

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВНИЧИХ ПРОФЕСІЙ

Макаренко П. В. кандидат психологічних наук, доцент, Національна академія Національної гвардії України
<https://orcid.org/0000-0002-9055-3287>

Доценко В. В. кандидат психологічних наук, доцент, Харківський національний університет внутрішніх справ
<http://orcid.org/0000-0001-7757-2793>

Сіроха Л. В. доктор філософії в галузі психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка
<http://orcid.org/0000-0003-1033-8075>

Представлено результати дослідження особливостей емоційного вигорання у працівників правничих професій. Визначено, що у судових експертів відсутні прояви емоційного вигорання, тоді як у працівників поліції, прокурорів і адвокатів емоційне вигорання знаходиться на стадії формування. Запропоновано низку заходів профілактичного характеру з метою формування психологічної стійкості до впливу негативних чинників професійної діяльності та підвищення загального рівня життєстійкості і ресурсності особистості працівників правничих професій.

Ключові слова: емоційне вигорання; життєстійкість; працівники правничих професій; стрес.

Вступ. Професійна діяльність правників пов'язана з серйозними ризиками і має певну специфіку. Так, поліцейські працюють в умовах екстремальності, загрози власному здоров'ю і життю, мають ненормований робочий день і систематично відчувають психофізичне напруження; адвокати інтенсивно спілкуються з різними верствами населення, мають низку кримінально-правових ризиків як-то, незаконні арешти, позбавлення статусу адвоката, позови про наклеп тощо; прокурори і судові експерти повинні відповідати вимогам професійної етики, несуть високу суспільну відповідальність за прийняті рішення при виконанні службових обов'язків. Усі ці фактори професійної діяльності правників можуть спричинити виникнення професійних стресів, фізичного та психічного виснаження, втрати мотивації до роботи і зниження ефективності її виконання.

Тому, незважаючи на наявні дослідження впливу професійної діяльності правників на їх особистість, актуальність вивчення емоційного вигорання представників правничих

професій не втрачає своєї актуальності. Особливого значення це набуває з огляду на хронічний стрес у професійній діяльності правників, що може стати першим кроком на шляху їх емоційного вигорання.

Метою статті є дослідження особливостей емоційного вигорання працівників правничих професій: поліцейських, адвокатів, прокурорів, слідчих експертів.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз поняття «вигорання» та розкрити особливості феномену емоційного вигорання.

2. Описати особливості виявів емоційного вигорання у працівників правничих професій.

3. Сформувані практичні рекомендації для профілактики та подолання емоційного вигорання у працівників правничих професій.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз наукової літератури зарубіжних і вітчизняних дослідників показав, що досліджуючи негативний вплив хронічного стресу на працівника чи надмірне психофізичне виснаження в

професійній діяльності автори використовують різні поняття, а саме: «емоційне вигорання», «професійне вигорання», «психічне вигорання», «психоемоційне вигорання», «професійна деформація».

Теоретичний аналіз феноменів «професійне вигорання» та «професійна деформація» особистості був нами проведений в дослідженні особливостей виявів професійної деформації слідчих, які працюють у слідчих підрозділах Національної поліції України (Макаренко & Захаренко, 2022). Констатуємо, що науковці визначають професійне вигорання як «синдром емоційного, розумового та фізичного виснаження через тривале емоційне перевантаження» (Шкраб'юк & Білик, 2020 с. 295), «фізичний і психічний стан, спричинений сильною напругою в організмі через постійні навантаження в професійній діяльності», «результат професійного стресу, його «крайній» вияв» (Сіроха, 2019, с. 131) тощо. Аналіз наукових досліджень показав, що головними чинниками виникнення професійної деформації у працівників правничих професій є стаж несення служби і сила деформуючого впливу конкретної професійної діяльності. Тоді як передумовами професійного вигорання є вплив негативних емоцій у спілкуванні та стрес-фактори правоохоронної діяльності (Медведєв, 2019; Макаренко & Захаренко, 2022).

Проблема емоційного вигорання детально досліджена у працях закордонних науковців (М. Буриш, А. Ланге К. Маслач, Г. Фрейденбергер та інші). Сам засновник терміну, Г. Фрейденбергер, зазначав, що емоційне вигорання («burn out») – це стан, коли людина починає відчувати виснаженість, втрату інтересу до роботи, погіршення робочої ефективності та негативне ставлення до своєї професії як наслідок довготривалого стресу на роботі, емоційної насиченості роботи або недостатньої підтримки з боку колег та керівництва. При цьому люди, які

працюють довгий час без емоційної підтримки, складають групу ризику щодо вигорання (Schaufeli, Buunk, 1996).

Синдром вигорання включено до 11-го видання Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-11) як явище, що виникло внаслідок хронічного стресу на робочому місці, з яким не вдалося впоратися. Основні ознаки вигорання:

- втрачається енергійність, з'являється відчуття виснаження;
- підвищується психологічне дистанціювання від роботи, негативні і песимістичні думки про роботу;
- знижується професійна ефективність.

Всесвітня організація охорони здоров'я наголошує, що термін «вигорання» використовується у професійному контексті і не повинен застосовуватися для опису досвіду в інших сферах життя. Дослідження переконливо показали, що працівники, яким загрожує вигорання (хронічно втомлені та мають негативне цинічне ставлення до роботи), демонструють порушення у виконанні професійних обов'язків та можуть зіткнутися з серйозними проблемами зі здоров'ям (Bakker A., Demerouti E, Sanz-Vergel A, 2014) Таким чином, вигорання є наслідком довготривалих професійних стресів.

Емоційне вигорання активно формується і розвивається на тлі негативного психоемоційного стану, психологічного стомлення, стресу, які призводять до виснаження енергетичних і особистісних ресурсів людини. Автори виокремлюють як різні стадії та етапи вигорання так і по-різному їх пояснюють. Наприклад, виокремлюють три стадії розвитку емоційного вигорання:

1) напруження – переживається у формі роздратування і тривоги через травмуючі обставини робочого середовища, працівник відчуває незадоволеність собою;

2) резистенція – неадекватне вибіркове емоційне реагування, емоційно-моральна дезорієнтація, поширення сфери економії емоцій поза професійним

середовищем, спроб обмеження сфери своїх професійних обов'язків, де необхідне емоційне включення;

3) виснаження – виражене падіння енергетичного тону та ослаблення нервової системи, відчуття емоційної відстороненості та неспроможності емоційно включатися в проблеми клієнтів, втрата інтересу та об'єктивного ставлення до роботи (Längle, 2003).

Burisch (2014) вважає, що вигорання є комплексом наслідків тривалого робочого стресу та виокремлює такі його фази:

1) попереджувальну:

а) надмірна участь у діяльності, надмірна активність; відмова від потреб, не пов'язаних з роботою, витіснення із свідомості переживань невдач і розчарувань; обмеження соціальних контактів;

б) виснаження (відчуття безсилля, безсоння, загроза нещасних випадків);

2) зниження рівня власної участі (стосовно колег, оточення, професійної діяльності, підвищення рівня вимог);

3) емоційних реакцій (депресія, агресія);

4) деструктивної поведінки (сфери інтелекту, мотиваційна, емоційно-соціальна);

5) психосоматичних реакцій та ослаблення імунітету (нездатність до релаксації у вільний час, безсоння, сексуальні розлади);

б) розчарування, негативної життєвої установки (почуття безпорадності і відсутності сенсу життя).

Виокремлено низку негативних наслідків емоційного вигорання, а саме: зниження ефективності професійної діяльності людини, що у свою чергу призведе до відчутних моральних і матеріальних збитків організації; розвиток напружених стосунків у колективі і формування негативного соціально-психологічного клімату в колективі; емоційне виснаження особистості, формування почуття хронічної втоми. Тому дослідження проявів синдрому емоційного вигорання є дуже важливим аспектом при вивченні професіогенезу

фахівців ризиконебезпечних професій і професій пов'язаних з інтенсивним спілкуванням з різними верствами населення.

Методи дослідження. За допомогою методики В.В. Бойко «Емоційне вигорання» ми визначили наявність і особливості емоційного вигорання у працівників правничих професій. Дана методика дозволяє виявити ознаки емоційного вигорання і визначити до якої фази вигорання вони належать: напруги, резистенції чи виснаження. Кожна фаза містить чотири ознаки. Сам автор методики розглядає емоційне вигорання як професійну деформацію особистості, яка виникає під впливом низки зовнішніх (хронічне психоемоційне напруження, підвищена відповідальність, неоптимальний психологічний клімат у колективі, нестабільні умови праці тощо) і внутрішніх (схильність до емоційної редукції, відсутність професійної мотивації, особистісні риси тощо) факторів (Бойко В.В., 2002).

Для обробки отриманих результатів використано описову статистику, t-критерій Стюдента для незалежних вибірок для виявлення статистично значимих відмінностей між середніми значеннями порівнюваних показників між групами дослідження. Математично-статистична обробка даних проводилася за допомогою пакетів прикладних програм «SPSS 22.0» та «Microsoft Office Excel 2010».

Емпіричну базу наукової розвідки становили 107 працівників правничих професій (працівники поліції, адвокати, юристи, судові експерти) віком від 22 до 45 років.

Досліджуваних були розділено на три групи в залежності від їх професійної діяльності. До першої групи ввійшли працівники Національної поліції України, правнича професія яких належить до органів виконавчої влади – 53 працівника поліції (50,0 %). Правоохоронці, служать суспільству шляхом забезпечення охорони прав і свобод людини, протидії злочинності, підтримання публічного

порядку та громадської безпеки; мають право на носіння, а в разі необхідності застосування вогнепальної зброї.

Другу групу дослідження склали юристи, а саме адвокати і прокурори – 36 юристів (33,0%). Прокурор – це державний службовець, який має вищу юридичну освіту, стаж роботи в галузі права не менше двох років і займається представленням інтересів обвинувачення або окремих громадян у суді, а також здійснює контроль законності проведення досудового розслідування. Адвокат – це юрист, фахівець з вищою юридичною освітою який надає професійну правову допомогу громадянам і організаціям, учасникам правовідносин

До складу третьої групи ввійшли судові експерти, а саме співробітники державної експертної установи, які мають спеціальні знання, необхідні для надання відповіді на питання слідства або суду – 18 судових експертів (17,0%).

Результати і обговорення.

В. Бойко розглядає емоційне вигорання з позиції теорії стресу. Згідно його концепції емоційне вигорання є динамічним процесом, розвивається поетапно, у відповідності до механізму розвитку стресу, і має три фази (Бойко В.В., 2002). Як показав аналіз результатів психодіагностики, у досліджуваних першої групи більшість ознак мають показники від 5 до 9 балів, що свідчить про їх несформованість (див. табл. 1). Так, чотири ознаки фази «Напруга» у працівників поліції не сформовані або взагалі відсутні.

Показники ознак емоційно-моральної дезорієнтації ($12,34 \pm 6,92$), неадекватного емоційного реагування ($11,04 \pm 6,48$) і редукції професійних обов'язків ($10,00 \pm 7,74$) вказують на те, що вони перебувають на стадії формування, як і сама фаза «Резистенція» ($42,55 \pm 10,58$). Також на стадії формування діагностовано ознаку емоційного дефіциту ($12,14 \pm 6,11$).

На основі вищевикладеного можемо стверджувати, що у працівників поліції емоційне вигорання знаходиться на стадії формування і проявляється у

раціоналізації, використанні стратегії виправдовування за допущену грубість; емоційному дефіциті в процесі взаємодії з різними верствами населення і спілкуванні з колегами; неадекватному, вибіркового емоційного реагуванні, обмеженні емоційної віддачі та прагненні якомога менше часу витратити на виконання професійних обов'язків.

У досліджуваних другої групи зафіксовано десять ознак емоційного вигорання на стадії формування, з них найбільші показники мають (див. табл. 1): емоційне відчуження ($14,64 \pm 7,39$), емоційно-моральна дезорієнтація ($14,55 \pm 6,48$), неадекватне емоційне реагування ($14,27 \pm 7,18$), переживання психотравмуючих обставин ($12,68 \pm 7,93$), редукція професійних обов'язків ($12,41 \pm 6,52$) і деперсоналізація ($12,41 \pm 6,89$).

Зафіксовано низку статистично значимих відмінностей між показниками емоційного вигорання досліджуваних другої групи у порівнянні з показниками першої і третьої групи. Так, емоційне відчуження статистично значимо ($p \leq 0,001$) більше проявляється у юристів другої групи ($14,64 \pm 7,39$) ніж у працівників поліції першої групи дослідження ($9,05 \pm 4,55$).

Неадекватне емоційне реагування статистично значимо ($p \leq 0,05$) частіше проявляється у юристів другої групи ($14,27 \pm 7,18$) ніж у працівників поліції ($11,04 \pm 6,48$) і судових експертів ($8,14 \pm 3,82$). Особистісне відчуження в професійних стосунках і розвиток цинічного ставлення до тих, з ким доводиться спілкуватися у професійній діяльності статистично значимо ($p \leq 0,05$) більш характерне для юристів другої групи ($12,41 \pm 6,89$) ніж для працівників поліції ($8,47 \pm 3,37$).

Фаза «Виснаження» статистично значимо ($p \leq 0,05$) знаходиться на стадії формування у юристів другої групи ($49,36 \pm 27,23$) порівняно з працівниками поліції, у яких дана фаза не сформована ($36,83 \pm 21,30$). Загалом, загальний рівень емоційного вигорання статистично

Питання психології

значимо ($p \leq 0,05$) має вищий показник розвитку у юристів другої групи ($138,50 \pm 61,66$) ніж у працівників поліції ($111,48 \pm 54,70$).

Таким чином, у правників другої групи дослідження діагностовано низку ознак емоційного вигорання на стадії формування які можуть проявлятися емоційним виснаженням, що провокує створення захисних бар'єрів у професійних комунікаціях, розвиток

закритості, відстороненості, байдужості у професійних стосунках. Будь-яке емоційне залучення до професійних справ і комунікацій викликає у них відчуття надмірної перевтоми і розвиток цинічного ставлення до тих, з ким доводиться спілкуватися в межах вирішення професійних завдань. Крім цього, юристи другої групи можуть надмірно відчувати психотравмуючі фактори професійної діяльності і психофізичну перевтому.

Таблиця 1

Психологічні особливості емоційного вигорання працівників правничих професій, ($x_{cp} \pm \sigma$)

Ознаки емоційного вигорання	1 група	2 група	3 група	t, p (1,2)	t, p (2,3)	t, p (1,3)
Переживання психотравмуючих обставин	9,58 ± 4,72	12,68 ± 7,93	7,14 ± 3,20	1,78	1,68	0,93
Незадоволеність собою	8,55 ± 3,13	8,86 ± 3,91	9,71 ± 4,23	0,18	0,26	0,41
Загнаність у кут	8,05 ± 3,49	10,09 ± 4,68	4,57 ± 2,32	0,61	2,36*	1,20
Тривога і депресія.	5,91 ± 2,21	8,09 ± 2,70	4,71 ± 2,40	1,26	0,99	0,42
фаза Напруга	32,10 ± 20,14	38,73 ± 22,00	26,14 ± 6,59	1,36	1,26	0,74
Неадекватне емоційне реагування	11,04 ± 6,48	14,27 ± 7,18	8,14 ± 3,82	1,89*	1,89*	0,99
Емоційно-моральна дезорієнтація	12,34 ± 6,92	14,55 ± 6,48	17,14 ± 8,48	1,54	0,83	2,18*
Економія емоцій	9,17 ± 4,33	10,18 ± 4,07	4,43 ± 2,28	0,30	2,67*	1,69
Редукція професійних обов'язків	10,00 ± 7,74	12,41 ± 6,52	7,00 ± 3,16	1,29	1,55	1,00
фаза Резистенція	42,55 ± 10,58	50,41 ± 14,14	36,71 ± 8,30	1,55	1,37	0,73
Емоційний дефіцит	12,14 ± 6,11	12,23 ± 6,55	13,57 ± 4,76	0,06	0,50	0,60
Емоційне відчуження	9,05 ± 4,55	14,64 ± 7,39	12,57 ± 6,36	3,39**	0,57	1,34
Деперсоналізація	8,47 ± 3,37	12,41 ± 6,89	6,86 ± 4,73	1,98*	1,24	0,48
Психосоматичні порушення	7,16 ± 3,76	10,09 ± 5,02	4,71 ± 2,67	1,46	1,19	0,80
фаза Виснаження	36,83 ± 21,30	49,36 ± 27,23	37,71 ± 27,51	2,34*	0,98	0,10
Загальний рівень емоційного вигорання	111,48 ± 54,7	138,50 ± 61,6	100,57 ± 42,5	1,99*	1,33	0,50

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,001$

У досліджуваних третьої групи зафіксовано (див. табл. 1) показник емоційно-моральної дезорієнтації на рівні сформованості ($17,14 \pm 8,48$). При цьому, розвиток байдужості у професійних

стосунках статистично значимо ($p \leq 0,05$) сформований у судових експертів ($17,14 \pm 8,48$) порівняно з працівниками поліції ($12,34 \pm 6,92$). Крім цього, судові експерти можуть демонструвати

Питання психології

емоційний дефіцит ($13,57 \pm 4,76$), емоційне відчуження ($12,57 \pm 6,36$) і виснаження ($37,71 \pm 27,51$).

Визначено, що емоційна замкненість, відчуження, бажання припинити будь-які комунікації статистично значимо ($p \leq 0,05$) більш характерні для юристів другої групи ($10,18 \pm 4,07$) ніж для судових експертів ($4,43 \pm 2,28$). Бажання змінити роботу чи професійну діяльність взагалі статистично значимо ($p \leq 0,05$) більш притаманне юристам другої групи ($10,09 \pm 4,68$) ніж судовим експертами третьої групи ($4,57 \pm 2,32$). Загальний рівень емоційного вигорання судових експертів має найнижчий показник, порівняно з працівниками поліції і юристами, і відповідає низькому рівню сформованості ($100,57 \pm 42,5$).

Отже, у досліджуваних третьої групи – судових експертів ми фіксуємо відсутність емоційного вигорання на рівні сформованості. Проте, виявлено деякі його ознаки які вказують на розвиток емоційно-моральної дезорієнтації, тобто байдужості у професійних стосунках, мінімізації емоційного внеску у роботу, автоматизм, спустошення і виснаження при виконанні професійних обов'язків, створення захисного бар'єру у професійних комунікаціях та можливим нівелюванням власних професійних досягнень.

Аналіз показників таблиці 1 показав, що у юристів другої групи (прокурорів і

адвокатів) найбільша кількість ознак емоційного вигорання і найбільший загальний рівень його сформованості порівняно з працівниками поліції і судовими експертами. Тобто, попри те, що професійна діяльність працівників поліції наповнена постійним ризиком і наявністю загрози життю, психофізіологічним перенавантаженням, вирішенням професійних завдань в умовах дефіциту часу та інформації і низкою інших негативних факторів, рівень сформованості їх емоційного вигорання статистично значимо ($p \leq 0,05$) нижчий ($111,48 \pm 54,70$) ніж у прокурорів і адвокатів ($138,50 \pm 61,6$). Такі показники свідчать про те, що працівники поліції мають кращий рівень стресостійкості та професійно-психологічної підготовки до несення служби в складних умовах, порівняно з цивільними юристами. Розпочинаючи з підготовки у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання працівники поліції вчаться поєднувати інтенсивні фізичні і психічні навантаження, навчання і несення служби, що робить їх більш витривалими і менш вразливими до негативного впливу професії.

Для кращої наочності ми представили найбільш виражені ознаки емоційного вигорання працівників правничих професій у вигляді таблиці (див. табл. 2).

Таблиця 2

Ознаки емоційного вигорання працівників правничих професій

Поліцейські	Прокурори і адвокати	Судові експерти
1. Емоційно-моральна дезорієнтація 2. Емоційний дефіцит 3. Неадекватне емоційне реагування 4. Редукція професійних обов'язків	1. Емоційне відчуження 2. Емоційно-моральна дезорієнтація 3. Неадекватне емоційне реагування 4. Переживання психотравмуючих обставин	1. Емоційно-моральна дезорієнтація 2. Емоційний дефіцит 3. Емоційне відчуження
Емоційне вигорання на стадії формування	Емоційне вигорання на стадії формування	Емоційне вигорання несформоване

Отримані результати дослідження дозволяють запропонувати психологам, які працюють з працівниками правничих професій, запровадити низку заходів профілактичного характеру з метою формування психологічної стійкості до

впливу негативних чинників професійної діяльності та підвищення загального рівня життєстійкості і ресурсності їх особистості за наступними напрямками:

1) психодіагностика ознак емоційного вигорання;

2) психологічна просвіта у формі лекцій, бесід, поширення спеціальної літератури, інтернет-ресурсів для роз'яснення причин розвитку, ознак і способів подолання емоційного вигорання;

3) групові тренінги різноспрямованої тематики: комунікативні тренінги – для розширення навичок спілкування; тимбілдінг – тренінги з формування команди і оптимізації соціально-психологічного клімату в колективі; тренінги з підвищення життєстійкості – опанування методами психологічної самопомоги і піклування про себе, релаксації і позитивного мислення, відновлення ресурсів; тренінги зниження емоційної вразливості і відреагування агресивних почуттів; тайм-менеджмент.

4) психологічна підтримка – надання необхідної психологічної допомоги, індивідуальне психологічне консультування.

Висновки. Відповідно до сучасних наукових уявлень, емоційне вигорання розуміється стан фізичного, емоційного і розумового виснаження, психологічного дистанціювання від роботи, що виявляється в професіях типу «людина-людина». Існує багато підходів до вивчення синдрому емоційного вигорання, тому в сучасній психології ще немає єдиного погляду на його визначення. Ми дотримуємося думки, що емоційне вигорання активно формується і розвивається на тлі хронічного дистресу, які призводять до виснаження енергетичних і особистісних ресурсів людини. З урахуванням специфіки професійної діяльності у правничій сфері, а саме

складністю й відповідальністю, наявністю значної кількості стресогенних чинників і ситуацій, вважаємо що працівники правничих професій найбільш схильні до емоційного вигорання.

Встановлено, що у другій групі дослідження (прокурори і адвокати) найбільша кількість ознак емоційного вигорання і найбільший загальний рівень його сформованості порівняно з працівниками поліції і судовими експертами. У групі судових експертів ознак емоційного вигорання не діагностовано. Зафіксовано, що рівень сформованості емоційного вигорання у працівників поліції статистично значимо нижчий, ніж у прокурорів і адвокатів. Можливо, професійно-психологічна підготовка поліцейських до несення служби в екстремальних умовах, що розпочинається з підготовки у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання, робить їх більш витривалими і менш вразливими до негативного впливу професії.

Практична психологія має широкий діапазон методів, прийомів, способів і технологій запобігання розвитку емоційного вигорання. Здійснюючи вибір того чи іншого методу важливо враховувати кваліфікацію і професійні вміння психолога. Комплексне впровадження своєчасної діагностики, просвіти, психологічної підтримки і системи тренінгів (соціально-психологічних, особистісного зростання, формування спеціальних навичок) може бути одним із ефективних напрямків профілактики емоційного вигорання у працівників правничих професій.

Список використаних джерел

1. Alfried Längle, M.D., Ph.D. (2003) International Society for Logotherapy and Existential Analysis, Vienna. Burnout –Existential Meaning and Possibilities of Prevention. *European Psychotherapy*. Vol. 4. No. 1. P. 107-122.
2. Bakker A., Demerouti E, Sanz-Vergel A. (2014) Burnout and work engagement: The JD–R approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. №1. pp. 389-411.
3. Burisch M. (2014) Das Burn-Out-Syndrom. *Theorie der Inneren Erschöpfung*. Heidelberg: Springer. № 5. p. 14–78.
4. Schaufeli W, Buunk P. (1996) A brief history of the burnout concept. *Handbook of Work and Health Psychology*. John Wiley&Sons Ltd. P.105-127. doi: https://doi.org/10.1007/978-3-319-52887-8_5
5. Доценко В.В. (2022) Розвиток психологічної стійкості поліцейських в умовах військової агресії // Проблеми сучасної поліцейської : тези доп. наук.-практ. конф. (м. Харків, 20 квіт. 2022 р.) / МВС України, Хар-ків. нац. ун-т внут. справ. Харків : ХНУВС, 160-164.

6. Макаренко П.В., & Захаренко Л.В. (2022) Вияви професійної деформації в слідчих поліції. *Юридична психологія*, 1 (30), 54-63. <https://psychped.naiu.kiev.ua/index.php/psychped/article/download/1504/1498>
7. Медведєв В. С. (2019) Юридико-психологічний зміст та особливості діяльності слідчого Національної поліції України. *Теорія і практика сучасної психології*. 3. Т. 2., 5 - 9. doi: <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.1>.
8. П'янківська, Л.В. (2019) Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України. Київ: Національна академія внутрішніх справ. [Дис. канд. психолог. наук] <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-piankivska.pdf>
9. Сіроха Л.В. (2019) Професійне вигорання працівників правничих професій в період їх професійного становлення. *Теорія та практика сучасної психології*. 2, 129-134. http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2019/part_1/2-1_2019.pdf#page=129
10. Шкраб'юк В. С., & Білик Д. І. (2020) Емоційне вигорання особистості: психологічний аналіз проблеми. *Молодий вчений*. 10 (86), 293–296. doi: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-10-86-60>

References

1. Alfried Längle, M.D., Ph.D. (2003) International Society for Logotherapy and Existential Analysis, Vienna. Burnout –Existential Meaning and Possibilities of Prevention. *European Psychotherapy*. Vol. 4. No. 1. P. 107-122.
2. Bakker A., Demerouti E, Sanz-Vergel A. (2014) Burnout and work engagement: The JD–R approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*. №1. pp. 389-411.
3. Burisch M. (2014) Das Burn-Out-Syndrom. *Theorie der Inneren Erschöpfung*. Heidelberg: Springer. № 5. p. 14–78.
4. Schaufeli W, Buunk P. (1996) A brief history of the burnout concept. *Handbook of Work and Health Psychology*. John Wiley&Sons Ltd. P.105-127. doi: https://doi.org/10.1007/978-3-319-52887-8_5
5. Dotsenko V.V. (2022) Rozvytok psykhologichnoi stiiikosti politseiskykh v umovakh viiskovoi ahresii [Development of psychological stability of police officers in conditions of military aggression] // Problemy suchasnoi politseistyky : tezy dop. nauk.-prakt. konf. (m. Kharkiv, 20 kvit. 2022 r.) / MVS Ukrainy, Kharkiv. nats. un-t vnut. sprav. Kharkiv : KhNUVS, S. 160-164. (in Ukrainian)
6. Makarenko P.V., & Zakharenko L.V. (2022) Vyiavi profesiinoi deformatsii v slidchykh politsii. [Manifestations of professional deformation in police investigators.] *Yurydychna psykhologhiia*, 1 (30), 54-63. <https://psychped.naiu.kiev.ua/index.php/psychped/article/download/1504/1498> (in Ukrainian)
7. Medvediev V. S. (2019) Yurydyko-psykhologichnyi zmist ta osoblyvosti diialnosti slidchoho Natsionalnoi politsii Ukrainy. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykhologii*. [Legal and psychological content and peculiarities of the activity of the investigator of the National Police of Ukraine. Theory and practice of modern psychology.] 3. Т. 2., 5 – 9. doi: <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.1> (in Ukrainian)
8. P'iankivska, L.V. (2019) Psykhologichna profilaktyka syndromu «emotsiinoho vyhorannia» u kursantiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy. [Psychological prevention of "emotional burnout" syndrome in cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine.] Kyiv: Natsionalna akademiia vnurishnykh sprav. [Dys. kand. psykholog. nauk] <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-piankivska.pdf> (in Ukrainian)
9. Sirokha L.V. (2019) Profesiine vyhorannia pratsivnykiv pravnychykh profesii v period yikh profesiinoho stanovlennia. [Professional burnout of employees of legal professions during their professional formation.] *Teoriia ta praktyka suchasnoi psykhologii*. 2, 129-134. http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2019/part_1/2-1_2019.pdf#page=129 (in Ukrainian)
10. Shkrabiuk V. S., & Bilyk D. I. (2020) Emotsiine vyhorannia osobystosti: psykhologichnyi analiz problemy. [Emotional burnout of the personality: a psychological analysis of the problem.] *Molodyi vchenyi*. 10 (86), 293–296. doi: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-10-86-60> (in Ukrainian)

Summary

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL BURNOUT
AMONG LEGAL PROFESSIONALS

Makarenko P. candidate of psychological sciences,
associate professor, National Academy of
National Guard of Ukraine

Dotsenko V. candidate of psychological sciences,
associate professor, Kharkiv National
University of internal affairs

Sirokha L. PhD in psychological sciences,
Taras Shevchenko National University of Kyiv

Introduction: The professional activity of lawyers has a certain specificity, associated with serious risks and factors which can cause the occurrence of professional stress, physical and mental exhaustion, loss of motivation for work and decrease in the efficiency of performance. This acquires particular importance considering the chronic stress in the professional activity of lawyers, which can be the first step on the way to their emotional burnout.

Purpose: The purpose of the presented study is to determine the peculiarities of emotional burnout of employees of legal professions: police officers, attorneys, prosecutors, forensic experts.

Methods: theoretical methods – analysis, synthesis and generalization of psychological literature on the problematics of the research; empirical methods – psychodiagnostic test methodology, V.V. Boyko “Emotional burnout” - to determine the presence and characteristics of emotional burnout. This method makes it possible to detect signs of emotional burnout and to determine which phase of burnout they belong to: tension, resistance, or exhaustion. Mathematical and statistical data processing has been carried out with the help of “SPSS 22.0” and “Microsoft Office Excel 2010” applications, which ensured the calculation of variational statistical indicators: Student’s t-test to identify statistically significant differences between the average values of the compared indicators between the research groups.

Originality: based on the results of the conducted scientific research, the features of emotional burnout among representatives of various legal professions have been described: policemen, prosecutors, attorneys, forensic experts. The obtained data will allow to design a program of prevention and overcoming emotional burnout among legal professionals.

Conclusion: According to modern scientific ideas, emotional burnout is understood as a state of physical, emotional and mental exhaustion, psychological distancing from work, which manifests itself in “person-to-person” professions. There are many approaches to the study of emotional burnout syndrome, so in modern psychology there is still no single view on its definition. We are of the opinion that emotional burnout is actively formed and develops against the background of chronic distress, which leads to the depletion of a person's energy and personal resources.

It has been identified that the second group of the study (prosecutors and attorneys) has the largest number of signs of emotional burnout and the highest overall level of its formation compared to police officers and forensic experts. No signs of emotional burnout were diagnosed in the group of forensic experts. It has been recorded that the level of emotional burnout among police officers is statistically significantly lower than among prosecutors and attorneys. It is possible that the professional and psychological training of police officers for service in extreme conditions, which begins with training in institutions of higher education with specific training conditions, makes them more resilient and less vulnerable to the negative influence of the profession.

Practical psychology has a wide range of methods, techniques, means and technologies for preventing the development of emotional burnout. When choosing one or another method, it is important to take into account the qualifications and professional skills of the psychologist. Comprehensive implementation of timely diagnostics, education, psychological support and a system of trainings (social-psychological, personal growth, formation of special skills) can be one of the effective directions of prevention of emotional burnout among legal professionals.

Keywords: emotional burnout; resilience; legal professionals; stress.

Концептуалізація – Макаренко П. В.

Методика – Доценко В. В.

Формальний аналіз – Сіроха Л. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 13.05.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 07.06.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.