, C. és WESTEN, D. (2005): Countertransference phenomena and personality pathology in clinical practice: an empirical investigation. *American Journal of Psychiatry*, 162.
- BNO - Betegségek Nemzetközi Osztályozása – 10 zsebkönyv DSM-IV meghatározásokkal (2002), Budapest, Animula.
- BOWEN, M. (1978): *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.

- BURISCH, M. (1994): *Das Burnout-Syndrom*. Springer Verlag Berlin, Heidelberg.
- BURISCH, M. (2006): *Das Burnout-Syndrom. Theorie der inneren Erschöpfung*. New York Berlin Heidelberg: Springer Verlag.
- BURKE, R. J. és GREENGLASS, E. (1993): Work stress, role conflict, social support, and psychological burnout among teachers. *Psychological Reports*, 73 (2).
- CABANISS, D.L., CHERRY, S., DOUGLAS, C.J. és SCHWARTZ, A. (2011): *Psychodynamic Psychotherapy: A Clinical Manual*. John Wiley & Sons Ltd.
- CABRÉ, L.J.M. (1998): Ferenczi's Contribution to the Concept of Countertransference, *International Forum of Psychoanalysis*, Volume 7, Issue 4, Routledge.
- CARVER, S. C. és SCHEIER, M. F. (2003): *Személyiségpszichológia*. Budapest, Osiris.
- CATALAN, J., BURGERS, A., PERGAMI, A., HULME, N., GAZZARD, B. és PHILLIPS, R. (1996): The Psychological impact on staff of caring for people with serious disease: The case of HIV infection and oncology. *Journal of Psychosomatic Research*, 40 (4).
- CHANDLER, D.J. (2009): Pastoral burnout and the impact of personal spiritual renewal, rest-taking, and support system practices. *Pastoral Psychology* 58.
- CHAPUT, J. P., DUTIL, C. és SAMPASA-KANYINGA, H. (2018): Sleeping hours: what is the ideal number and how does age impact this? *Nature and Science of Sleep*. 2018/10, 421-430. oldal (<https://doi.org/10.2147/NSS.S163071>).
- CHARLTON, R., ROLPH, J., FRANCIS, L. J., ROLPH, P. és ROBBINS, M. (2008): Clergy work-related psychological health: listening to the ministers of word and sacrament. *Journal of Pastoral Psychology*, 58.
- CHERNISS, C. (1980): *Staff Burnout - Job Stress in the Human Services*, Sage Publications, Inc. Thousand Oaks.
- CHERNISS, C. (1980): *Professional Burnout in Human Service Organizations*. New York, NY: Praeger.
- CIAN, C., BARRAUD, P.A., MELIN, B. és RAPHEL, C. (2001): Effects of fluid ingestion on cognitive function after heat stress or exercise-induced dehydration – *International Journal of Psychophysiology*, 42 (3), 243-251.
- CIARROCCHI, J. W. (1993): *A Minister's Handbook of Mental Disorders*. New York, Paulist Press.
- COATE, M. A. (1989): *Clergy stress: The hidden conflicts in ministry*. London, UK: New Library

of Pastoral Care.

- COLLINS, G. R. (2007): *Christian Counseling: A comprehensive guide*. Nashville, Thomas Nelson.
- CONWAY-TURNER, K. (1998): *Women's Studies in Transition: The Pursuit of Interdisciplinarity*, University of Delaware Press.
- COOPER, C. L. és BARLING, J. (szerk.,2008): *The SAGE handbook of organizational behavior*. SAGE Publications, London, UK.
- CORDES, C.L. és DOUGHERTY, T.W. (1993): A review and an integration of research on job burnout. *Acad. Manage. Rev.* 18.
- COREY, C. (2013): *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Brooks/Cole, Cengage Learning (9. kiadás), 78.
- CSÜRKE J. és mtsai (szerk., 2009): *Mindennapi kríziseink – A lélektani krízis és a krízisintervenció kézikönyve*. Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- CZIRE Sz. (2013): Két jézusi gyógyítás szocioszomatikus olvasata. *Az Egység tükröződései (Unitárius teológiai tanulmányok)* Protestáns Teológiai Intézet, Kolozsvár, 47-61. oldal
- DIENER, E., OISHI, S. és LUCAS, R.E. (2003): Personality, Culture, and Subjective Well-Being Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54 (1).
- DOMNOWSKI, M. (2005): *Burnout und Stress in Pflegeberufen. Mit Mental-Training erfolgreich aus der Krise*, Brigitte Kunz Verlag, 2. kiadás.
- DOOLITTLE, B.R. (2007): Burnout among parish-based clergy. *Mental Health Religion & Culture*, 10 (1).
- DOOLITTLE, B.R. (2008): The impact of behaviors upon burnout among parish-based clergy. *Journal of Religion and Health*, 49.
- DOOLITTLE, B.R. (2010): The Impact of Behaviors upon Burnout Among Parish-Based Clergy, *Journal of Religion and Health*, March 2010, 49 (1).
- EDELWICH, J. és BRODSKY, A. (1980).: *Burnout: Stages of Disillusionment in the Helping Professions*, Human Science Press. New York.
- EDELWICH, J. és BRODSKY, A. (1984): *Ausgebrannt: das „Burn-out“ - Syndrom in den Sozialberufen*, AVM.
- ELIOT, R. S. és MACKIE, D. M. (2001): *Szociálpszichológia*, Osirisz Kiadó, Budapest.

- ENS, I.C. (1998): An Analysis of the Concept of Countertransference, Archives of Psychiatric Nursing, 1998/oct (Vol. 12).
- EURÓPAI BIZOTTSÁG (European Commission) - Special Eurobarometer 458: Attitudes of Europeans towards tobacco and electronic cigarettes (2017. május), Directorate-General for Communication, http://data.europa.eu/euodp/en/data/dataset/S2146_87_1_458_ENG.
- EVANS, S., HUXLEY, P., GATELY, C., WEBBER, M., MEARS, A. és PAJAK, S. (2006): Mental health, burnout, and job satisfaction among mental health social workers in England and Wales. The British Journal of Psychiatry, 188.
- FAIVER, M. C., O'BRIAN, E. és INGERSOLL, R. E. (2000): Religion, Guilt and Mental Health, Journal of Counseling and Development: JCD; Spring 2000; 78 (2).
- FEKETE S. (1991): Segítő foglalkozások kockázatai - helper-szindróma és burnout-jelenség. Psychiátria Hungarica, VI. évf. 17-29.
- FENGLER, J. (1992): Helfen macht müde. Pfeiffer Verlag, München.
- FICHTER, J. H. (1984): The Myth of Clergy Burnout, Sociological Analysis, 45 (4).
- FIGLEY, C. R. (szerk., 2002): Treating compassion fatigue. New York, NY: Brunner-Routledge.
- FINN, J.L. (1990): Burnout in the human services: A feminist perspective. Affilia, 5 (4).
- FIRTH-COZENS, J. és PAYNE, R.L, (szerk.,1999): Stress in Health Professionals, Wiley and Sons Ltd.
- FLASKAY G. (2006): A viszontáttételről, Pszichoterápia, 2006-December, MentalPort – <http://documents.tips/documents/a-viszontattetelrol2.html>.
- FODOR L. és TOMCSÁNYI T. (1990): Segítő kapcsolat, segítő szindróma, segítő identitás. http://internet.afsz.hu/resource.aspx?ResourceID=afsz_tamop222_szakanyag_online_tomcsanyi., 1. o., letöltve: 2015. július 27.
- FRANCIS, L. J., LOUDEN, S. H. és RUTLEDGE, C. (2004): Burnout among Roman Catholic parochial clergy in England and Wales: myth or reality? Review of Religious Research, 46.
- FRANCIS, L. J., KALDOR, K., ROBBINS, M. és CASTLE, K. (2005): Happy but exhausted? Work-related psychological health among clergy. Pastoral Sciences, 24.
- FRANCIS, L. J., TURTON, D. W., és LOUDEN, S. H. (2007): Dogs, cats and Catholic parochial clergy in England and Wales: Exploring the relationship between companion animals and work-related psychological health. Mental Health, Religion and

Culture, 10.

- FRANCIS, L. J., WULFF, K. és ROBBINS, M. (2008): The relationship between work-related psychological health and psychological type among clergy serving in the Presbyterian Church (USA). *Journal of Empirical Theology*.
- FRANCIS, L. J., ROBBINS, M., KALDOR, K. és CASTLE, K. (2009): Psychological type and work-related psychological health among clergy in Australia, England and New Zealand. University of Warwick (http://wrap.warwick.ac.uk/2917/1/WRAP_Francis_0673558-ie-170210-psychological_type_and_workrecent.pdf).
- FRANCIS, L. J., ROBBINS, M., ROLPH, J., TURTON, D. W. és ROLPH, P. (2010): The relationship between recalled self-esteem as a child and current levels of professional burnout among Anglican clergy in England. *Journal of Pastoral Psychology*, 59.
- FREEBORN, D. (2001): Satisfaction, commitment, and psychological well-being among HMO physicians. *The Western Journal of Medicine*, 174 (1), 13-18 oldal.
- FREUD, A. (1996): Az én és az elhárító mechanizmusok. The ego and the mechanisms of defence. Párbeszéd könyvek, Budapest, 1996.
- FREUDENBERGER, H. J. (1974): Staff Burn-out. *Journal of Social Issues*, 30 (1) (1974), 159–165.
- FREUDENBERGER, H.J. (1980): *Burnout: How to beat the high Cost of Success*, Bantam Books, New York.
- FREUDENBERGER, H.J. és NORTH, G. (1992): *Burnout bei Frauen*. Frankfurt am Main: Krüger, 1992.
- FRIEDMAN, I. A. (2000): Burnout in teachers: Shattered dreams of impeccable professional performance. *Journal of Clinical Psychology*, 56 (5).
- GABBARD, G.O. (1995): Countertransference: The Emerging Common Ground, *International Journal of Psycho-Analysis*, 76.
- GABBARD, G.O. (2001): A Contemporary Psychoanalytic Model of Countertransference, *Journal of Clinical Psychology*, 57 (8).
- GARTNER, J., LARSON, D. B. és ALLEN, G. D. (1991). Religious commitment and mental health: A review of the empirical literature. *Journal of Psychology and Theology*, 19 (1).

- GELSO, C. J. és MOHR, J. J. (2001): The working alliance and the transference-countertransference relationship: Their manifestation with racial/ethnic and sexual orientation minority clients and therapists. *Applied and Preventive Psychology*, 10.
- GELSO, C.J. és HAYES, J.A. (2007): *Countertransference and the Therapist's Inner Experience: Perils and Possibilities*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah - New Jersey.
- GOLDEN, J., PIEDMONT, R., CIARROCCHI, J.W. és RODGERSON, T. (2004): Spirituality and burnout: An incremental validity study. *Journal of Psychology and Theology*, 32 (2).
- GOLEMBIEWSKI, R. és MUNZENRIDER, R. (1990): Phases Of Burnout, Modes And Social Support: Contributions To Explaining Differences in Physical Symptoms. *Journal of Managerial Issues*, 2 (2).
- GOPINATHAN, P. M., PICHAN, G., és SHARMA, V.M.(1988): Role of dehydration in heat stress-induced variations in mental performance - *Arch Environ Health*, 1988 Jan-Feb; 43(1):15-17.
- GRISWOLD, M. G. és mtsai. (2018): Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016, *The Lancet*, Volume 392, Issue 10152, September 22, 2018 – online forrás: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)31310-2/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)31310-2/fulltext), 1015-1035.
- GRANDJEAN, A. (2004): *Water Requirements, Impinging Factors, and Recommended Intakes*, World Health Organization, August 2004 - https://www.who.int/water_sanitation_health/dwq/nutwaterrequir.pdf
- GROSCH, W. N. és OLSEN, D. C. (1994): *When helping starts to hurt*. New York: Norton.
- GROSCH, W. N. és OLSEN, D. C. (2000): Clergy burnout: An Integrative Approach. *Journal of Clinical Psychology* 56 (5).
- GURMAN, A.M. és RAZIN, A.S. (szerk., 1977): *Effective psychotherapy: Handbook of Research*, New York: Pergamon Press.
- HALAAS, G. W. (2002): *Ministerial health and wellness*, Evangelical Lutheran Church in America. Chicago, IL.
- HALIFAX, J. (1982): *Shaman: The wounded healer*. New York, Crossroad.
- HALL, C.S. és LINDZEY, G. (1978): *Theories of Personality*. John Wiley and Sons, Inc. 3. kiadás.

- HARROWER, M. (1963): Psychological Tests in the Unitarian Universalist Ministry. *Journal of Religion and Health*, 2 (2), 129-142.
- HARVARD MEDICAL SCHOOL, Harvard Health Publishing (2014, március): Do multivitamins make you healthier? - <https://www.health.harvard.edu/mens-health/do-multivitamins-make-you-healthier>
- HAYES, J. A., RIKER, J. R. és INGRAM, K. M. (1997): Countertransference behavior and management in brief counseling: A field study. *Psychotherapy Research*, 7.
- HAYES, J. A., MCCracken, J. E., McCLANAHAN, M. K., HILL, C. E., HARP, J. S. és CAROZZONI, P. (1998): Therapist perspectives on countertransference: Qualitative data in search of a theory. *Journal of Counseling Psychology*, 45.
- HAYES, J. A., GELSO, C.J. és HUMMEL, A.M. (2011): *Psychotherapy*, March – 48 (1), 88-97.
- HEDLEY, A. A., OGDEN, C. L., JOHNSON, C. L., CaARROLL, M. D., CURTIN, L. R., és FLEGAN, K. M. (2004): Prevalence of overweight and obesity among U.S. Children, adolescents, and adults, 1999–2002. *Journal of the American Medical Association*, 291 (23), 2847–2850.
- HEIMANN, P. (1950): On counter-transference, *The International Journal of Psychoanalysis*, Vol 31.
- HÉZSER G. (2001): *Miért? Rendszerelmélet és lelkipozói gyakorlat*. Kiadja A Magyarországi Református Egyház Kálvin János Kiadója.
- HÉZSER G. (2013): *Újra szárnyra kapni. Interjúk és előadások a krízisről és a segítségnyújtásról*. Marosvásárhely, Lector.
- HILLS, P., FRANCIS, L. J. és RUTLEDGE, C. J. F. (2004): The factor structure of a measure of burnout specific to clergy, and its trial application with respect to some individual personal differences. *Review of Religious Research*, 46 (1).
- HORVÁTH--SZABÓ K. (2002): *Büntudat-bűnbánat, Vigilia*, 67. 2002. 3. Budapest.
- HOTCHKISS, S. (2003): *Why Is It Always About You?: The Seven Deadly Sins of Narcissism*, Free Press.
- ICD-10 (BNO-10) - The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders: Clinical Descriptions and Diagnostic Guidelines World Health Organization, 1992.
- INSTITUTUL NATIONAL DE STATISTICA - http://www.insse.ro/old/sites/default/files/field/publicatii/evenimente_demografice_in_anul_2017.pdf.

- JACKSON, S. W. (2001): *The wounded healer*. Bulletin of the History of Medicine, 75.
- JACKSON-JORDAN, E. A. (2013): Clergy Burnout and Resilience: A Review of the Literature, Journal of Pastoral Care and Counseling, Volume: 67 (1).
- JACOBSON, J. M., ROTHSCHILD, A., MIRZA, F. és SHAPIRO, M. (2013): Risk for Burnout and Compassion Fatigue and Potential for Compassion Satisfaction Among Clergy: Implications for Social Work and Religious Organizations, Journal of Social Service Research, 39 (4).
- JAKABHÁZI B-B. (2010): Vallásosság, büntudat és lelki egészség kapcsolata az empirikus pszichológiai kutatások tükrében, Keresztény Magvető, 2010 (4).
- JAKABHÁZI B-B. (2013): A szorongás és diszfunkcionális attitűdök szerepe a büntudat-élmény meghatározásában különböző vallásos háttérrel rendelkező egyének esetében, Az Egység tükröződései (Unitárius teológiai tanulmányok) Protestáns Teológiai Intézet, Kolozsvár.
- JAKABHÁZI B-B. (2015a): A lelkész egészségének összetevői és lelkipásztori hivatásának veszélyeztetettsége a viszontáttétel jelensége által, Keresztény Magvető, 2015 (1).
- JAKABHÁZI B-B. (2015b): A lelkészek és a helper-szindróma, Keresztény Magvető, 2015 (2).
- JAKABHÁZI B-B. (2016): A lelképásztori krízisintervenció elméleti alapjai, Keresztény Magvető, 2016 (2).
- JAMES, K. R. és GILLILAND, E. B. (2005): Crisis Intervention Strategies, Fifth Edition – Instructor`s Edition. Belmont, CA, Thomson/Brooks/Cole.
- JUDELSON, D.A., MARESH, C.M., ANDERSON, J.M., ARMSTRONG, L.E., CASA, D.J., KRAEMER, W.J. és VOLEK, J.S.(2007): Hydration and muscular performance: does fluid balance affect strength, power and high-intensity endurance? - Sports Med. 2007;37(10):907-921.
- JUNG, C.G. (1963): Memories, dreams, reflections. New York: Random House.
- JUNG, C. G. (1968): Analytic psychology: Its theory and practice. New York: Pantheon.
- KADUSHIN, G. és KULYS, R. (1995): Job satisfaction among social work discharge planners. Health and Social Work, 20 (3).
- KALDOR, P. és BULLPIT, R. (2001): Burnout in church leaders. Adelaide: Openbook.
- KAMARÁS I. (1998): Papi szerepek és az idők jelei (előadás). Online forrás: http://www.kamarasistvan.eoldal.hu/cikkek/tanulmanyok/vallas/papi-szerepek-es-az-_idok-jelei_.html.

- KASLOW, F. és SCHULMAN, N. (1987): How to be sane and happy as a family therapist. *Journal of Psychotherapy and the Family*, 3.
- KASPER, G. (1991): Először tűz és láng, majd kiégés. A burnout szindróma pszichodramatikus kezelése tanár-továbbképzési szupervíziós csoportokban. Az überlingeni Moreno Intézet kollokviumára készült dolgozat In ÓNODY, S. (2001): Kiégési tünetek (burnout szindróma) keletkezése és megoldási lehetőségei, Országos Közoktatási Intézet, Új Pedagógiai Szemle, 2001 május (<https://epa.oszk.hu/00000/00035/00049/2001-05-ta-Onody-Kiegesi.html>).
- KILLIAN, K. D. (2008): Helping till it hurts? A multimethod study of compassion fatigue, burnout and self-care in clinicians working with trauma survivors. *Traumatology*, 14: 32,
- KING, H. és BAILAR, J. C. III. (1969): The health of the clergy: A review of demographic literature. *Demography*, 6(1).
- KLEIN, M. (1949, 1996): Notes on Some Schizoid Mechanisms. *Journal of Psychoter. Pract. Res.* 1996 Spring; 5 (2). (online elérhetősége az eredeti cikknek: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3330415/pdf/160.pdf>).
- KLESSMANN, M. (2002): A klinikai lelkigondozás kézikönyve. Debrecen, Debreceni Református Hittudományi Egyetem Gyakorlati Teológiai Tanszéke.
- KNOX, S., VIRGINIA, S. G., THULL, J. és LOMBARDO, J. P. (2005): Depression and contributors to vocational satisfaction in Roman Catholic secular clergy. *Pastoral Psychology*, 54 (2).
- KOHUT, H. (2001): A *self* analízise – a narcisztikus személyiségzavarok pszichoanalitikus kezelése (The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorder) Ford.: Pintér Ferenc. Budapest, Animula Kiadó.
- KONKOLY THEGE B., MARTOS T., SKRABSKI Á. és KOPP M. (2008): A rövidített stressz és megküzdés kérdőív élet értelmességét mérő alskálájának (BSCI-LM) pszichometriai jellemzői [Psychometric properties of the Life Meaning Subscale from the Brief Stress and Coping Inventory (BSCI-LM)]. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*. 9.
- KOPP M. (1993): A szorongás kognitív viselkedésterápiája, Végeken sorozat, Budapest
- KÖZPONTI STATISZTIKAI HIVATAL (2019.03.28): Statisztikai Tükör, A válások demográfiai jellemzői - <http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/stattukor/valas17.pdf>.

- KUGLER, K. és JONES, W. H. (1992): On conceptualizing and assessing guilt, *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 (2).
- KUHNE, G. W. és DONALDSON, J. F. (1995): Balancing ministry and management: An exploratory study of pastoral work activities. *Review of Religious Research*, 37(2), 147–163.
- LARISEY, K.C (2012): The Wounded Healer: A Jungian Perspective, Fall 2012 – 13, C.G. Jung Society of Atlanta – <http://www.jungatlanta.com/articles/fall12-wounded-healer.pdf>.
- LARSON, D.G. (1985): Helper secrets: invisible stressors in hospice work. *American Journal of Hospice & Palliative Medicine*, 2 (6).
- LAUDERDALE, M. L. (1982): *Burnout: Strategies for Personal and Organizational Life*. San Diego, CA: Learning Concepts, subsidiary of University Associates.
- LEE, R.R. (1988): The reverse self object experience. *American Journal of Psychotherapy*, 42.
- LEE, C. és IVERSON-GILBERT, J. (2003): Demand, support, and perception in familyrelated stress among protestant clergy. *Family Relations*, 52(3).
- LEENE, G. J. F. és SCHUYT, T. N. M. (2008): *The Power of the Stranger: Structures and Dynamics in Social Intervention – A Theoretical Framework*. Hampshire, Ashgate Publishing Ltd.
- LEWIS, C.A., TURTON, D.W. és FRANCIS, L.J. (2007): Clergy work-related psychological health, stress, and burnout: An introduction to this special issue of *Mental Health, Religion and Culture*, *Mental Health, Religion & Culture*, 10:1.
- LEWINSON, P. M., JOINER, T. E. Jr. és ROHDE, P. (2001): Evaluation of cognitive diathesis-stress models in predicting major depressive disorder in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 110.
- LIVNAY, S. (1996): When Erickson meets Freud: The Therapist Trance and Countertransference as Resources for Hypnotherapist. In *Hypnosis International Monographs (szerk.: Peter, B., Trenkle, B., Kinzel, F.C., Duffner, C. és Iost-Peter, Volume 2*.
- LONDON, H.B. és WISEMAN, N.B. (1993): *Pastors at Risk*, Victor Press.
- LONDON, H.B.Jr. és WISEMAN, N.B. (2003): *Pastors at Greater Risk*, Regal; Revised edition.
- LUBIN, F., ROZEN, P., ARIELI, B., FARBSTEIN, M., KNAANI, Y., BAT, L., és FARBSTEIN, H. (1997): Nutritional and lifestyle habits and water-fiber interaction in colorectal adenoma etiology - *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev*. 1997, 6 (2), 79-85.

- LUBIT, R. (2002): The long-term organizational impact of destructively narcissistic managers. *Academy of Management Executive*, 16 (1).
- MAEDER, T. (1989): Wounded Healers, *The Atlantic Monthly*, 1989/1.
- MAGYAR TUDOMÁNYOS AKADÉMIA (1978-80): A Magyar Nyelv Értelmező Szótára. Akadémiai Kiadó, 3. kiadás, Budapest.
- MALONY, H.N. és HUNT, R.A. (1991): *The Psychology of Clergy*, Morehouse Pub Co.
- MÁNDI N. és FEKETE S. (2009): A segítő krízise. In Csürke, J. és mtsai (szerk.): *Mindennapi kríziseink. A lélektani krízis és a krízisintervenció kézikönyve. Lélekben otthon könyvek. Oriold és Társai. Budapest. 249-278.*
- MASLACH, C. (1982): *Burnout, the cost of caring*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- MASLACH, C, és JACKSON, S. (1981): *Maslach Burnout Inventory: Research Edition, manual*. Palo Alto.
- MASLACH, C, és JACKSON, S.E. (1993): *Maslach Burnout Inventory: Manual (2nd ed)*. Consulting Psychologist Press, Palo Alto, CA.
- MASLACH, C. és LEITER, M.P. (1997): *The Truth About Burnout – How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It*, Jossey-Bass.
- MASLACH, C., SCHAUFELI, W. B. és LEITER, M.P. (2001): Job Burnout, *Annual Reviews*, Annu. Rev. Psychol. 2001. 52.
- MAUGHAM, R.J. (2003): Impact of mild dehydration on wellness and on exercise performance - *European Journal of Clinical Nutrition*, 2003 Dec-57, Suppl 2, 19-23.
- MCCLURE, B. A. és HODGE, R. W. (1987): Measuring countertransference and attitude in therapeutic relationships. *Psychotherapy*, 24.
- MCKENNA, R.B., BOYD, T.N. és YOST, P.R. (2007): Learning agility in clergy: Understanding the personal strategies and situational factors that enable pastors to learn from experience. *Journal of Psychology and Theology*, 35 (3).
- MCMINN, M. R., KERRICK, S. R., DUMA, S. J., CAMPBELL, E. R. és JUNG, J. B. (2008): Positive coping among wives of male Christian clergy. *Pastoral Psychology*, 56 (4).
- MEEK, K.R., MCMINN, M.R., BROWER, C.M., BURNETT, T.D., MCRAE, B.W., RAMEY, M.L., SWANSON, D.W. és VILLA, D.D. (2003): Maintaining personal resiliency: lessons learned from evangelical protestant clergy. *Journal of Psychology and Theology*, 31 (4).

- MENNINGER, K. (1958): Theory of Psychoanalytic Technique. New York, Basic Books.
- MÉREI F. és SZAKÁCS F. (szerk., 1998): Pszichológiai Vademacum – 1. Explorációs és biográfiai módszerek, tünetbecslő skálák, kérdőívek, 2. rész, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.
- MICHAUD, D.S., SPIEGELMAN, D., CLINTON, S.K., RIMM, E.B., CURBAN, G.C., WILLETT, W.C., és GIOVANNUCCI, E.L. (1999): Fluid intake and the risk of bladder cancer in men - N Engl J Med.1999 May 6;340(18), 1390-1397.
- MICHELS, R., ABENSOUR, L., EIZIRIK, C. L. és RUBRIDGER, R. (szerk.,2002): Key Papers on Countertransference, International Journal of Psychoanalysis Key Papers Series, Karnac (Books) Ltd, London.
- MICUS, C. (2002): Friedfertige Frauen und wütende Männer? Theorien und Ergebnisse zum Umgang der Geschlechter mit Aggression. Weinheim, Juventa.
- MILLER, A. (1979): The drama of the gifted child and the psychoanalyst's narcissistic disturbance. International Journal of Psychoanalysis, 60.
- MILLS, B. és PARRO, C. (2005): Finishing Well in Life and Ministry: God's Protection from Burnout, Leadership Resources International.
- MINEO, L. (2019): Good genes are nice, but joy is better, The Harvard Gazette, online forrás: <https://news.harvard.edu/gazette/story/2017/04/over-nearly-80-years-harvard-study-has-been-showing-how-to-live-a-healthy-and-happy-life/>.
- MINER, H.M. (2007): Burnout in the first year of ministry: Personality and belief style as important predictors, Mental Health, Religion & Culture,10:1.
- MÜLLER, E. H. (1994): Ausgebrannt – Wege aus der Burnout-Krise, Herder Verlag, Freiburg im Breisgau.
- NAGYBÁNYAI NAGY O., RÓZSA S. és OLÁH A (szerk.) (2006): A pszichológiai mérés alapjai. Elmélet, módszer és gyakorlati alkalmazás. Bölcsész Konzorcium, Budapest.
- NEFF, K., KIRKPATRICK, K. és RUDE, S. (2007): Self-compassion and adaptive psychological functioning. Journal of Research in Personality, 41.
- NORCROSS, J.C. (szerk., 2002): Psychotherapy relationships that work, Evidence-Based Responsiveness, New York: Oxford University Press.
- NOUWEN, H.J.M. (2006): A sebzett gyógyító - Lelkiszolgálat napjaink társadalmában, Ursus Libris.
- OATLEY, K. és JENKINS, M.J. (2001): Érzelmek. Osiris Kiadó, Budapest.

- O'CONNOR, L. E., BERRY, J. W. és WEISS, J. (1999): Interpersonal guilt, shame, and psychological problems. *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 18, no 2. (<http://www.eparg.org/publications/interpersonalproblems.pdf>).
- OGDEN, T. H. (1992): The dialectically constituted/decentred subject of psychoanalysis, II. The contributions of Klein and Winnicott. *Int. J. Psychoanal.*, 73.
- OKTAY, J. (1992): Burnout in hospital social workers who work with AIDS patients. *Social Work*, 37 (5).
- OLÁH A. (1999): Útmutató a Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív (PIK) használatához. Kézirat. ELTE, Budapest.
- OLÁH A. (2005): Érzelmek, megküzdés és optimális élmény. Belső világunk mérésének módszerei. Trefort Kiadó, Budapest.
- OPPENHEIMER, J. E., FLANNELLY, K. J. és WEAVER, A. J. (2004): A comparative analysis of the psychological literature on collaboration between clergy and mental health professionals—Perspectives from secular and religious journals: 1970–1999. *Pastoral Psychology*, 53 (2).
- ÓNODY S. (2001): Kiegészi tünetek (burnout szindróma) keletkezése és megoldási lehetőségei, Országos Közoktatási Intézet, Új Pedagógiai Szemle, 2001 május (<https://epa.oszk.hu/00000/00035/00049/2001-05-ta-Onody-Kiegesi.html>).
- ÖRKÉNYI Á. (szerk., 2003): Országos Epidemiológiai Központ által végzett Országos Lakossági Egészségfelmérésének lelki egészségre vonatkozó kutatási jelentése nyomán, online forrás: <http://regi.oefi.hu/olef/OLEF2003/Jelentesek/LelkiegeszsegOLEF2003.pdf>.
- PALM REED, K., POLUSNY, M. és FOLLETTE, V. (2004): Vicarious Traumatization: Potential Hazards and Interventions for Disaster and Trauma Workers. *Prehospital and disaster medicine*. 19(1).
- PARGAMENT, K., TARAKESHWAR, N., ELLISON, C. és WULFF, K. (2001): Religious coping among the religious: The relationships between religious coping and well-being in a national sample of presbyterian clergy, elders, and members. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40 (3).
- PÁLHEGYI F. (szerk., 1995): *A személyes beszélgetés pszichológiai alapjai és technikája*. Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem.
- PEABODY, S. A. és GELSO, C. J. (1982): Countertransference and empathy: The complex

- relationship between two divergent concepts in counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 29.
- PEDHU, Y. (2019): Efforts to Overcome Countertransference in Pastoral Counseling Relationships, *Journal of Pastoral Care & Counseling*, Jun;73 (2):74-81.
- PERCZEL FORINTOS D., AJTAY Gy., KISS Zs. (szerk. 2005): Kérdőívek, becslőskálák a klinikai pszichológiában. Semmelweis Kiadó, Budapest.
- PFEIL, S. M. (2006): A new understanding of clergy compassion fatigue for facilitators of trainings for the prevention of sexual misconduct. *Journal of Religion & Abuse*, 8 (3).
- PINKER, S. (2002): *Hogyan működik az elme*, Budapest, Osiris Kiadó.
- PINES, A. M., ARONSON, E. és KAFRY, D. (1981): *Burnout: From Tedium to Personal Growth*. New York: The Free Press.
- PINES, A. M., és ARONSON, E. (1988): *Career Burnout – Causes and Cures*, The Free Press, New York.
- PINES, A. M. (2002): Teacher Burnout: A psychodynamic existential perspective, *Teachers and Teaching - Theory and practice*, 8 (2).
- PINES, A. M., és ARONSON, E. és KAFRY, D. (1993): *Ausgebrannt – Vom Überdruß zur Selbstentfaltung*, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart.
- PINTÉR G. (2017): A burnout szindróma jelensége, kezelése és megelőzése, a Tudomány Napjára, Moreno Centrum, Online: <http://www.morenocentrum.hu/index.php/pszichodrama-alkalmazasok/17-burnout-es-megujulas>.
- PIPER, H. C. (1998): *Einladung zum Gespräch: Themen der Seelsorge*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
- PROESCHOLD-BELL, R.J. és LEGRAND, S. (2010). High rates of chronic disease and obesity among United Methodist clergy. *Obesity*, 18(9).
- PROESCHOLD-BELL, R.J. és LEGRAND, S. (2010). High rates of obesity and chronic disease among United Methodist clergy, *Obesity*, 18(9).
- PROESCHOLD-BELL, R.J., LEGRAND, S., JAMES, J., WALLACE, A., ADAMS, C., és TOOLE, D. (2011): A theoretical model of the holistic health of United Methodist clergy. *Journal of Religion and Health*, 50 (3).
- PROESCHOLD-BELL, R.J. és LEGRAND, S. (2012): Physical Health Functioning Among United Methodist Clergy, *Journal of Religion and Health*, September, 51 (3), 734-

- PROESCHOLD-BELL, R. J. és MCDEVITT, P. J. (2012): An Overview of the History and Current Status of Clergy Health, *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 40 (3): Clergy Health: Ministering to the Minister.
- RAINER, S.T. (2012): Seven Keys to Preventing Pastoral Burnout, *The Christian Post*, május 27. Online forrás:
- RAINER, S.T. (2013): Twelve Ways Pastors Went from Burnout to Vision, május 27. Online forrás: <http://thomrainer.com/2013/05/27/twelve-ways-pastors-went-from-burnout-to-vision/>.
- RACKER, H. (1957): The meanings and uses of countertransference. *Psychoanalytic Quarterly*, 26.
- RANDALL, K. (2004): Burnout as a predictor of leaving Anglican parish ministry. *Review of Religious Research*, 46 (1).
- REYNOLDS, S. L. és MCILVANE, J. M. (2009): The impact of obesity and arthritis on active life expectancy in older Americans. *Obesity*, 17(2), 363–369.
- ROBERTS, S. B., FLANELLY, K. J., WEAVER, A. J. és FIGLEY, C. R. (2003): Compassion fatigue among chaplains, clergy, and other respondents after September 11th. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 191 (11).
- RODGERS, B.I. (1989): Concepts, analysis and the development of nursing knowledge: The evolutionary cycle, *Journal of Advanced Nursing*, 14.
- RODLER, I. szerk. (2004): Táplálkozási ajánlások a magyarországi felnőtt lakosság számára. Készült a Nemzeti Népegészségügyi Program keretében. Kiadja az Országos Egészségfejlesztési Intézet, <http://www.fao.org/3/a-as684o.pdf>, 8. oldal.
- ROSENBERGER, E.W. és HAYES, J.A. (2002): Therapist as Subject: A Review of the Empirical Countertransference Literature, *Journal of Counseling & Development*, Summer Volume 80.
- ROWATT, W. (2001): Stress and satisfaction in ministry families. *Review & Expositor*, 98(4), 523–543.
- ROYLE, M. H. (2005): *Insights into Stress among Parish Clergy in the UCC*. New Jersey, Clay Pots Research.
- RÓZSA S., RÉTHELYI J., STAUDER A., SUSÁNSZKY E., MÉSZÁROS E., SKRABSKI Á. és KOPP M. (2003): A Hungarostudy 2002 országos reprezentatív felmérés általános

módszertana és a felhasznált tesztbattéria pszichometriai jellemzői. *Psychiatria Hungarica*, 18:83.

- RUTLEDGE, C. és FRANCIS, L. (2004). Burnout among male Anglican parochial clergy in England: testing a modified form of the Maslach Burnout Inventory. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 15.
- SÁVAI J. (2004): A lelkigondozás elmélete és gyakorlata, HEFOP-3.3.1-P (tankönyv).
- SCHAUFELI, W.B. és ENZMANN, D. (1998): *The Burnout Companion to Study & Practice: A Critical Analysis*. Philadelphia, Taylor & Francis. London.
- SCHMIDTBAUER, W. (1977): *Die hilflosen Helfer*, Rohwolt, Reinbek.
- SCHMIDTBAUER, W. (2000): *Hilflose Helfer, Über die seelische Problematik der helfenden Berufe*. 9. kiadás. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt.
- SCHMIDTBAUER, W. (2013): *Das Helfersyndrom*. Hamburg, Rowohlt.
- SCHUYT, N.M. (2004): The Magnetism of Power in Helping Relationships. *Professional Attitude and Asymmetry, Social Work and Society International Online Journal*, 2 (1).
- SELIGMAN, M. E. P. és CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000): Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55.
- SINGER, B. A. és LUBORSKY, L. (1977): Countertransference: The status of clinical versus quantitative research. In Gurman, A.M. és Razin, A.S. (szerk., 1977): *Effective psychotherapy: Handbook of research*, New York: Pergamon Press.
- SHANNON, J., WHITE, E., SHATTUCK, A.L. és POTTER, J.D. (1996): Relationship of food groups and water intake to colon cancer risk - *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 1996 Jul;5(7), 495-502.
- SKOVHOLT, T. M., GRIER, T.L. és HANSON, M.R. (2001): Career counseling for longevity: Self-care and burnout prevention strategies for counselor resilience. *Journal of Career Development*, 27 (3).
- SMITH, C. S. (1995): An investigation of job-related coping strategies across multiple stressors and samples In MURPHY, L.R., HURRELL, J.J. Jr., SAUTER, S.L. és KEITA, G.P. (szerk., 1995): *Job stress interventions*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- SNELLENPERG, E. (2009): Önmagunkra találásunk elválaszthatatlan a számunkra elfogadható ember-, világ- és Istenképtől. Beszélgetés dr. Hézsér Gábor pasztorálpszichológussal, Szabadság 2009. szeptember 8.

- SROUR, B., CHAZELAS, E., DESMETZ, E., KESSE-GUYOT, E., CHANTAL, J., DESCHAMPS, V. és mtsai. (2019): Sugary drink consumption and risk of cancer: results from NutriNet-Santé prospective cohort, *The BMJ*, (régebben: British Medical Journal) <https://www.bmj.com/content/366/bmj.l2408>.
- SPENCER, J.L., WINSTON, B. E., BOCARNEA, M.C. és WICKMAN, C.A. (2009): Validating a practitioner's instrument measuring the level of pastors' risk of termination/exit from the church: Discovering vision conflict and compassion fatigue as key factors. Online forrás: [http://www.regent.edu/acad/global/publications/working/Spencer-Winston-Bocarnea-Wickman Pastors At Risk working paper.pdf](http://www.regent.edu/acad/global/publications/working/Spencer-Winston-Bocarnea-Wickman-Pastors-At-Risk-working-paper.pdf).
- STANTON-RICH, H.M. és ISO-AHOLA, S.E. (1998): Burnout and Leisure, *Journal of Applied Social Psychology*, 28 (21).
- STONE, W. H. (2009): *Crisis Counseling*. 3rd ed. Minneapolis, Fortress Press.
- STRACHEY, J. (szerk.) és RIVIERE, J. (ford.,1959): *Sigmund Freud Collected Papers*, Basic Books, 2. kötet.
- SZABÓ E., GALAMBOS A., SZABÓ J. és KÖKÖNYEI, Gy. (2016): A pszichopátiás személyiségzavar altípusai: elsődleges és másodlagos változat, *Alkalmazott Pszichológia*, 2016, 16(4).
- TAGNEY, J. P. (1992): Situational determinants of shame and guilt in young adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18.
- TAGNEY, J. P. és FISHER, K.W. (szerk., 1995): *Self-conscious emotions: The psychology or shame, guilt, embarrassment, and pride*. New York: Guildford Press.
- TAGNEY, J. P., MILLER, R. S., FLICKER, L. és BARLOW, D. H. (1996): Are shame, guilt and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (6).
- TAGNEY, J. P., STUEWIG, J. és MASHEK, D.J. (2007): Moral Emotions and Moral Behavior, *Annu Rev Psychol*.
- TAKÁCS I. (2005): Az idealizmustól a közönyig, a kiégés fázisai. *Látlelet*, XLIX. évfolyam, 2005. év 5-6. szám.
- TANDARI-KOVÁCS M. (2010): *Érzelmi megterhelődés, lelki kiégés az egészségügyi dolgozók körében. Doktori értekezés. Semmelweis Egyetem Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola, Budapest.*

- TAYLOR, H. A., COADY, S. A., LEVY, D., WALKER, E. R., VASAN, R. S., LIU, J., és FOX, C. (2009): Relationships of BMI to cardiovascular risk factors differ by ethnicity. *Obesity*. 2010 Aug;18(8):1638-45. doi: 10.1038/oby.2009.407. Epub 2009 Nov 19.
- TRANKLE, H. (1985): Gnothi seauton – In Würzburger Jahrbücher für die Altertumswissenschaft, Neue Folge, Bd. 11.
- TURTON, D. W. és FRANCIS, L. J. (2007): The relationship between attitude toward prayer and professional burnout among Anglican parochial clergy in England: Are praying clergy healthier clergy? *Mental Health, Religion and Culture*. 10.
- VALTIN, H. (2002): “Drink at least eight glasses of water a day.” Really? Is there scientific evidence for “8X8”? *American Journal of Physiol Regul Integr Comp Physiol*, Nov; 283 (5), 993-1004.
- VARGHA J. L. (2003): Egészségpszichológia. Kolozsvár (egyetemi jegyzet).
- VARGHA J. L. (2006): Kognitív- és viselkedésmódosítások, Kolozsvár (egyetemi jegyzet).
- VIRGINIA, S.G.: (1998): Burnout and Depression Among Roman Catholic Secular, Religious, and Monastic Clergy, *Pastoral Psychology*, Vol. 47, No. 1.
- WANG, P. S., BERGLUND, P. A. és KESSER, R. C. (2003): Patterns and correlates of contacting clergy for mental disorders in the United States. *Health Services Research*, 38 (2).
- WEAVER, A. J., FLANNELLY, K. J., LARSON, D.P., STAPLETON, C.L. és KOENIG, H.G. (2002): Mental Health Issues Among Clergy and Other Religious Professionals: A Review of Research, *Journal of Pastoral Care & Counseling*, Winter; 56 (4).
- WBQ-5 Kérdőív - Psychiatric Research Unit, WHO Collaborating Center for Mental Health, Frederiksborg General Hospital, DK-3400 Hillerød, https://www.psykiatri-regionh.dk/who-5/Documents/WHO5_English.pdf.
- WEEMS, L. H. Jr., ARNOLD, E. A. (2009): Clergy Health – A Review of Literature. Center for Help & Lewis Center for Church Leadership.
- WICK, J. R., PARSONS, D. R. és CAPPS, E. D. (szerk, 2003): *Clinical Handbook of Pastoral Counseling*. Vol. 3. New York, Paulist Press.
- WILLIAMS, J. M. G., WATTS, F. N., MACLEOD, C., és MATHEWS, A. (1997): *Cognitive psychology and emotional disorders* (2nd ed.). Wiley, Chichester.
- WILLIAMS, E. N., JUDGE, A. B., HILL, C. E., és HOFFMAN, M. A. (1997): Experiences of novice therapists in prepracticum: Trainees’, clients’, and supervisors’ perceptions

- of therapists' personal reactions and management strategies. *Journal of Counseling Psychology*, 44.
- WILSON, M.M. és MORLEY, J.E. (2003): Impaired cognitive function and mental performance in mild dehydration, *European Journal of Clinical Nutrition*, 2003 Dec-57 Suppl 2.
- WINEFIELD, H. R. és ANSTEY, T. J. (1991): Job Stress in General Practice: Practitioner age, sex and attitudes as predictors. *Family Practice*, 8 (2).
- WINNICOTT, D.W. (1949): Hate in the Counter-Transference, *The International Journal of Psycho-Analysis*, 1949; 30.
- WINNICOTT, D.W. (1960): Ego Distortion in Terms of True and False Self. In: Winnicott, D.W., (szerk.): *The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*, Karnac Books, London.
- WINNICOTT, D.W. (1960): Counter-transference. *British Journal of Medical Psychology*, 33 (17).
- WOLFF, H. W. (2001): *Az Ószövetség antropológiája*. Budapest, Harmat-PRTA.
- WORLD HEALTH ORGANISATION (WHO): Obesity and overweight, 16 February 2018.
<http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- YALOM, I. D. (2002): *The gift of therapy: An open letter to a new generation of therapists and their patients*. New York, HarperCollins.
- YALOM, I. D. (2012): *A terápia ajándéka*, Park Kiadó, Budapest.
- ZAHN-WAXLER, C. és KOCHANSKA, W. (1988): The origins of guilt. In R. A. Thompson (szerk., 1988): *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 36. Sociometric Development*. Lincoln: University of Nebraska Press.