

Б76

3784p

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА**

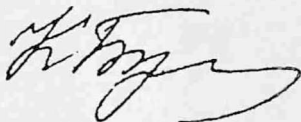
**БОЖКО КАТЕРИНА ВАЛЕРІЇВНА**

УДК 159.923.2

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ  
ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЮРИСТІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

**Автореферат  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук**



Київ 2014

10427

НБ НПУ ім. М.П.Драгоманова

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України.

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор  
**Лушин Павло Володимирович**,  
ДВНЗ "Університет менеджменту освіти"  
НАПН України, завідувач кафедри  
загальної і практичної психології.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**Чернобровкін Володимир Миколайович**,  
Луганський національний університет  
імені Тараса Шевченка,  
завідувач кафедри психології;

кандидат психологічних наук, доцент  
**Бойко-Бузиль Юлія Юрївна**,  
Навчально-науковий інститут права  
та психології Національної академії  
внутрішніх справ, професор кафедри  
психології та педагогіки.

Захист відбудеться 21 травня 2014 року о 12.00 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розіслано «18» квітня 2014 року.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради



Л.В. Долинська

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Становлення особистості людини відбувається протягом усього онтогенезу як у безпосередній суспільній взаємодії, так і в процесі оволодіння діяльністю, що виступає в якості основної умови та механізму розвитку загалом. Професійна діяльність, підґрунтя якої закладається ще на етапі молодшого шкільного та підліткового віку, є провідною практично на всіх вікових етапах життєдіяльності особистості, починаючи від ранньої юності і завершуючи зрілою дорослістю та старістю. Реалізуючи професійну діяльність, особистість набуває професійно значущих якостей, що детермінують підвищення рівня її соціальної адаптованості, стресостійкості та психологічного здоров'я в цілому. Проте, як свідчать окремі дослідження, професійне виконання діяльності, поряд з визначальним позитивним ефектом, може призвести до побічних наслідків, одним з яких є професійне вигорання.

Об'єктивно професійне вигорання є стресовою реакцією, що виникає внаслідок високого ритму психоемоційної діяльності, підвищеної відповідальності, функціонування в режимі надмірного внутрішнього і зовнішнього контролю над діяльністю, інтенсивної інтеріоризації обставин і результатів праці (Х. Дж. Фрейденбергер, К. Маслач, В. Бодров, Л. Карамушка, Г. Ложкін). Суб'єктивно – це результат конфронтації з реальністю, коли людський дух виснажується в боротьбі з обставинами, які важко змінити, а емоційний внесок, який перетворює завдання в творчу форму, відсутній (Ф. Сторлі).

Х. Дж. Фрейденбергер, О. Бондарчук, Т. Зайчикова, Н. Водоп'янова, Л. Карамушка, В. Орел, О. Старченкова виявляють тенденцію появи та функціонування професійного вигорання, вказуючи, що здебільшого воно розвивається у представників професій типу «людина-людина». В. Бойко, Н. Водоп'янова, С. Джексон, Л. Карамушка, Г. Ложкін, К. Маслач, К. Малишева, Н. Пов'якель, В. Чернобровкін здійснили досить ґрунтовні дослідження змісту та структури професійного вигорання медичних, соціальних та педагогічних працівників. Диференціацію професійного вигорання за фазами та симптомами представлено в наукових пошуках Г. Робертс, Д. Спаньол, Р. Кепьюто, В. Бойко, Н. Водоп'янової, О. Старченкової та інших. Вплив індивідуальних та організаційних чинників на розгортання синдрому професійного вигорання визначено К. Маслач, В. Орел та іншими.

Проблема професійного вигорання є вкрай актуальною і для професійної діяльності юристів, що характеризується високою концентрацією різноманітних емоціогенних факторів, які, під впливом оцінки їх значущості для суб'єкта, сприяють виникненню й розвитку певних емоційних реакцій і станів. У сучасній психологічній науці здійснювалися поодинокі емпіричні розвідки тих чи інших особливостей професійної діяльності юриста (Ю. Бойко-Бузиль), розроблено засоби саморегуляції психічної напруги у виробничій діяльності прокурорів та суддів (В. Анушкевич та Ю. Позіненко). Водночас, психологічні особливості професійного вигорання юристів залишились поза

увагою вчених, тоді як їх визначення дозволить розробити шляхи психокорекції цього явища та підвищення професійної працездатності юристів.

Таким чином, соціальна актуальність та практична значущість означеної проблеми, а також недостатній рівень її розробки зумовили вибір теми дисертаційного дослідження: «Психологічні особливості професійного вигорання юристів».

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційне дослідження входить до плану науково-дослідних робіт кафедри соціальної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова «Удосконалення підготовки психологів на різних освітньо-кваліфікаційних рівнях: бакалавр, спеціаліст, магістр» наукового напрямку «Зміст освіти, форми, методи і засоби фахової підготовки вчителів». Тема дисертації затверджена Вченою Радою Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (протокол № 3 від 22.10.2009 року) та узгоджена Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук НАПН України (протокол № 8 від 30.03.2010 року).

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному виявленні психологічних особливостей професійного вигорання юристів і впровадженні засобів його психологічної корекції.

Відповідно до поставленої мети було окреслено такі завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретико-методологічні підходи до вивчення сутності професійного вигорання юристів, чинники його виникнення та обґрунтувати побудову структурної моделі цього феномена.

2. Визначити психологічні особливості змістової, процесуальної та особистісної структурних складових моделі професійного вигорання юристів.

3. Емпірично дослідити індивідуально-особистісні чинники професійного вигорання юристів.

4. Обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити програму психологічної корекції професійного вигорання юристів методом екофасилітації.

**Об'єкт дослідження** – професійне вигорання юристів.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості професійного вигорання фахівців юридичних професій.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети і вирішення поставлених завдань на різних етапах дослідження було використано комплекс методів дослідження:

- *теоретичні* (аналіз наукових робіт з проблеми дослідження, їх порівняння, класифікація, систематизація й узагальнення);

- *емпіричні* (спостереження, бесіда, анкетування, тестування, констатувальний і формувальний експерименти). На різних етапах дослідження було застосовано комплекс психодіагностичних методик, які використовувалися для визначення рівнів сформованості складових професійного вигорання юристів: 1) для дослідження змістової складової -

методику діагностики емоційного вигорання (В. Бойко), Томський опитувальник ригідності Г. Залевського, опитувальник «Втрата та набуття особистісних ресурсів» (Індекс ресурсності) (Н.Водоп'янової, М. Штейна); 2) *процесуальна складова досліджувалася* за допомогою опитувальника стратегій подолання стресових ситуацій (С.Хобфолла), багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (А. Маклакова, С. Чермяніна) та опитувальника рівня суб'єктивного контролю (Є. Бажина, Є. Голинкіна, А. Еткінда); 3) *при дослідженні особистісної складової* було використано: а) 16факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла; б) методику дослідження самооцінки С. Будассі; в) методику рефлексивності А.Карпова; г) методику толерантності до невизначеності С. Баднера;

- *статистичні методи* обробки даних (кореляційний і факторний аналізи, порівняння середніх величин за параметричним критерієм Ст'юдента, непараметричним критерієм Фішера, а також виявлення тенденцій змін ознак за непараметричним  $\chi^2$ -критерієм Пірсона).

Дослідження проводилося у три етапи (пошуковий, експериментальний і заключний) упродовж 2008-2013 рр.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідно-експериментальна робота виконувалася на базі Інституту підвищення кваліфікації кадрів Національної академії прокуратури України. У дослідженні взяли участь 141 слухач Інституту - прокурорсько-слідчі працівники та інші представники юридичної сфери.

**Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів** полягають у тому, що:

- *утверше* визначено сутність поняття «професійне вигорання юристів» як цілісного динамічного психічного утворення, що визначає взаємодію змістової, процесуальної та особистісної структурних складових, прояви яких причинно зумовлюються професійною діяльністю й емоційним виснаженням, психічною ригідністю, неузгодженою поведінковою регуляцією, низькою рефлексивністю та інтолерантністю до невизначеності; специфіку професійного вигорання у фахівців юридичних професій; детермінанти професійного вигорання в діяльності юриста (діяльнісні та індивідуально-особистісні); побудовано структурну модель професійного вигорання юристів; обґрунтовано зміст психокорекційної програми професійного вигорання у юристів та умови ефективності застосування психокорекції методом екофасилітації;

- *уточнено та поглиблено* зміст: феноменів «професійне вигорання» та «професійна діяльність юристів»; методу екофасилітації як інноваційного напрямку психологічного консультування; психологічних чинників та особистісних властивостей, що виступають детермінантами виникнення та подолання професійного вигорання юристів;

- *набуло подальшого розвитку* знання про професійне становлення особистості, удосконалення методів психодіагностики професійного вигорання фахівців.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у тому, що структурований й апробований комплекс психодіагностики особливостей професійного вигорання юристів та розроблена й апробована авторська програма екофасилітаційної психокорекції професійного вигорання юристів

можуть бути використані у навчально-виховному процесі з підготовки майбутніх юристів, під час викладання курсів юридичної психології, психології особистості, психології праці, психологічних тренінгів особистісного зростання, психології синдрому професійного вигорання, психології управління, а також в системі післядипломної освіти (підвищення кваліфікації) та практичній професійній діяльності юристів та психологів.

**Апробація та впровадження результатів дослідження.** Основні теоретичні і практичні положення і висновки дослідження були оприлюднені та отримали схвалення на науково-практичних конференціях, а саме: Міжнародній науково-практичній конференції «Суб'єктно-особистісні виміри психологічної освіти» (Полтава, 2010); Другій та Третій Всеукраїнській конференції з психодіагностики та психотерапії «Психон-2010» та «Психон-2011» (Київ, 2010, 2011); Всеукраїнському форумі вчених та практиків «Екопсихея» за темою «Екологічність як принцип соціальної, наукової та практичної діяльності» (Київська область, м.Буча, 2011); II Всеукраїнському форумі вчених та практиків «Екопсихея» за темою «Екологія нового повсякденного життя у світі під час змін» (Київ, 2011); Міжнародній науково-практичній конференції «Психолого-педагогічний супровід фахової підготовки та підвищення кваліфікації особистості в умовах трансформації освіти» (Київ, 2012); Всеукраїнській науково-практичній конференції (з міжнародною участю) «Кризи життєвого простору особистості, сім'ї та соціальних інституцій» (Полтава, 2013); III Всеукраїнському форумі вчених та практиків «Екопсихея» за темою «Психологічна освіта: особисті та соціальні перспективи» (Київ, 2013); Об'єднаному Євроазійському конгресі з психотерапії (19 конгрес Європейської асоціації психотерапії та 7 Паназійський конгрес з психотерапії) «Психотерапія без кордонів: минуле, сучасне й майбутнє» (Москва, 2013); I Міжнародній науково-практичній конференції «Когнітивні та емоційно-поведінкові фактори повноцінного функціонування людини: культурно-історичний підхід» (Харків, 2013).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* у навчальний процес Інституту підвищення кваліфікації кадрів Національної академії прокуратури України (Довідка № 09/1061 від 06.06.2013 р.), у навчально-виховний процес підготовки студентів-менеджерів Навчально-наукового Інституту економіки та бізнесу Полтавської державної аграрної академії і Полтавського національного технічного університету ім. Ю.Кондратюка та студентів-юристів Національного університету «Одеська юридична академія» й Інституту підготовки кадрів для органів прокуратури України Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого» (м. Харків) (Довідка № 11-42-04 від 29.04.2013, № 17-11-1160 від 10.06.2013, № 1904-3 від 12.06.2013 та № 127-0601-374 від 13.06.2013).

**Публікації.** Основні теоретичні положення і результати дослідження висвітлено в 5 наукових фахових публікаціях: 3 - вітчизняних та 2 зарубіжних виданнях.

**Структура дисертації** зумовлена логікою дослідження і складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (219 найменування, з яких 13 іноземною мовою) та 6 додатків.

Основний зміст дисертації викладено на 180 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 26 таблиць та 13 рисунків на 20 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 254 сторінок.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт та предмет, сформульовано мету та завдання дослідження, розкрито наукову новизну, теоретичне і практичне значення роботи, наведено дані про апробацію та впровадження одержаних результатів, публікації за темою, обсяг і структуру роботи.

У першому розділі «Теоретико-методологічні засади дослідження особливостей професійного вигорання юристів» представлено результати теоретичного аналізу літературних джерел із досліджуваної проблеми: проаналізовано проблему професійного вигорання в сучасній науці, розкрито психологічну специфіку чинників виникнення та розвитку професійного вигорання юристів, виявлено особливості професійної діяльності юристів, описано структурну модель професійного вигорання юристів.

Теоретичний аналіз проблеми професійного вигорання дав можливість визначити існуючі тенденції в формулюванні психологічних особливостей професійного вигорання з позицій методологічних підходів до його дослідження, зокрема, розуміння його сутності та модельної організації. Представники *емоційно-орієнтованого* підходу розглядають «вигорання» як стан фізичного, психічного і, перш за все, емоційного виснаження, що обумовлений тривалим перебуванням в емоційно переобтяжених ситуаціях спілкування. В. Бойко, Н. Водоп'янова під емоційним виснаженням розуміють почуття емоційної спустошеності і втоми, викликане власною професійною діяльністю. Дослідники *стрес-орієнтованого* підходу визначають вигорання як різновид стресу, зазначаючи, що діяльність фахівців соціо-орієнтованих професій розглядається як стресогенна. Л. Леженіна, Л. Карамушка, Т. Зайчикова співвідносять «професійне вигорання» з синдромом «хронічної втоми». З позицій *особистісно-орієнтованого* підходу, «професійне вигорання» обумовлюється особистісними особливостями суб'єкта діяльності (Л. Малец). Особистісні деформації розвиваються поступово, після того, як відбудуться емоційні та професійні деформації. У той же час деякі особистісні зміни є способом захисту особисті від деперсоналізації та екзистенційної спустошеності.

Представники *професійно-орієнтованого* підходу визначають, що провідну роль в розвитку вигорання відіграє передусім професія: її умови, функції, завдання та середовище. Найбільш поширеною й визаною більшістю дослідниками проблеми вигорання є запропонована К. Маслач і С. Джексоном трикомпонентна модель, яка складається із емоційного виснаження, цинізму (деперсоналізації) та редукації професійних і особистісних досягнень. Редукація професійних досягнень проявляється у виникненні в працівників почуття некомпетентності в своїй професійній сфері, усвідомлення неуспіху в ній (Т. Зайчикова, Л. Карамушка).

У межах науково-теоретичних концепцій, що представлені процесуальним підходом, вигорання розглядається як процес, якому притаманна стадійність. Розвиток професійного вигорання починається з напруги, що виникає внаслідок протиріччя між очікуваннями та ресурсами особистості й вимогами робочого середовища. *Результативні* підходи професійне вигорання розглядають як певний стан, синдром, до складу якого входять ряд симптомів. Ці симптоми автори об'єднують в групи – компоненти вигорання.

Основними характеристиками професійного вигорання психологи розглядають: виснаження – як фізичне, так і психічне – у вигляді втрати інтересу, енергетичних ресурсів і віри; виснаження, що є причиною негативної реакції стосовно інших; знижений рівень самооцінки, негативна «Я - концепція»; депресивний настрій, цинізм, апатія, відчуття невдачі і депресії; реакція на постійний повсякденний стрес (В. Бойко, Н. Водоп'янова, Т. Зайчикова, Л. Карамушка, В. Олійник, В. Орел, О. Тимченко).

Специфіка психологічної структури діяльності юриста визначається з позицій опосередкованого відображення об'єктивних завдань, яке відбувається через особистість працівника (що включає мотиваційний, інформаційний, цільовий, інструментальний та емоційний компоненти) (В. Бедь). Визначальним принципом діяльності юриста є принцип морального розвитку, що обумовлює існування і самовдосконалення людини, при обов'язковому дотриманні нею не тільки прав, але й обов'язків, і, головне, усвідомленні своєї відповідальності. Юрист в якості суб'єкта та об'єкта юридичної діяльності повинен мати певну фахову підготовку і відповідні знання, уміння та навички. Можна припустити, що сама специфіка професійної діяльності, впливаючи на особистість юриста, змінює його особистісні якості та є чинником професійного вигорання. Розгорнутий аналіз діяльності працівників правоохоронної сфери у контексті професійного вигорання до останнього часу не проводився, хоча спроби описати окремі її риси здійснювалися (В. Куліченко та В. Столбов).

Професійне вигорання являє собою комплекс специфічних, взаємопов'язаних змін в структурі діяльності фахівця. Стосовно особистості юриста ці зміни виникають і проявляються на різних рівнях – процесів, станів, властивостей особистості, її свідомості та підсвідомості. Сутність найбільш важливих змін полягає у гіпертрофії професійно важливих якостей та подальшій їх трансформації у свою протилежність. Зміни такого характеру зачіпають адекватну самооцінку, толерантність до невизначеності, рефлексивність. Важливим аспектом дослідження професійного вигорання юристів є визнання домінантності положення про аналітичну незалежність окремих змін особистості та відповідних їм проявів (В. Бойко, Л. Карамушка, В. Олійник та ін.).

За результатами теоретичного аналізу розроблено структурну модель професійного вигорання юристів (рис.1), чинниками якого є індивідуально-особистісні характеристики та сама професійна діяльність фахівців. Критеріями змістової складової професійного вигорання юристів визначено емоційне виснаження, психічну ригідність та обмеженість внутрішніх ресурсів; процесуальної – стратегії подолання, поведінкову регуляцію і локус контролю;



особистісної – гіпертрофію професійно-важливих якостей, самооцінку, толерантність до невизначеності і рефлексивність.



Рис. 1. Структурна модель професійного вигорання юристів

Означені теоретичні положення і було покладено в основу емпіричного дослідження психологічних особливостей професійного вигорання юристів.

У другому розділі «Емпіричне вивчення психологічних особливостей професійного вигорання юристів» відображено загальну стратегію констатувального етапу експериментального дослідження, обґрунтовано систему діагностичних методик, визначено психологічні особливості функціонування професійного вигорання юристів за змістовою, професійною та особистісною складовою.

Емпіричним дослідженням було охоплено 141 досліджуваних представників юридичних професій. Диференціація експериментальних груп

здійснювалася за віковим критерієм: до 30 років – 28,0% опитаних, 30–40 років – 24,4% опитаних, більше 40 років – 47,6%. За гендерними ознаками у дослідження було залучено 37,2% жінок та 62,8% чоловіків, що реально відображає співвідношення працюючих в органах прокуратури жінок та чоловіків. За стажем професійної діяльності диференціація досліджуваної вибірки здійснювалася наступним чином: відсоток юристів, які мають стаж до 5 років становив – 22,3%, від 6 до 15 років – 52,4%, мають стаж понад 15 років – 25,3%.

Дослідження особливостей професійного вигорання юристів здійснювалося, згідно авторської моделі, за наступними складовими: *змістова, процесуальна, особистісна*.

Дослідження *змістової* складової, до складу якої входять: емоційне виснаження, психічна ригідність та обмеженість внутрішніх ресурсів, дало можливість визначити, що симптоми емоційного вигорання за частотою виникнення мають наступну динаміку: перше рангове місце посідає симптом «неадекватне вибіркове емоційне реагування» (у 43,1% досліджуваних він є сформованим); друге – симптом «редукція професійних обов'язків» (35,9% опитаних); третє – симптом «емоційний дефіцит» (25,4% опитаних); четверте – симптом «переживання психотравмуючих обставин» (24,5% опитуваних). Домінуючою у синдромі емоційного вигорання юристів є фаза «резистенції», котра характеризується згортанням професійних обов'язків, прагненням якомога менше часу витратити на виконання завдань за посадою, зменшенням взаємодії з колегами та громадянами, розширенням сфери економії емоцій, бажанням побути на самоті, неадекватним емоційним реагуванням тощо. У контексті дослідження встановлено, що 25,3% досліджуваних мають високий рівень розвитку фази «резистенції», в той час як лише у 4,8% опитаних виявлено високий рівень розвитку фази «напруження», а також у 10,6% досліджуваних – високий рівень розвитку третьої фази - «виснаження». Тобто можна стверджувати, що розвиток професійного вигорання у юристів відбувається саме за рахунок другої фази.

Також виявлено, що фаза «напруження» сягає високого рівня у 6,2% жінок та у 3,8 % опитаних чоловіків. Аналіз показників фази «резистенції» свідчить про однакову специфіку її розвитку як у жінок – 21,7 %, так і у чоловіків (28,0%). Третій компонент – «виснаження» – сформований у більшості кількості осіб жіночої статі (15,5%), аніж чоловічої (5,7%). Констатовано, що юристи жіночої статі у стресовій ситуації більше схильні до емоційного виснаження, вони більш емоційно відкриті, але, емоційно заглиблюючись у переживання кожного з тих, хто поруч (і на роботі, і вдома), вони ставлять під загрозу своє психічне здоров'я, ризикують емоційно спустошитися, виснажитися як фізично, так і емоційно, набути психосоматичних та психовегетативних порушень (на які, порівняно з чоловіками, скаржаться значно частіше). На підставі результатів однодисперсійного аналізу зроблено висновок про те, що жінки більш схильні до прояву симптомів «переживання психотравмуючих обставин», «емоційно-моральна дезорієнтація» та «психосоматичні та психовегетативні порушення».

За результатами констатувального дослідження змістової складової професійного вигорання юристів було виокремлено 6 найбільш значущих факторів (за результатами процедури Varimax-обертання), що визначають психологічні особливості професійного вигорання юристів.

До складу першого фактора (28,4% загальної дисперсії) увійшли наступні показники: «напруження», «загнаність у кут», «тривога і депресія» «переживання психотравмуючих обставин». Зміст цього фактора свідчить про те, що напруження або тривога запускає механізми професійного вигорання і характеризується наступними послідовно наростаючими симптомами - посилення усвідомлення травмуючих чинників професійної діяльності, роздратування, розпач, обурення. До складу другого фактора (17,7%) увійшли компонент «резистенція» та його симптоми «розширення сфери економії емоцій», «редукція професійних обов'язків», а також компонент «виснаження» та його симптом «емоційний дефіцит». Інтерпретацією даного фактора може слугувати те, що професійна діяльність юристів передбачає широке спілкування з людьми, редукція виявляється в спробах полегшити або скоротити обов'язки, які вимагають емоційних витрат. Третій фактор (10,5%) суперечливий за своїм складом і репрезентує явну опозицію складових компонентів. Психічна ригідність, як складний фактор, протистоїть переживанню психотравмуючих обставин, і є тим бар'єром, «фільтром», що забезпечує вибірковість реагування та зниження негативних переживань. Четвертий фактор (8,2%) представлений показниками віку, стажу та компонентом «виснаження», а отже його зміст відображає процес поступового зниження загального енергетичного тону та виснаження нервових сил юриста. До п'ятого фактора (7%) увійшли симптоми: «емоційно-моральна дезорієнтація», «незадоволеність собою» та «емоційне відчуження», презентуючи тим самим глибинну основу професійного вигорання юристів. До складу шостого фактору (5,9%) увійшли показники «ригідність як стан», «установча ригідність» та «індекс ресурсності», що відображає прагнення юриста до рівноваги та стабільності у професійній діяльності і, за нашою інтерпретацією, певну невдоволеність своїми власними можливостями й досягненнями. За результатами виявленої наявності додатних зв'язків між стажем роботи юристів та компонентами емоційного вигорання: фазою – «напруження» й фазою «виснаження» професійне вигорання юристів розглядається з позиції виснаження ресурсів внаслідок короткотривалих інтенсивних або частіше довготривалих робочих стресів, коли адаптивні можливості (ресурси) особистості з подолання стресової ситуації виявляються значно перевищеними.

Дослідження *процесуальної* складової професійного вигорання юристів здійснювалося з урахуванням психологічного наповнення характерних способів поведінки юристів у складних ситуаціях. У дослідженні доведено наявність статистично значущого зв'язку між рівнем професійного вигорання юристів та стажем їх роботи. Виявлено, що структура базових копінг-стратегій юристів із різним стажем роботи, а також сформованими фазами «резистенції» й «виснаження» приблизно однакова: на першому місці за частотою використання стоїть просоціальна стратегія подолання (пошук соціальної

підтримки та вступ у соціальний контакт), на другому – пасивна стратегія (обережні дії та уникнення), на третьому – непряма стратегія (маніпулятивні дії), на четвертому – асоціальна стратегія (агресивні дії). Водночас, привертає увагу той факт, що переважна більшість досліджуваних юристів із різним стажем роботи надають перевагу пасивним стратегіям поведінки у професійно складних ситуаціях. Очевидно, що обрані зразки поведінки сприяють професійному вигоранню юриста, а просоціальні моделі (пошук соціальної підтримки та вступ у соціальний контакт) перешкоджають розвитку цього явища. За результатами однофакторного дисперсійного аналізу виявлено, що, із набуттям професійного досвіду, юристи віддають перевагу пасивним стратегіям подолання - «уникненню» та «обережним діям».

За результатами констатувального дослідження процесуальної складової професійного вигорання юристів було виокремлено наступні психологічні особливості (найбільш значущі фактори за результатами процедури Varimax-обертання). Перший фактор пояснює 23,5% загальної дисперсії, суперечливий за своїм складом і репрезентує явну опозицію складових компонентів. Показники просоціальної (вступ у соціальний контакт), пасивної (обережні дії) стратегії подолання, інтернальність в сфері здоров'я й хвороб протистоять інтернальності в сфері досягнень, інтернальності виробничій та інтернальності міжособистісній. Другий фактор (17,4%) констатує пасивну стратегію подолання (уникання) та пряму стратегію подолання (імпульсивні дії). Цей фактор можна охарактеризувати як вибір такої моделі копінг-поведінки, яка уможливує реалізацію компенсаторної функції, що забезпечує оптимальне пристосування до вимог діяльності й попередження виснаження сил. Третій фактор (14,7 %) визначає агресивні дії та інтернальність сімейну. Агресивні дії, швидше за все, репрезентують собою компенсацію негативного емоційного фону. Юристи з високим рівнем екстернальності в сімейних стосунках починають частіше використовувати модель поведінки, яка базується на агресивному сприйнятті та потенційно агресивній інтерпретації поведінки інших людей. У складі четвертого фактору (14,2%) домінують показники асертивних дій та загальної інтернальності. Зміст цього фактору відображає істотний зв'язок інтернального локусу контролю із активною стратегією подолання. Отже, інтернальний локус контролю можна вважати одним із особистісних ресурсів, що підвищує стресостійкість юристів. До складу п'ятого фактора (12,6%) увійшли асоціальні дії та пошук соціальної підтримки. В останній фактор (6,9%) увійшов показник маніпулятивних дій (0,930). На основі факторного аналізу виділено основні вектори спрямування зусиль юристів у процесі подолання впливу негативних наслідків професійних стресів, зокрема професійного вигорання. Виявлено, що чим вищий ступінь емоційного вигорання, тим частіше відбувається пошук соціально-психологічної підтримки і надається перевага пасивним моделям поведінки («уникання», маніпуляція»), рідше використовуються асертивні моделі поведінки.

Визначено, що високий рівень професійного вигорання дезорганізує діяльність юриста та знижує його здатність до саморегуляції поведінки. Зв'язок між нервово-психічною стійкістю та неадекватним вибірковим емоційним реагуванням пояснюється тим, що фахівець із низькою нервово-психічною

стійкістю і недостатньо сформованою здатністю до саморегуляції схильний сприймати значний спектр робочих ситуацій як проблемні та складні. Відповідно він відчуває себе недостатньо компетентним, а це, в свою чергу, породжує негативізм по відношенню до власних професійних успіхів та зумовлює появу «афекту неадекватності». Значне коло питань, у вирішенні яких беруть участь юристи, мають гостро конфліктний характер. Все це, безумовно, не може не позначитися на рівні поведінкової регуляції та адекватності сприйняття дійсності.

Від'ємні зв'язки між комунікативним потенціалом та «напруженням» ( $r = -0,472$ ;  $p < 0,01$ ), «переживанням психотравмуючих обставин» ( $r = -0,308$ ;  $p < 0,05$ ), «загнаністю у кут» ( $r = -0,339$ ;  $p < 0,05$ ), «тривогою й депресією»

( $r = -0,440$ ;  $p < 0,01$ ), «резистенцією» ( $r = -0,427$ ;  $p < 0,05$ ), «розширенням сфери економії емоцій» ( $r = -0,523$ ;  $p < 0,01$ ) та «деперсоналізацією» ( $r = -0,340$ ;  $p < 0,05$ ) свідчить про величезне значення комунікативних якостей юриста, що визначають успішність його діяльності в цілому. Таким чином, можна припустити, що розвинутий комунікативний потенціал перешкоджає розгортанню професійного вигорання юристів.

Від'ємні зв'язки між загальною інтернальністю та «тривогою і депресією» ( $r = -0,451$ ;  $p < 0,05$ ), «емоційно-моральною дезорієнтацією» ( $r = -0,463$ ;  $p < 0,05$ ), «установочною ригідністю» ( $r = -0,471$ ;  $p < 0,05$ ) свідчать про те, що екстернальний локус контролю позначається на розвитку симптомів вигорання. Іншими словами, при появі у юриста відчуття, що він не в змозі нічого змінити у своїй роботі, що від нього нічого не залежить і його думка не має суттєвого значення, ймовірність розвитку професійного вигорання посилюється.

Дослідження *особистісної* складової професійного вигорання юристів дало можливість виявити особистісні особливості, які обумовлюють професійне вигорання юристів: відчуженість, замкненість, критичність, надлишкова категоричність в оцінці людей (фактор «А-»); емоційна нестійкість, імпульсивність, низька фрустраційна толерантність, роздратованість (фактор «С-»); експресивність, безпечність, піднесеність (фактор «F+»); сором'язливість, емоційна стриманість, делікатність, соціальна пасивність (фактор «H+»); обережність, егоцентричність, настороженість по відношенню до людей, делегування іншим відповідальності за помилки, надлишковий захист («фактор L+»); мрійливість, заглибленість у власні ідеї, ілюзії (фактор «M+»); невпевненість в собі, самозвинування, неспокій, схильність до передчуттів, почуття вини (фактор «O+»); високий нонконформізм, протиставлення себе групі і бажання в ній домінувати (фактор «Q2+»); напруженість, фрустрованість (фактор «Q4+»). Принципово важливим моментом у процесі розгляду особистісної складової професійного вигорання юристів є з'ясування особливостей розвитку рефлексії. У досліджуваних юристів зафіксовано домінування низького та середнього рівнів виразності загального показника рефлексії (83,3%; 45,5%; 75,0%). Йдеться про прояв у досліджуваних юристів імпульсивності дій, відсутність контролю за своїми емоціями, неадекватної самооцінки, епізодичність самоаналізу та орієнтації на зворотний зв'язок. Неготовність, небажання юристів виходити у рефлексивну

позицію ймовірно можна пояснити запуском незрілих механізмів психологічного захисту, стереотипністю та шаблонністю поведінки, догматичністю та консервативністю. Констатовано, що активізація такого виду рефлексії, як «рефлексія майбутнього» у юристів обумовлює редукцію професійних обов'язків ( $r=0,472$ ;  $p < 0,05$ ).

Визначено, що зі зростанням стажу роботи юристи стають чутливими до таких показників толерантності до невизначеності, як «новизна» та «складність», виявлені розбіжності в основних джерелах інтолерантності до невизначеності у досліджуваних юристів залежно від стажу: для молодих юристів це «нерозв'язність» (58,4%), а для досвідчених – «новизна» (45%).

Емпірично виявлена наявність 65 додатніх та 48 від'ємних багатозначних взаємозв'язків між показниками особистісної та змістової й процесуальної складових професійного вигорання юристів доводить, що взаємодія особистісних та ситуаційних детермінант в генезі професійного вигорання юриста реалізується за принципом компліментарності, тобто взаємодоповнюваності особистісних характеристик та особливостей ситуації.

Узагальнення результатів констатувального експерименту засвідчило значну кількість юристів з високим рівнем розвитку професійного вигорання (25,3% опитаних), що характеризується згортанням професійних обов'язків, розширенням сфери економії емоцій, неадекватним емоційним реагуванням та емоційно-моральною дезорієнтацією, та дає підстави для пошуку шляхів психопрофілактики та психокорекції даного явища.

У третьому розділі «Засоби психологічної корекції професійного вигорання юристів» презентовано теоретичне обґрунтування, змістові та процесуальні аспекти і результати ефективності впровадження авторської програми психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітативної психологічної допомоги.

Теоретико-методологічним підґрунтям для проведення формувального експерименту, спрямованого на психокорекцію професійного вигорання юристів, стали вихідні положення гуманістичної психології (А. Маслоу), особистісно-орієнтований підхід (К. Роджерс), модель переходу до нової ідентичності (К. Уїлбер), ідеї психотерапевтичних змін та парадоксу еквівалентності (Ф. Шапіро, У. Стайлз), ідеї гуманізації навчання (С. Максименко, О. Чебикін), концепції навчальної діяльності (В. Давидов), теоретичні положення діалогічного суб'єкт-суб'єктивного спілкування (Б. Ломов, М. Савчин, І. Слободянюк та ін.), ідеї методу АСПН (Т. Яценко) концепція особистісних змін та екофасилітаційний підхід (П. Лушин). Сутність екофасилітаційного підходу полягає в тому, що під час системних та особистісних змін, на засадах нелінійності, незворотності та малої передбачуваності процесу змін, фахівцем-екофасилітатором створюються недирижувальні умови сприяння самоорганізації та саморозвитку особистості. Серед суттєвих ознак екофасилітації для реалізації наших завдань можна виокремити наступні: створення середовища для абсолютного позитивного сприйняття людини; взаємодія «психолог-клієнт» є саморегулюючою екосистемою із взаємообумовленим процесом саморозвитку; керування ситуаціями невизначеності особистості в умовах генерування принципово

нових можливостей (нового потенціалу чи контексту) розвитку; переживання комунікативного бар'єру (тупика) в саморозвитку як клієнта, так і психолога; поява нових можливостей саморегуляції соціального суб'єкта чи соціальної екосистеми; процес колективно генерованого інсайту (логіка спонтанної колективної самоорганізації); сприяння постійній реконструкції соціально-психологічного життєвого простору. Умовою для застосування методу екофасилітації є входження до зони буферного або перехідного розвитку – під час особистісних змін. Високий ступінь прояву ригідності юристів, авторитарність, зумовленість організаційного та особистісного характеру дотримання жорстких стереотипів та шаблонів поведінки та сприйняття інших, наявність владних повноважень, категоричність суджень, відсутність переконаності у необхідності змін, консерватизм, страх перед невизначеністю, соціальна роль та імідж юриста, унеможливають продуктивне проведення індивідуальних консультувань у традиційному підході. У той час як екофасилітація розглядає формат індивідуального консультування в термінах спільної розподіленої діяльності (психолога та клієнта) в межах проблемно-орієнтованої групи, яка за визначенням є самоорганізованою екосистемою з вмиканням механізму групової динаміки. Особливості психокорекції професійного вигорання юристів, пов'язані зі специфікою роботи працівників юридичної сфери та їх професійно-особистісними характеристиками, вимагають застосування особливого підходу, яким і є екофасилітація.

Ідея психокорекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації полягає у тому, щоб розглядати явище професійного вигорання як об'єктивне явище, без суто негативного забарвлення, а як фактор особистісного розвитку юриста на шляху професіоналізації, зростання компетентності, підвищення рівня відповідності змісту і вимогам професії.

Екофасилітаційний підхід розглядає особистісні кризові явища не як патологію, а як перехідну форму до розвитку нових системних можливостей як на рівні індивіда, так і системи. Аналіз процесу розвитку особистості в умовах переживання кризових ситуацій не тільки досліджує свідомість і особистість людини, але й сприяє її розвитку, коли відчуття «загнаності у кут», як симптом фази виснаження, що характеризує вигорання, є відправним пунктом трансформацій, спонукає людину опановувати профіцитарну логіку спонтанного саморозвитку та самоорганізації, а також є екологічним і для особистості, і для психолога, який сприяє цьому процесу. У контексті професійного становлення особистості професійне вигорання є критичним періодом, який ілюструє зміну напрямку вектора розвитку, обумовленого порушенням послідовного, лінійного, упорядкованого процесу й утворення моментів нестійкості. Погляд екофасилітаційного підходу на професійне вигорання не в якості професійно-педагогічної деструкції, а як на завершення певного контексту розвитку та перехід до нового інноваційного етапу особистісного та професійного розвитку, дозволяє проводити психокорекцію цього явища серед юристів засобами екофасилітації.

Психолого-педагогічними умовами ефективного застосування психологічної корекції професійного вигорання юристів у екофасилітаційному

підході є: створення недирективного середовища; атмосфери повного позитивного сприйняття, безоцінного ставлення; розвиток толерантності до ситуацій невизначеності; оволодіння навичками мислення у руслі профіцитарної логіки; сприяння саморозвитку та самоорганізації; усвідомлення юридичними працівниками принципів екологічного ставлення до особистості та дійсності; поглиблення психологічних знань юристів щодо явища професійного вигорання; удосконалення умінь та навичок, які забезпечують ефективність міжособистісної взаємодії (навички розвитку рефлексії, емпатійне слухання та пошук виходу з тупика).

Проведення формувального експерименту передбачало диференціацію досліджуваних на експериментальну та контрольну групи (по 25 осіб). Усі юристи, що входили до цих груп, мали приблизно однакові соціально-професійні характеристики: а) займали посади з наявністю владних повноважень; б) були приблизно однакового віку (в діапазоні від 30 до 40 років); в) мали однаковий стаж юридичної діяльності (6-16 років); г) однакова кількість чоловік і жінок.

*Завданнями* формувального етапу дослідження були такі: визначити психолого-педагогічні умови психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації; розробити та апробувати авторську програму психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації; визначити ефективність упровадження програми психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації.

Організаційною формою програми психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації став навчальний семінар-тренінг «Професійне вигорання юристів: екофасилітаційний підхід». Обсяг психологічної підготовка склав 36 академічних годин, із них лекційних – 8 год., практичних – 20 год., консультацій – 4 год., самостійна робота – 4 год.

В основу навчального семінару-тренінгу психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації покладено екофасилітаційний підхід – авторську методіку П. Лушина, відповідно до якої програма містила: а) *змістовно-смысловий компонент* – використання методів і форм роботи, які сприяють розумінню юристами сутності поняття «професійне вигорання юристів», його структурних елементів, їх характеристика, критерії відбору змісту інформаційних матеріалів та їх оформлення; б) *діагностичний компонент* – використання методів та форм роботи, які забезпечують діагностику власних особистісних характеристик, на яких базується психокорекція психологічного вигорання в екофасилітаційному підході; в) *корекційно-розвивальний компонент* – використання методів та форм роботи, який модифікований автором у *співдіючо-сприяючий*, як найбільш притаманний екофасилітаційному підходу, які в сукупності допомагають юристам в умовах професійного вигорання набути вміння та навички конструктивного характеру для подолання цього явища.

Специфікою роботи на семінарі-тренінгу психолога (екофасилітатора) була готовність і необхідність працювати в умовах невизначеності, що пов'язані з особливим видом управління, ніби втратою контролю над процесом управління. У даній ситуації психолог не відмовляється від досягнення мети



тренінгу, а, навпаки, за допомогою навчального матеріалу виявляє індивідуальні реакції юристів, створюючи цим самим підґрунтя для психокорекційної роботи індивідуального характеру з колективно генерованим інсайтом. У подальшому психолог проектує план роботи не самостійно, а разом з усіма учасниками групи, які й скеровують тему бесід та консультацій, тим самим одночасно засвоюють уміння самоорганізації розвитку та удосконалюють навички ефективної взаємодії. Теоретичні знання і розуміння суті професійного вигорання як перехідної ситуації юристи отримують разом з практичним досвідом їх застосування.

Порівняльний аналіз результатів першого (до початку формувального експерименту) та другого (після завершення формувального експерименту) зрізів, які були проведені в експериментальній та контрольній групах, дав можливість виявити істотні відмінності. Так, в експериментальній групі виявлено динаміку певних змін рівня розвитку другої фази «резистенції» професійного вигорання юристів, а в контрольній групі такої динаміки практично не зафіксовано. Графічно ці результати представлені в табл. 1.

Таблиця 1

**Рівні розвитку другої фази «резистенції» професійного вигорання юристів до і після проведення формувального експерименту**

Досліджувані Рівні	До формувального експерименту (%)		Після формувального експерименту (%)	
	Контрольна група	Експериментальна група	Контрольна група	Експериментальна група
Високий	20	32	23,3	8
Середній	63,2	52	51,4	40
Низький	16,7	16	19,3	52

Порівняння відбувалося саме через другу фазу – «резистенцію» професійного вигорання юристів, оскільки емпіричним дослідженням встановлено найбільшу вираженість у юристів ознак цієї фази професійного вигорання. Як видно з таблиці 1, отримані дані першого та другого зрізів показують, що в експериментальній групі в результаті формувального експерименту зафіксовано статистично значущі зміни, які відображають збільшення кількості юристів з низьким (з 16,0% до 52,0% відповідно) та зменшення кількості юристів з високим (з 32,0% до 8,0% відповідно) рівнями розвитку другої фази «резистенції» загального показника професійного вигорання юристів.

Найбільш суттєві зміни за результатами формувального експерименту відбулися в показниках психічної ригідності (змістова складова професійного вигорання юристів), поведінкової регуляції (процесуальна складова професійного вигорання юристів) та рефлексивності і толерантності до невизначеності (особистісна складова професійного вигорання юристів). У результаті проведеної психокорекційної роботи засобами екофасилітації

кількість досліджуваних з високим та надвисоким ступенем прояву психічної ригідності зменшилася з 52,0 % до 20,0 % та з 44,0% до 15,2 % відповідно, натомість, як у контрольній групі статистично значущих змін у ступені прояву психічної ригідності не виявлено. Також збільшення у групі з середнім (з 44,0 до 60,0%) ступенем сформованості особистісного адаптаційного потенціалу (показник поведінкової регуляції) відбувалося в результаті значного зменшення кількості респондентів у групі з низьким (з 32,0% до 14,0%) і збільшення кількості юристів з високим ступенем сформованості особистісного потенціалу психологічної адаптації (з 24,0% до 26,0%). Результати 1-го та 2-го зрізів досліджуваних контрольної групи демонструють зміни ступеню сформованості особистісного потенціалу психологічної адаптації на рівні слабкої тенденції. Кількість юристів із високим ступенем збільшилася з 16,7% до 20,0%. Із середнім рівнем кількість юристів залишилася такою ж самою, як і на початку експерименту (46,7%). Незначні зміни, які виявлені у помірному ступені сформованості особистісного потенціалу адаптації, не змінюють ситуацію в цілому.

Зафіксовано значне збільшення (з 46,0% до 60% досліджуваних) кількості юристів з середнім рівнем розвитку рефлексивності, а також значне зменшення кількості юристів з низьким рівнем розвитку рефлексивності (з 46,0% до 28,8%) та незначне зростання (з 8,0% до 11,2% досліджуваних відповідно) кількості юристів з надвисоким рівнем рефлексивності. Встановлено позитивну динаміку у збільшенні кількості юристів з високим рівнем розвитку толерантності до невизначеності з 26,6% до 44,0%; з середнім рівнем розвитку толерантності до невизначеності – з 46,7% до 56,0%; і жоден досліджуваний юрист не має низького рівня розвитку даної особистісної риси. Щодо контрольної групи, то тут статистично значущих змін у рівні розвитку толерантності до невизначеності юристів не відбулося. За результатами першого та другого зрізів у кожній із груп респондентів зафіксовано відповідно такі результати: низький рівень – 32,0% і 20,0%; середній рівень – 48,0% і 46,7%; високий рівень – 20,0% і 20,0%.

Отримані результати формульованого експерименту довели, що активне опанування профіцитарної логіки спонтанного недирективного саморозвитку та самоорганізації юриста на засадах екологічності є суттєвими умовами психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації.

## ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення і нове вирішення проблеми професійного вигорання юристів, що полягає у виявленні його психологічних особливостей; обґрунтуванні змістової, процесуальної та особистісної структурних складових моделі та апробації психокорекції феномену методом екофасилітації у процесі професійного становлення та зростання.

1. Теоретичний аналіз проблеми професійного вигорання свідчить, що у психології існує полеміка між підходами щодо розуміння його сутності та модельної організації. З позицій емоційно-орієнтованого підходу «вигорання»

розглядається як стан фізичного, психічного та емоційного виснаження, що обумовлений тривалим перебуванням в емоційно переобтяжених ситуаціях спілкування. В межах стрес-орієнтованого підходу вигорання визначається як різновидність стресу. Згідно особистісно-орієнтованого підходу «професійне вигорання» залежить від особистісних особливостей суб'єкта діяльності. Професійно-орієнтований підхід відзначає, що провідну роль у розвитку вигорання відіграє професія: її умови, функції, завдання та середовище. Процесуальний підхід розглядає вигорання як процес, якому притаманні взаємообумовлені та послідовні стадії. У результативних підходах професійне вигорання розглядається як певний стан, синдром, до складу якого входять ряд симптомів, що об'єднуються в компоненти вигорання. Найбільш поширеною й визнаною більшістю дослідниками вигорання є запропонована К. Маслач трикомпонентна модель, яка включає емоційне виснаження, цинізм (деперсоналізацію) та редукцію професійних та особистісних досягнень.

Професійне вигорання юристів репрезентує собою цілісне динамічне психічне утворення, що визначає взаємодію змістової, процесуальної, особистісної структурних складових, прояви яких причинно зумовлюються професійною діяльністю й емоційним виснаженням, психічною ригідністю, неузгодженою поведінковою регуляцією, низькою рефлексивністю та інтолерантністю до невизначеності. Оперування смисловим змістом і кількісними показниками, підрахованими для кожної складової моделі, дозволяє створити досить об'ємну характеристику особистості юриста.

2. Професійне вигорання юристів характеризується наступними психологічними особливостями. Ознаками змістової складової професійного вигорання юристів є згортання професійних обов'язків, прагнення якомога менше часу витратити на виконання завдань за посадою, зменшення взаємодії з колегами та громадянами, розширення сфери економії емоцій, бажання побути на самоті, неадекватне емоційне реагування. Юристи жіночої статі більш схильні до переживання психотравмуючих обставин, емоційно-моральної дезорієнтації й психосоматичних та психовегетативних порушень. Високий ступінь прояву симптомокомплексу ригідності у переважній більшості досліджуваних свідчить про нездатність при об'єктивній необхідності змінити власну думку, ставлення або модус переживання. Індекс ресурсності досліджуваних юристів має хвилеподібну тенденцію до поступового зниження у процесі професійної діяльності.

За процесуальною складовою професійного вигорання юристи, яким властиві високий адаптаційний потенціал, нервово-психічна стійкість, досконала регуляція власної поведінки, значно менше чутливі до негативного впливу професійних стресів. Чим вищий ступінь професійного вигорання, тим частіше відбувається пошук соціально-психологічної підтримки і надається перевага пасивним моделям поведінки («уникання», маніпуляція»), рідше використовуються асертивні моделі поведінки. Вибір активної стратегії подолання залежить від внутрішньої локалізації локусу контролю і є тим поведінковим ресурсом, що перешкоджає розвитку професійного вигорання юристів.

3. Психологічними особливостями професійного вигорання юристів за особистісними факторами є такі: скритість, відчуженість, замкненість, критичність, надлишкова суворість в оцінці людей; емоційна нестійкість, імпульсивність, роздратованість; експресивність, безпечність, піднесеність, сором'язливість, делікатність, соціальна пасивність, обережність, егоцентричність, настороженість по відношенню до людей, делегування іншим відповідальності за помилки, надлишковий захист, емоційна напруженість, мрійливість, заглибленість у власні ідеї, ілюзії; невпевненість в собі, самозвинувачення, неспокій, схильність до передчуттів, почуття вини; високий нонконформізм, протиставлення себе групі і бажання в ній домінувати; напруженість, фрустрованість. Емпірично констатовано переважно низький та середній рівні виразності рефлексивності; схильність сприймати незвичні складні ситуації швидше як загрозові, аніж як такі, що створюють для них нові можливості.

4. Теоретичним підґрунтям психокорекції професійного вигорання юристів виступила концепція екопсихологічної фасилітації, яка є інноваційним напрямом психологічної та педагогічної допомоги під час системних особистісних змін, в якому психологом на засадах нелінійності, незворотності та малої передбачуваності процесу змін створюються недирективні умови сприяння самоорганізації та саморозвитку особистості. Ефективність засобів фасилітації щодо психокорекції професійного вигорання юристів передбачає урахування діяльнісних та індивідуально-особистісних чинників професійного вигорання юристів.

Психолого-педагогічними умовами ефективного застосування психологічної корекції професійного вигорання юристів засобами екофасилітації є наступні: створення недирективного середовища, атмосфери повного позитивного сприйняття, безоцінного ставлення, розвиток толерантності до ситуацій невизначеності, оволодіння навичками мислення у руслі профіцитарної логіки, сприяння саморозвитку та самоорганізації, усвідомлення юридичними працівниками принципів екологічного ставлення до особистості, поглиблення психологічних знань юристів щодо явища професійного вигорання, удосконалення умінь та навичок, які забезпечують ефективність міжособистісної взаємодії (емпатійне слухання).

Розроблена та апробована авторська групова технологія роботи з подолання професійного вигорання юристів засобами екофасилітаційного підходу, яка поетапно розкривалася у семінарі-тренінгу «Професійне вигорання юристів: екофасилітаційний підхід» виявилась ефективною щодо всіх складових (змістової, процесуальної та особистісної) професійного вигорання юристів, що дозволяє рекомендувати її для використання у роботі з фахівцями юридичних професій.

Перспективою подальшого дослідження є вивчення особливостей формування психологічного здоров'я юристів через усвідомлення власних стратегій у вирішенні ситуацій кризового та стресогенного характеру в процесі реалізації професійної діяльності.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### Статті у наукових фахових виданнях

1. Писанко К.В. (Божко К.В.) Особливості прояву синдрому «професійного вигорання» у працівників органів прокуратури / К.В. Писанко (К.В. Божко) // Вісник післядипломної освіти: Зб. наук. пр. - Вип. 6. / Ред. кол. : В.В. Олійник (гол.ред.) та ін. – К.: Геопринт, 2007 - С.186-199 [131].
2. Писанко К.В. (Божко К.В.) Взаємозв'язок рис особистості та детермінант прояву синдрому професійного вигорання у юристів / К.В. Писанко (К.В. Божко) // Психологія. Зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д.Максименка. – К., 2010 - С.176-187 [130].
3. Божко К.В. Структурна модель професійного вигорання юристів / К.В. Божко // НАУКОВИЙ ЧАСОПИС НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. Київ, НПУ імені М.П. Драгоманова, №38(62) - 2012. - С.214-223.
4. Божко Е.В. Психологические особенности содержательной составляющей модели профессионального выгорания юристов / Е.В. Божко // Актуальные проблемы психологического знания. Научно-практический журнал Российской академии образования. Московский психолого-социальный университет. – М.: №3(28) июль-сентябрь – 2013. - С.79-89.
5. Божко Е.В. Экофасилитативная практика помощи юристам в переходных ситуациях (на примере случаев «профессионального выгорания») / Е.В. Божко // Ежемесячный научно-практический журнал Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги «Психотерапия». – Москва, 2013. - №7 (127), 2013 . С.101-104.

### АНОТАЦІЇ

**Божко К.В. Психологічні особливості професійного вигорання юристів. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2013.

Дисертаційне дослідження присвячене виявленню психологічних особливостей професійного вигорання юристів. Доведено, що професійне вигорання юристів обумовлюється як динамікою формування цього феномену, так і специфікою професійної діяльності особистості. Виокремлено змістову, процесуальну та особистісну складову професійного вигорання працівників юридичних професій. Констатовано існування кореляційних зв'язків між зазначеними складовими професійного вигорання та спектр особистісних деформацій, що виникають внаслідок появи цього явища. Визначено екофасилітаційний підхід як основний до організації психокорекційної роботи з упередження та подолання професійного вигорання у юристів та обґрунтовано систему психокорекції низки симптоматичних порушень професійного вигорання юристів.

**Ключові слова:** професійне вигорання, професійне вигорання юристів, стрес, рефлексія, екофасилітація, толерантність до невизначеності, особистісні зміни.

**Божко Е.В. Психологические особенности профессионального выгорания юристов. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 2013.- Рукопись.

Диссертационное исследование посвящено проблеме изучения психологических особенностей профессионального выгорания юристов. Представлены основные научные подходы к изучению проблемы профессионального выгорания юристов. Выделены факторы, влияющие на возникновение и развитие этого явления среди юристов. Доказано, что профессиональное выгорание юристов обуславливается как ситуационными, связанными со спецификой деятельности, так и индивидуально-личностными факторами. Представлена структурную модель профессионального выгорания юристов как целостное, динамическое интегральное психическое образование в единстве и взаимодействии содержательной, процессуальной и личностной составляющими, количественный и качественный состав которых обусловлен спецификой профессиональной деятельности. Констатируется существование корреляционных связей между выделенными составляющими профессионального выгорания и определен спектр личностных деформаций, которые возникают вследствие появления этого явления.

Определен экофасилитативный подход как основной к организации психокоррекционной работы по предупреждению и преодолению профессионального выгорания у юристов и обоснованы средства психокоррекции ряда симптоматических нарушений профессионального выгорания юристов.

**Ключевые слова:** профессиональное выгорание, профессиональное выгорание юристов, стресс, рефлексия, экофасилитация, толерантность к неопределенности, личностные изменения.

**Bozhko K. V. Psychological Peculiarities of Professional Burn-Out of Lawyers. – Manuscript.**

Dissertation on acquiring an academic degree of candidate in psychological sciences, specialty 19.00.07– pedagogical and age psychology. – National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, 2014.

The dissertation research is devoted to the revealing of the psychological peculiarities of professional burnout of lawyers. The research has revealed that professional burnout of lawyers is conditioned by both the dynamics of forming of this phenomenon and the specific of professional activity of personality. The maintaining, procedural and personality constituents of the professional burnout of lawyers have selected. The presence of the correlation links between the selected constituents of the professional burnout of lawyers and the spectrum of personality deformations, which arise up as a result of appearance of this phenomenon, has established. Ecofacilitating approach has defined as the basic approach to the organization of the psycho-correctional work on preventing and overcoming of the professional burnout of lawyers. The system of psycho-correction of the symptomatic disorders of the professional burnout of lawyers has grounded.

**Keywords:** professional burnout, professional burnout of lawyers, stress, reflection, ecofacilitation, vagueness tolerance, personality changes.

**НБ НПУ**



\*100191322\*



Підписано до друку 15.04.2014 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Гарнітура Times.

Наклад 100 прим. Зам. № 183

Віддруковано з оригіналів.

---

Видавництво Національного педагогічного університету  
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9  
Свідоцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.  
(044) 239-30-26.

