

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное бюджетное государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования

«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева» (КГПУ им В.П. Астафьева)

СВЕЧКАНЕВ АЛЕКСАНДР ДМИТРИЕВИЧ

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Тема: Психологическое консультирование юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность образовательной программы: Мастерство психологического консультирования

Допущен к защите

Заведующая кафедрой

к.п.с.н., доцент Мосина Н.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия,
инициалы)

3.12.24 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.п.с.н., доцент Сафонова М.В.

(ученая степень, ученое звание, фамилия,
инициалы)

03.12.24 Сафонова
(дата, подпись)

Научный руководитель

к.п.с.н., доцент Мосина Н.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия,
инициалы)

3.12.24 Мосина
(дата, подпись)

Обучающийся

Свечканев А.Д.

(фамилия, инициалы)

03.12.24 Свечканев
(дата, подпись)

г. Красноярск

2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

РЕФЕРАТ.....	3
ВВЕДЕНИЕ.....	8
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ЮРИСТОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПРИ СИНДРОМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ.....	12
1.1. Феноменология эмоционального выгорания в трудах отечественных и зарубежных учёных-психологов.....	12
1.2. Профессиональная деятельность юристов среднего возраста и проблема эмоционального выгорания специалистов среднего возраста.....	25
1.3. Психологическое консультирование и его возможности при работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания.....	38
Выводы по главе 1.....	47
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ПРОЯВЛЕНИЯ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ЮРИСТОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА.....	50
2.1. Организация, методики и результаты исследования уровня проявления эмоционального выгорания юристов среднего возраста.....	50
2.2. Разработка и реализация программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания.....	62
2.3. Анализ эффективности программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания.....	69
Выводы по главе 2.....	77
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	80
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	85
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	93

РЕФЕРАТ

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Психологическое консультирование юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания».

Объем – 97 страниц, включая 7 рисунков, 3 таблицы, 3 приложения.
Количество использованных источников – 75.

Цель работы – теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу психологического консультирования юристов среднего возраста как средство коррекции симптомов эмоционального выгорания.

Объект исследования – эмоциональное выгорание юристов среднего возраста.

Предмет исследования – психологическое консультирование юристов среднего возраста как средство коррекции симптомов эмоционального выгорания.

Гипотеза состоит в предположении о том, что:

В профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания по таким составляющим, как эмоциональное и/или физическое истощение; снижение рабочей продуктивности; деперсонализация.

Мы предполагаем, что психологическое консультирование способствует снижению риска развития синдрома эмоционального выгорания, если проводится в групповом формате и включает дискуссионные, игровые, активные методы.

Теоретическую и методологическую основу исследования составили труды ученых, занимающихся проблемой эмоционального выгорания: Б. Перлман и Е. Хартман, К. Маслач и С. Джексон, Л.Ю. Крикуненко.

Подходы к групповому психологическому консультированию и его возможностям в работе со специалистами с синдромом эмоционального

выгорания рассматривались такими авторами, как А.Н. Елизаров, В.В. Шабалина, Дж. Кори, О.В. Хухлаева, Т.Н. Горобец, В.В. Лукьянов, С.В. Филина.

В работе были применены следующие методы исследования:

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; обобщение практического опыта по использованию психологами методов работы с юристами с эмоциональным выгоранием в условиях группового консультирования.
2. Эмпирические – тестирование; опросные методы.
3. Статистические – качественный и количественный анализ данных, методы математической обработки.

Апробация диссертации происходила в ходе организации и проведения эмпирического исследования. В результате проведенного исследования были достигнуты следующие результаты:

- проведено психологическое тестирование юристов среднего звена по опросникам на выявление симптомов эмоционального выгорания;
- проведен анализ результатов диагностики;
- подтверждено, что в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания;
- из всей выборки выявлено 12 юристов с симптомами эмоционального выгорания на высоком уровне выраженности;
- разработана программа группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания;
- с группой юристов из 12-ти человек проведено групповое психологическое консультирование по разработанной программе;

- в рамках группового психологического консультирования юристов применялись групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения;

- выявлены положительные изменения в снижении выраженности симптоматики эмоционального выгорания у юристов после проведения группового психологического консультирования.

Таким образом, достигнута основная цель проведения группового психологического консультирования, заключающаяся в снижении риска развития симптоматики у юристов. Отмечены значительные положительные изменения у юристов-участников группового психологического консультирования: снизилась выраженность симптомов эмоционального выгорания - эмоционального истощения и деперсонализации, снизились интегральные показатели эмоционального выгорания.

Результаты исследования имеют теоретическую значимость, заключающуюся в понимании особенностей развития эмоционального выгорания юристов, возможностей группового психологического консультирования данных специалистов при решении задач снижения у них симптоматики эмоционального выгорания.

Практическое значение исследования состоит в возможности практического применения психологом материалов организации и проведения группового психологического консультирования юристов с целью устранения симптомов эмоционального выгорания.

ABSTRACT

Dissertation for a master's degree in psychological and pedagogical education "Psychological counseling of middle-aged lawyers with burnout syndrome".

The volume is 97 pages, including 7 figures, 3 tables, 3 appendices. The number of sources used is 75.

The purpose of the work is to theoretically substantiate and experimentally test a program of psychological counseling for middle-aged lawyers as a means of correcting symptoms of emotional burnout.

The object of the study is the emotional burnout of middle-aged lawyers.

The subject of the study is psychological counseling of middle-aged lawyers as a means of correcting symptoms of emotional burnout.

The hypothesis consists in the assumption that: In the professional environment of middle-aged lawyers, there is a high risk of developing symptoms of burnout syndrome. We assume that psychological counseling helps to reduce the risk of developing emotional burnout syndrome if it is conducted in a group format and includes discussion, game, and active methods.

The theoretical and methodological basis of the study was the works of scientists dealing with the problem of emotional burnout: B. Perlman and E. Hartman, K. Maslach and S. Jackson, L.Y. Krikunenکو.

Approaches to group psychological counseling and its possibilities in working with specialists with emotional burnout syndrome were considered by such authors as A.N. Elizarov, V.V. Shabalina, J. Kori, O. V. Khukhlaeva, T.N. Gorobets, V.V. Lukyanov, S.V. Filina.

The following research methods were used in the work:

1. Theoretical – analysis of psychological and pedagogical literature on the problem of research; generalization of practical experience in the use by psychologists of methods of working with lawyers with emotional burnout in group counseling.
2. Empirical – testing; survey methods.
3. Statistical – qualitative and quantitative data analysis, methods of mathematical processing.

The approbation of the dissertation took place during the organization and conduct of an empirical study. As a result of the conducted research, the following results were achieved:

- psychological testing of middle-level lawyers was conducted using questionnaires to identify symptoms of emotional burnout, - the analysis of diagnostic results was carried out,
- it was confirmed that in the professional environment of middle-aged lawyers there is a high risk of developing symptoms of emotional burnout syndrome,
- 12 lawyers with symptoms of emotional burnout at a high level of severity were identified from the entire sample,
- a program of group psychological counseling for middle-aged lawyers with burnout syndrome has been developed,
- group psychological counseling was conducted with a group of lawyers from 12 people according to the developed program,
- within the framework of group psychological counseling of lawyers, group discussion, game modeling of psychological problems (imitation and business games), active exercises,
- positive changes were revealed in reducing the severity of symptoms of emotional burnout in lawyers after group psychological counseling.

Thus, the main goal of group psychological counseling has been achieved, which is to reduce the risk of developing symptoms in lawyers. Significant positive changes were noted among lawyers participating in group psychological counseling: the severity of symptoms of emotional burnout - emotional exhaustion and depersonalization decreased, integral indicators of emotional burnout decreased.

The results of the study have theoretical significance, which consists in understanding the peculiarities of the development of emotional burnout of lawyers, the possibilities of group psychological counseling of these specialists in solving problems of reducing their symptoms of emotional burnout.

The practical significance of the study lies in the possibility of practical application by a psychologist of the materials of organizing and conducting group psychological counseling of lawyers in order to eliminate the symptoms of emotional burnout.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования вопросов, связанных с механизмами, закономерностями возникновения, развития, протекания профессионального выгорания представителей правовой, юридической трудовой сферы объясняется спецификой профессий этого круга, их стрессогенностью, повышенной ответственностью. Понимание механизмов зарождения и протекания профессионального выгорания даст возможность более целенаправленно, более точно спланировать план коррекционных мероприятий психологического плана с представителями данной категории профессий.

Актуальность, значимость и сущность исследуемой в рамках данной магистерской диссертации проблемы. Вопросы, связанные с ростом продуктивности профессиональной юридической деятельности в разных областях этой трудовой сферы, может решаться в разных векторах. Важнейшим таким вектором можно назвать своевременное обнаружение с последующим оперативным корректированием целой массы психологических проблем, которые негативным образом сказываются на реализации профобязанностей (это касается представителей самого широкого круга юридических профессий, включая, конечно, адвокатов, нотариусов, юристов-консультантов, и прочее).

В частности, весьма остро стоит проблематика стремительного обострения симптоматики профессионального выгорания в профессиональной адвокатской среде. Профессиональное адвокатское выгорание – это далеко не случайность и не редкость в этом профессиональном обществе. Напротив, это, к сожалению, устойчивая тенденция. Как следствие, далее, без оказания представителям этой профессиональной сферы должной психологической помощи, неизбежной становится уверенная профессиональная деформация. Последнее же естественно образом

деструктивно сказывается уже на качестве предоставляемых юридических услуг, пагубно сказывается на профессиональном саморазвитии и самореализации как личности.

Подытоживая все вышесказанное можно заключить, что проводимое в рамках данной магистерской диссертации изучение проблематики эмоционального выгорания юристов небезосновательно. Это исследование, с одной стороны, позволяет обогатить, расширить и углубить теоретическую базу по этой проблематике, а, с другой стороны, дает возможность подойти к решению проблематики с практической, эмпирической стороны. Нельзя игнорировать тот факт, что симптоматика эмоционального выгорания, единожды появившаяся, далее начинает лавинообразно усиливаться. Это негативным образом сказывается на снижении продуктивности трудовой деятельности представителей юридического профессионального сообщества.

Цель работы: теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу психологического консультирования юристов среднего возраста как средство коррекции симптомов эмоционального выгорания.

Объект исследования: эмоциональное выгорание юристов среднего возраста.

Предмет исследования: психологическое консультирование юристов среднего возраста как средство коррекции симптомов эмоционального выгорания.

Гипотезы исследования:

В профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания по таким составляющим, как эмоциональное и/или физическое истощение; снижение рабочей продуктивности; деперсонализация.

Мы предполагаем, что психологическое консультирование способствует снижению риска развития синдрома эмоционального выгорания, если

проводится в групповом формате и включает дискуссионные, игровые, активные методы.

Задачи:

1. Изучить научную литературу по теме исследования.
2. Проанализировать специфику труда профессиональной деятельности юристов и связанную с ней проблему эмоционального выгорания специалистов среднего возраста.
3. Раскрыть основы психологического консультирования и рассмотреть его возможности при работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания.
4. Провести эмпирическое исследование эмоционального выгорания юристов среднего возраста.
5. Разработать и реализовать программу группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания.
6. Провести анализ эффективности программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания.

Методы исследования:

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; обобщение практического опыта по использованию психологами методов работы с юристами с эмоциональным выгоранием в условиях группового консультирования.
2. Эмпирические – тестирование; опросные методы.
3. Статистические – качественный и количественный анализ данных, методы математической обработки.

Методики исследования:

- методика «Опросник на выгорание (МВИ)» К. Маслач и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой;

- опросник «Диагностика эмоционального «выгорания» личности»
В.В. Бойко.

Характеристика выборки: объем 60 человек, среди них юристы: 37 – 45 лет, стаж работы от 9 до 17 лет.

Структура работы: магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, включающего 75 наименований и 3 приложения. Объем 97 страниц, на которых размещены 7 рисунков.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ЮРИСТОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПРИ СИНДРОМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

1.1. Феноменология эмоционального выгорания в трудах отечественных и зарубежных учёных-психологов

Синдром выгорания имеет несколько большую историю и традицию исследования в зарубежной психологической науке. В то же время говорить о достаточной степени изученности, данной феномена неправомерно. Что касается отечественной психологической школы, то здесь выгорание получило активное изучение лишь сравнительно недавно – с конца XX столетия. Ранее подобная проблема личностной деформации в условиях профессиональной деятельности лишь фиксировалась, но не находила подобного исследования.

На сегодняшний день существует множество определений синдрома выгорания, но в большинстве из них центральным является - «истощение». Автор идеи этого синдрома Х. Фрейденберг определил его как «истощение энергии у профессионалов социальной помощи, когда они чувствуют себя перегруженными проблемами других людей» [70, с. 160]. Развитие выгорания проявляется часто как цинизм, холодность, скепсис в отношении пациентов, посетителей, клиентов. Так, первоначально под выгоранием подразумевалось «состояние изнеможения с ощущением собственной бесполезности» [70, с. 161].

Со временем, по мере того как научные представления о рассматриваемом синдроме расширялись и углублялись, набор симптомов, его раскрывающих и конкретизирующих, увеличивался, менялся. При этом надо отметить, что обогащение симптоматического многообразия этого синдрома происходило за счет появления в списке составляющих психосоматического

плана (наряду с чисто психологическими, личностными, эмоциональными и прочее).

Не малый вклад в разработку теории феномена выгорания был сделан такой западной исследовательницей, как К. Маслач. Эта исследовательница не без основания думала, что выгорание – это «синдром физического и эмоционального истощения, включая развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе и утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам» [72, с. 78]. По словам автора, «феномен выгорания подразумевает не факт потери потенциала творчества, креативности, это также не есть особая реакция на повседневность и скуку» [72, с. 79]. По К. Маслач, под выгоранием правомернее всего понимать «сильное истощение индивида на эмоциональном уровне. Данное истощение развивается при условиях сильного стресса, который, в свою очередь, порождается межличностным общением» [73, с. 30].

Б. Перлману и Е. Хартману также принадлежит авторство ряда работ по проблемам выгорания в условиях профессиональной деятельности. Данные авторы предложили следующее определение выгорания: это «ответ на хронический эмоциональный стресс» [75, с. 155].

Если говорить о новейших разработках феномена выгорания, то отмечается, что «синдром эмоционального выгорания представляет собой сложное интегральное образование, которое формируется в процессе социализации личности в силу несоответствия ее социально-психологических и индивидуальных характеристик требованиям среды» [38, с. 17]. В ходе поступательного вхождения в ту или иную профессиональную роль синдром эмоционального выгорания описывается комплексом симптомов весьма константных. При этом можно говорить о синтезе симптоматики эмоциональночувственного плана и плана коммуникативно-социального.

Есть еще один взгляд на выгорание – взгляд Л.Н. Световой. Здесь оно определяется как «выработанный личностью механизм психологической

защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия, приобретенный стереотип профессионального поведения» [52, с. 21].

В научной статье Л.Ю. Крикуненко присутствует такая трактовка выгорания: «приобретённое профессиональное поведение, позволяющее человеку включать механизмы психологической защиты (вытеснение) в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия, что может послужить началом внутриличностного конфликта – невозможности соответствия идеальному образу «я – профессионал», усугубляя и без того сложное состояние» [32, с. 11].

В статье А.К. Хетагуровой и Н.А. Касимовской выгорание рассматривается как приобретенный стереотип эмоционального поведения, чаще всего профессионального поведения: «Выгорание отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время, могут возникать его дисфункциональные последствия, когда выгорание отрицательно сказывается на исполнении профессиональной деятельности, состоянии здоровья и отношениях с коллегами.

Эмоциональное выгорание является формой профессиональной деформации личности» [62, с. 25].

Следовательно, обнаружение у специалистов сразу нескольких симптомов выгорания свидетельствует о переживании ими стресса и наличия психоэмоциональных нагрузок. Нужно помнить, что постоянное переживание работниками в профессиональной деятельности разного рода стрессов и чрезмерных нагрузок (связанных как с избыточным общением, так и с повышенной интеллектуальной, информационной нагрузкой) с большой долей вероятности может в итоге приводить к дезинтеграции разных сфер человеческой психики. При этом практически всегда дезинтеграции не

проходит мимо эмоциональной сферы специалистов, «выгорающих» на работе.

Далее мы в своей работе рассмотрим структуру феномена эмоционального выгорания, основные его компоненты, а также фазы его развития.

Так, например, Б. Перлман и Е. Хартман включали в синдром выгорания три компонента: «эмоциональное и / или физическое истощение; снижение рабочей продуктивности; (сверх) деперсонализация» [75, с. 155].

В рамках данной магистерской диссертации разделяется точка зрения на составляющие выгорания, предложенные такими авторами, как Б. Перлман и Е. Хартман. В связи с этим для дальнейшего эмпирического исследования эмоционального выгорания выбор диагностического инструментария сделан в пользу методики - опросника на выгорание (МВІ) К. Маслач и С. Джексон. Данная методика позволяет одновременно исследовать все три составляющие выгорания, поскольку предполагает три шкалы-критерия – это:

- 1 – эмоциональное истощение;
- 2 – деперсонализация;
- 3 – редукция личных достижений (учитывается падение трудовой заинтересованности, рост негативизма в работе, все более частое личностное выключение из трудового процесса при переносе своего функционала на третьих лиц, прибегание к избегающему копингу).

К. Маслач в своих работах описывает более подробно триаду составляющих частей эмоционального выгорания [72, с. 397]:

1. Эмоциональное истощение как следствие чрезмерности нагрузки на сферу эмоций. Такие нагрузки нередко ведут к полнейшему чувству опустошенности у работников, поскольку изначально неадекватно к ним завышались требования и ожидания.

2. Деперсонализация, проявляющаяся по отношению к посетителям, клиентам, пациентам в крайне циничном отношении со стороны специалистов.

3. На фоне фактического снижения рабочей продуктивности - заниженная самооценка результатов своей профессиональной деятельности, проявляющаяся в убежденности в бессмысленности и тщетности собственных стараний в работе.

В концепции М. Буриша описано поступательное развитие синдрома выгорания у специалистов разного профиля [13]. Здесь также фигурирует компонента «истощение»: в качестве самого первого этапа развития выгорания называется фаза предупреждающая, здесь типично слишком явное участие, повышенная активность в профессиональной деятельности, концентрация исключительно на работе (как следствие – истощение). Присутствует и компонент «деперсонализация»:

- касательно иных субъектов трудовой деятельности (утрата симпатии со стороны коллег; перенос ответственности за трудовые промахи на третьих лиц; стереотипизация действий по отношению к другим людям, негуманность;

- касательно окружающих (нет эмпатии, безразличие, циничность оценок.

Присутствует компонент «снижение рабочей продуктивности»: касательно профессиональной деятельности (нет желания выполнять обязанности; опоздания, ранний уход с работы).

Согласно описанию выгорания Д. Шульцом, сначала у человека наблюдаются значительные энергетические затраты, что, кстати, соответствует фазе предупреждающей, по М. Буришу, рассмотренной выше. Такие повышенные затраты вполне логично ведут к крайне завышенной установке на достижение результатов в той или иной профессии, специальности. Это также логично и закономерно ведет к сильной усталости (компонент «истощение»), и далее – к потере интереса к данной профессиональной сфере (компонент «снижение рабочей продуктивности»), разочарование в ней. «Усталость как следствие продолжительного или тяжелого физического труда

вызывает поддающиеся измерению физиологические изменения. Люди, работа которых связана с поднятием и перетаскиванием тяжестей, стабильно демонстрируют признаки нарушения сердечно-сосудистой системы, обмена веществ и мышечную усталость; кроме того, они не могут поддерживать производительность своего труда на исходном уровне. Психологическую, или субъективную, усталость измерить труднее, но она причиняет человеку не меньше неприятностей, чем физическая усталость. Всем нам знакомы напряжение, раздражительность и вялость, являющиеся следствием чрезмерной усталости; она мешает нам сосредоточиться, логически мыслить и эффективно работать» [66, с. 384].

По описанию В.Е. Орел, выгорание состоит из трех базовых компонентов: «1) истощение на уровне эмоций; 2) деперсонализация (в форме предельного цинизма); 3) редукция достижений в профессиональной сфере» [44, с. 76]. Обобщая взгляды отечественных и зарубежных ученых, мы обратили внимание, что основные компоненты сохраняются, но у авторов по-разному расставляются акценты. Так, под термином «эмоциональное истощение» В.Е. Орел видит некоторое чувство усталости. Под термином «деперсонализация» кроется цинизм в отношении к трудовому процессу в целом и объектам труда в частности. Так, «деперсонализация в социальной сфере характеризуется антигуманным, крайне бесчувственным настроением по отношению к представителям клиентской базы (услуги лечения, консультационные услуги, образовательные услуги). Клиенты воспринимаются не как живые люди, а все их проблемы и беды, с которыми они приходят к профессионалу, с его точки зрения, есть благо для них» [28, с. 44].

Наконец, под термином «редукция» в аспекте профессиональных достижений понимается «появление у специалистов ощущения некомпетентности в той или иной профессиональной сфере, понимание отсутствия личного успеха в данной сфере» [28, с. 44].

Рассматривая отечественных ученых, хотелось бы обратить внимание на классификацию В.В. Бойко и его описание компонентов выгорания.

Для фазы напряжения, по классификации В. В. Бойко, характерны следующие четыре симптома:

1. Симптом «переживания психотравмирующих обстоятельств».

Данный симптом можно увидеть «в усилении понимания субъектом травмирующих психику обстоятельств в профессиональной сфере. У специалиста растет раздражение, копится отчаяние и начинает развиваться негодование. Если ситуация будет не разрешаемой, то всё это в итоге ведет к формированию иных признаков феномена выгорания» [7, с. 34].

2. Симптом «неудовлетворенности собой».

По итогам ряда неудач и (или) отсутствия способности оказать влияние на травмирующие психику обстоятельства, работник будет испытывать «недовольство как самими собой, так и выбранной им профессиональной сферой. В целом, здесь работает механизм некоего эмоционального переноса: все усилия объединены в первую очередь на себя, а не вовне. Здесь принципиальное значение имеют субъективные внутренние факторы, провоцирующие выгорание» [7, с. 35].

3. Симптом «загнанности в клетку».

Этот симптом, с одной стороны, логическое продолжение стресса, но, с другой стороны, эта стадия может возникнуть далеко не всегда. «При условии, если травмирующие психику факторы чрезвычайно сильны для индивида, который не имеет возможности повлиять на их устранение, добавляется ощущение полной безысходности. Это своего рода состояние эмоционального и ментального тупика» [7, с. 36].

4. Симптом «тревоги и депрессии».

Данный симптом наблюдается в особо осложненных условиях профессиональной деятельности, когда выгорание становится некоторым средством психологической защиты личности: «Рождаются и стремительно

развиваются сильнейшие энергетические напряжения в форме тревожности как, так и личностной, разочарование в самом себе, в выбранной профессиональной сфере, в месте работы» [7, с. 37]. Указанный симптом является пороговым в развитии напряженности в ходе выгорания.

Для фазы резистенции, по классификации В.В. Бойко, характерны следующие четыре симптома:

1. Симптом «неадекватного избирательного эмоционального реагирования».

Формирование этого симптома можно описать следующим образом: эмоционально выгорающий специалист совсем не в состоянии ощущать самостоятельно, в чем есть разница при щадящем аффективном реагировании с одной стороны, и неадекватной эмоционально-чувственной реакцией, с другой стороны. Для первого случая типична так именуемая «вырабатываемость по истечении некоторого времени полезного профессионального навыка подключать умеренно в условиях коммуникативного акта средства эмоциональной сферы (это может быть небольшая улыбка, доброжелательный взгляд, спокойный речевой тон, отсутствие сильных реакций на явные раздражители, лаконичность при выражении своего несогласия, отсутствие категоричности, грубости» [7, с. 39]. Такой режим является прямым показателем очень сильного профессионализма.

2. Симптом «эмоционально-нравственной дезориентации».

Данный симптом выполняет роль своеобразного усиления не вполне адекватной реакции во взаимоотношениях с партнерами. «Зачастую у специалиста растет потребность в самооправдании. Не проявляя должного эмоционального отношения к партнеру, он яро защищает свою позицию и мнение. Всё это сопровождается вербализацией стратегии: «данный случай совсем не является тем, чтобы переживать», «этот человек не заслужил

хорошего отношения», «подобным типам нельзя сопереживать», «с какой стати именно я должен за них переживать» [7, с. 40].

3. Симптом «расширения сферы экономии эмоций».

Формирование этого симптома можно описать следующим образом: бедность эмоционального реагирования в качестве совпадающего механизма уже в полную меру проявляется за стенами, где осуществляется профдеятельность. Иными словами, эмоциональная обедненность во всей силе проявляется уже и при взаимодействии в семейной обстановке, в неформальной обстановке с друзьями. Такого рода негативные тенденции развиваются на фоне предельной усталости от нескончаемого людского потока и вынужденной непрекращающейся межличностной коммуникации.

4. Симптом «редукция профессиональных обязанностей».

Под термином «редукция» скрывается значение упрощения. «Если сфера профдеятельности предполагает постоянное межличностное общение, то редукция находит своё проявление в осуществлении попыток уменьшить свои обязанности, требующие высоких эмоциональных потерь» [7, с. 41]. Например, медицинский работник, пребывающий в данной стадии выгорания с рассматриваемым симптомом, не будет тратить больше времени на разговоры с пациентом, чтобы дать тому возможность подробнее высказать все свои жалобы и опасения. В таком случае картина болезни будет собрана не полностью.

Для последней фазы истощения, по классификации В. В. Бойко, характерны следующие четыре симптома:

1. Симптом «эмоционального дефицита».

Если описывать данный симптом, то важно отметить «нарастающее у специалиста ощущение того, что он в эмоциональном плане становится не в силах оказывать помощь субъектам его профдеятельности. Он не в силах войти в их ситуации, не может проявлять сочувствие и сопереживание, не может адекватно отзываться на острые ситуации, требующие побуждения, усиления

мыслительной деятельности, принятия волевых решений, а также нравственную реакции. Ярчайшие показатели данного симптома – это проявление грубости, резкие реакции, повышение раздражения, обидчивость» [7, с. 45].

2. Симптом «эмоциональной отстраненности».

Для данного симптома характерно следующее: «у профессионала практически сводятся на нет эмоциональные проявления в сфере профдеятельности. Специалиста перестает что-либо эмоционально затрагивать, волновать, причем, как положительные, так и отрицательные факторы одинаково оставляют безразличным человека» [7, с. 46]. Отметим особо, что это нельзя рассматривать в качестве некоего дефекта сферы эмоций, это уже некая эмоциональная защита, приобретенная за долгий период работы в сфере «человек-человек». Профессионал постепенно обучается выполнять свои профессиональные обязанности автоматически, бездушно, в то время как в других сферах жизнедеятельности он вполне может проявлять весь богатый спектр эмоций.

3. Симптом «личностной отстраненности, или деперсонализация».

Данный симптом находит свое проявление «в достаточно богатом диапазоне стратегий и поведенческих актов специалистов в ходе коммуникации. В первую очередь, касаясь данного симптома, приходится констатировать либо полнейшую, либо частичную потерю интереса к людям, с которыми приходится работать в рамках той или иной конкретной профессии. Люди начинают восприниматься в качестве неких неодушевленных объектов для проведения предписанных манипуляций. Клиенты, пациенты, ученики начинают напрягать «выгоревшего» специалиста своими трудностями, проблемами, становится невыносимым само их присутствие» [7, с. 48].

4. Симптом «психосоматических и психовегетативных нарушений».

Уже само название симптома говорит о том, что он находит свое проявление в физическом и психическом аспектах. Как правило, «данный симптом формируется через условно-рефлекторную связи отрицательного характера. В данном случае уже только сама мысль о субъектах профессиональной деятельности, контактирование с ними ведет к ухудшению настроения, нарушению сна, нарастанию фобий, сердечно-сосудистым негативным реакциям» [7, с. 49].

Дается более расширенное и более дифференцированное описание. Однако и здесь фигурируют выделенные Б. Перлманом и Е. Хартманом компоненты выгорания, взятые за основу в данной магистерской диссертации:

- компоненту «эмоциональное и/или физическое истощение, выделенному Б. Перлману - Е. Хартману, соответствует симптом «эмоциональной отстраненности». Для данного симптома характерно следующее: «у профессионала практически сводятся на нет эмоциональные проявления в сфере профдеятельности. Специалиста перестает что-либо эмоционально затрагивать, волновать, причем, как положительные, так и отрицательные факторы одинаково оставляют безразличным человека» [7, с. 46]. Отметим особо, что это нельзя рассматривать в качестве некоего дефекта сферы эмоций, это уже некая эмоциональная защита, приобретенная за долгий период работы в сфере «человек-человек». Профессионал постепенно обучается выполнять свои профессиональные обязанности автоматически, бездушно, в то время как в других сферах жизнедеятельности он вполне может проявлять весь богатый спектр эмоций;

- компоненту «снижение рабочей продуктивности», выделенному Б. Перлману - Е. Хартману, соответствует симптом «редукция профессиональных обязанностей». Под термином «редукция» скрывается значение упрощения. «Если сфера профдеятельности предполагает постоянное межличностное общение, то редукция находит своё проявление в

осуществлении попыток уменьшить свои обязанности, требующие высоких эмоциональных потерь» [7, с. 41];

- компоненту «(сверх) деперсонализация», выделенному Б. Перлману - Е. Хартману, соответствует симптом «личностной отстраненности, или деперсонализация». Данный симптом находит свое проявление «в достаточно богатом диапазоне стратегий и поведенческих актов специалистов в ходе коммуникации. В первую очередь, касаясь данного симптома, приходится констатировать либо полнейшую, либо частичную потерю интереса к людям, с которыми приходится работать в рамках той или иной конкретной профессии. Люди начинают восприниматься в качестве неких неодушевленных объектов для проведения предписанных манипуляций. Клиенты, пациенты, ученики начинают напрягать «выгоревшего» специалиста своими трудностями, проблемами, становится невыносимым само их присутствие» [7, с. 48].

В целом, люди, подверженные выгоранию, склонны испытывать большое количество проблем, связанных со здоровьем. «Проявления синдрома выгорания на физическом уровне могут включать в себя: повышенную утомляемость, чувство истощения на протяжении всего дня; низкий порог восприимчивости к внешней среде; учащение головных болей; проблемы с состоянием желудочно-кишечного тракта; отсутствие аппетита или переедание, что ведет к избытку или недостатку веса; нарушения сна, бессонницу; повышенную восприимчивость к инфекциям» [33, с. 19]. Если говорить об отсроченных последствиях данного синдрома, то они, во-первых, тяжелы и серьезны, а, во-вторых, дают о себе знать не только в профессиональной сфере, но и, например, в сфере межличностных отношений, в сфере семейной жизни, в сфере состояния здоровья, и прочее. В связи с этим синдрому эмоционального выгорания был присвоен диагностический статус (МКБ-10: Z73 — Проблемы, связанные с трудностями управления своей жизнью).

Таким образом, описанные выше три звена феномена выгорания так или иначе описывают особенности сферы профессиональной деятельности, где в первый раз рассматриваемый феномен и был выявлен. Наиболее актуально это всё для второго звена выгорания, иными словами, для деперсонализации, отражающей зачастую состояние отрасли социального обслуживания и оказания помощи людям.

Таким образом, в рамках магистерской диссертации мы опираемся на взгляд Б. Перлмана - Е. Хартмана. В отечественной классификации В.В. Бойко представлена более дифференцированная систематизация симптомов выгорания, по отдельным фазам, а в зарубежной классификации и Б. Перлмана - Е. Хартмана представлена более обобщенная, более краткая систематизация симптомов выгорания, сводимая к трем ключевым симптомам. Так, есть общее у отечественных и зарубежных авторов, а есть и различия в понимании эмоционального выгорания – в формулировках. В своей работе мы берем за основу взгляд как Б. Перлмана и Е. Хартмана, которые, как нам кажется, более подробно, более конкретно описывают эмоциональное выгорание.

Синдромом выгорания в современном научном психологическом дискурсе все чаще подвергаются осмыслению в качестве разновидности профессиональной личностной деформации. Также сильна тенденция рассматривать этот весьма распространённый синдром в качестве одного из механизмов психологической защиты, который был выработан личностью под воздействием комплекса жизненных обстоятельств. Такая защита состоит в абсолютном или неполном эмоциональном самоотключении на фоне стресса. В рамках данной магистерской диссертации разделяется точка зрения на составляющие выгорания, предложенные такими авторами, как Б. Перлман и Е. Хартман (1 — эмоциональное и/или физическое истощение; 2 — снижение рабочей продуктивности; 3 — (сверх) деперсонализация). В связи с этим для дальнейшего эмпирического исследования эмоционального выгорания выбор диагностического инструментария сделан в пользу методики - опросника на

выгорание (МВІ) К. Маслач и С. Джексон. Данная методика позволяет одномоментно исследовать все три составляющие выгорания, поскольку предполагает три шкалы-критерия – это 1 — эмоциональное истощение, 2 — деперсонализация, 3 — редукция личных достижений (учитывается падение трудовой заинтересованности, рост негативизма в работе, все более частое личностное выключение из трудового процесса при переносе своего функционала на третьих лиц, прибегание к избегающему копингу).

1.2. Профессиональная деятельность юристов среднего возраста и проблема эмоционального выгорания специалистов среднего возраста

В психологии имеется множество различных классификаций возрастного развития, так называемой возрастной периодизации. Определение границ взрослости, периодов взрослости в психологии дискуссионно. В литературных источниках есть указание, что внутри периода взрослости выделяются подпериоды: ранняя взрослость, средняя и поздняя взрослость. Так, например, возрастная периодизация Д.Б. Бромлей относит зрелость к четвертому циклу и делит ее на следующие стадии:

- 1) ранняя взрослость 21 – 25 лет;
- 2) средняя взрослость 25 – 40 лет;
- 3) поздняя взрослость 40 – 55 лет.

Характеризуемый как период «акме», возраст 30 лет является пиковым в физической деятельности. Достигнув вершины развития к 30 годам, физические возможности постепенно идут на убыль после этого возраста. Но этот спад (в промежутке от 30 до 40) не так резок. До 40 лет уровень физических возможностей взрослых продолжает оставаться чрезвычайно высоким. В литературных источниках (Г. Крайг) утверждается, что период 35-45 лет характеризуется самыми высокими показателями в физической, когнитивной и социальной сферах личности. Е.П. Ильиным также отмечается,

что в среднем возрасте (он данный возрастной отрезок отмечает, как от 35 до 45 лет) актуализируется потребность в самореализации, остается актуальной и потребность в самоутверждении.

В то же время Г. Шихи фиксирует ряд существенных новшеств на фоне кризисного 40-летия:

- трансформации происходят касаясь внутреннего мира;
- все более явно ощущается снижение физических сил и энергии;
- временная перспектива становится по-иному восприниматься (все больше охватывает чувство дефицита времени);
- усиливается всеобщее беспокойство на фоне кажущегося приближения чего-то негативного, деструктивного.

В русле этого есть много рассуждений в научной литературе. Есть указание, что период середины жизни обладает чрезвычайно высокой вероятностью внутреннего состояния дезорганизации, неопределенности, противоречивости, нестабильности. Ряд авторов указывают на особенности протекания кризиса на этапе среднего возраста. Так, например, для кризиса середины жизни (примерно 40 лет), по описанию Г. Абрамовой, характерно следующее: достижение пика развития в физиологическом отношении, это порождает яркое переживание своих возможностей.

Данные возрастные тенденции, как представляются, играют свою роль, сказываются на формировании симптоматики эмоционального выгорания у представителей разных профессий.

Как уже было сформулировано при объяснении актуальности данной исследуемой темы магистерской диссертации, юридическая профдеятельность крайне вариативна и не проста по своей функциональности. Во всей своей комплексности она охватывает такие аспекты, как [11]:

- правоприменительный;
- правозащитный;
- правоохранительный.

Имеет место быть синонимичность понятиям «юрист» и «субъект юридического труда» [48, с. 180] в специальной научной литературе.

В самом широком смысле юридическая профдеятельность отличается социальной (общественной по своей природе) направленностью. Это объясняется тем, что любой занятый в юридической профдеятельности специалист «имеет дело с поведением членов общества, с различными социальными явлениями, обстоятельствами, которые он должен понять и оценить, руководствуясь законом и нормами права» [59, с. 49].

В специальной научной литературе есть традиция дифференцировать юридическую профдеятельность на две ключевые категории [56]:

- так называемые «цивилисты», осуществляющие деятельность в сфере преимущественно гражданского права;
- так называемые «криминалисты» (специалисты в области уголовного права), осуществляющие деятельность в сфере преимущественно уголовного и права, и занимающиеся профессионального адвокатурой.

Помимо вышеобозначенной дифференциации можно назвать и ряд прочих спецификаций юридической профдеятельности. В частности, можно выделить юристов:

- корпоративных;
- исследователей;
- арбитражных управляющих.

По принципу вектора продвижения по карьерной лестнице юридическая профдеятельность может быть дифференцирована на:

- труд по найму (госслужащие, сотрудники частных компаний);
- труд свободный, автономный (ИП, адвокаты, самозанятые).

Спектр функциональных задач, стоящих перед представителями этого профессионального сообщества, крайне широк. Также нужно отметить, что при всей кажущейся стереотипности и всем представляющимся однообразии специалисты в области права вынуждены ежедневно сталкиваться с абсолютно

новыми для них жизненными. Как следствие, и адвокаты, и нотариусы, и прочие специалисты по праву вынуждены быть в состоянии постоянной готовности к поиску новаторских подходов в деле решения профессиональных задач [20].

Все представители сферы юриспруденции отличаются некоторым набором психологических качеств, о чем неоднократно упоминается в научной библиографии. Также есть описание специфики проявления таких черт в возрастном контексте и в русле узкой юридической специализации (направления). В качестве наглядного примера можно сделать ссылку на публикацию, где постулируется специфика жизненных ценностей у выбравших данный род профессий в период обучения (время студенчества), в период адаптации к профессии, а также в период наличия уже приличного трудового стажа в этой профессиональной области (от десяти лет). В частности, говорится о поступательном увеличении выраженности у профессиональных юристов параллельно с профессиональным ростом таких черт, как [49]:

- общая самоактуализация;
- ориентация во времени;
- взгляд на человеческую природу;
- автономность;
- спонтанность;
- аутосимпатия;
- контактность;
- коммуникационная не ригидность.

Приведенный выше перечень (который может быть обозначен как список профессионально важных личностных качеств юриста) правомерно рассматривать как подтверждение крайней важности для сегодняшнего специалиста в области права быть компетентным в вопросах:

- межличностной коммуникации;

- принятия решений;
- стратегий решения конфликтов, и прочее.

Со ссылкой на один из литературных источников можно привести перечень типичных для специалистов в области права характеристик профдеятельности [12]:

- интенсивное межличностное взаимодействие;
- повышенная степень ответственности;
- высокий риск и частота конфликтных обстоятельств;
- нет установленного четкого рабочего графика;
- высокая конкуренция в этой сфере на фоне большого числа специалистов с аналогичной специализацией.

Все обозначенное по объективным причинам выступает стабильно в качестве триггера начала развития симптоматики эмоционального выгорания. Не будет преувеличением заявить, что трудовая деятельность юристов протекает стабильно в высоко стрессовых, фрустрированных, конфликтогенных условиях.

Профессия юриста причисляется к категории из разряда «человек-человек». Отсюда становится объяснимым ее повышенная конфликтогенность: постоянство межличностных контактов с большим количеством людей (коллег, клиентов, посетителей, вышестоящего начальства, представителей других инстанций и прочее) этому во многом способствует. В свою очередь, частота конфликтов и конфликтогенных ситуаций становятся фактором развития симптоматики эмоционального выгорания [68]. Можно констатировать, что эмоциональное выгорание у специалистов в области права и правоприменения весьма распространенная тенденция.

Рассуждая о специфических особенностях специалистов в области права в зависимости от направления и специализации, можно также здесь затронуть и различия на этом основании протекания эмоционального выгорания. В то же время, в целом, если следовать данным, опубликованным А.Ю. Гриценко,

эмоциональное выгорание представителей юриспруденции имеет ряд специфических черт [18]:

- тенденция стереотипизации трудовых операций;
- склонность скептически относиться к ценности права, правовой культуры;
- выраженный и усиливающийся со временем цинизм, - эмоциональная холодность.

Первый пункт из всего вышперечисленного в качестве исключительно юридического по профессиональной специализации эмоционального выгорания назвать вряд ли представляется правомерным (поскольку эта тенденция фиксируется и в описании эмоционального выгорания по другим профессиям). А вот что касается пункта по правовому нигилизму (выраженный скепсис по силе закона, права и его верховенству, ценности), то это как раз исключительно типичная для представителей юридических профессий черта эмоционального выгорания. Последнее однозначно говорит о тенденции к частому и глубокому разочарованию трудящихся в сфере права и правоприменения (что оставляет деструктивный след на психическом состоянии специалиста).

С.П. Безносков [5], С.А. Дружилов [21], Е.Н. Макарова [37] отмечают, что в наибольшей степени эмоциональное выгорание у представителей социально-экономических профессий, постоянно взаимодействующих с людьми. Профессия юриста здесь называется в ряду профессий врачей, педагогов, работников сферы обслуживания, госслужащих, руководителей.

По описанию О.М. Шабалина, подавляющая часть специализации по праву и правоприменению отличается критически повышенной эмоциональностью в условиях трудовой деятельности (причем эмоциональностью с негативной, деструктивной направленностью). Самое опасное в профессиях юридического толка то, что огромный спектр эмоций

негативного плана вынуждено приходится подавлять, сохраняя внешнее эмоциональное спокойствие [64].

Согласно А.М. Столяренко, у представителей профессии юриста эмоциональное выгорание может проявиться на 4 уровнях [58]:

1. Общепрофессиональный (делает работников одной профессии узнаваемыми, похожими): синдром «асоциального восприятия» (каждый человек воспринимается потенциальным нарушителем).

2. Специальные профессиональные проявления:

- у прокурора - обвинительность;
- у следователя - правовая назидательность;
- у адвоката - правовая изворотливость.

3. Профессионально-типологический (особенности темперамента, характера, способностей): искажение мотивации деятельности; перестройка ценностных ориентаций; пессимизм и прочее.

4. Индивидуализированный (особенности работника):

- сверхответственность;
- гиперактивность;
- трудовой фанатизм.

Из перечисленного наиболее сильно с эмоциональным выгоранием юристов связаны сверхответственность, трудовой фанатизм, перестройка ценностных ориентаций.

В публикации Д.М. Федорова есть описание распространенных детерминантов эмоционального выгорания юристов [60]:

1. Ненормированность рабочего дня, отсутствие четко обозначенного рабочего режима. Деятельность специалистов в области права пролонгирована во времени, продолжается за пределами рабочего кабинета. Она имеет место быть вне зависимости от праздничных или выходных дней. Отсюда для представителей данного рода профессий вопрос восстановления сил, отвлечения от работы, восполнения ресурса крайне острый.

2. Исключительно высокая ответственность за судьбы других людей. Специалист в области права и правоприменения сталкивается ежедневно с необходимостью возложения на себя чужих проблем. Юристы, как правило, каждодневно вынуждены погружаться в чужие трудные жизненные ситуации.

Согласно выводам сделанным О.М. Шабалиным, в проявлениях эмоционального выгорания представителей в области права и правоприменения в разных областях имеет все основания причислить [64]:

- замкнутость;
- отстраненность в плане чувственном;
- тенденция предельного формализма в коммуникации с окружающими, безэмпатийность;
- безразличие, поиск материальной выгоды;
- обеднение ценностной сферы и сферы личностных интересов;
- сокращение контактов;
- тенденция обвинять окружающих;
- склонность видеть в людях слабые негативные качества; - нетолерантность к чужим слабостям.

В литературных источниках неоднократно указывается на широкий перечень обстоятельств, детерминантов эмоционального выгорания в юридической профдеятельности. Не является исключением здесь работа О.М. Шабалина. Если следовать логике этого автора, то весь спектр детерминантов эмоционального выгорания в юридической профдеятельности имеет смысл дифференцировать на две большие категории [64]:

1. Объективные детерминанты:

- особые род профессии, не прекращающиеся физические и психологические перегрузки, вечный стресс и конфликты;
- последствия каровых ошибок;
- враждебная атмосфера на работе;

- в дополнение ко всему трудности выстраивания коммуникации в семье.

2. Субъективные детерминанты:

- слабая профподготовка, дефицит профкомпетенций, отсутствие стремления саморазвиваться и самосовершенствоваться в этом профессиональном направлении;

- неготовность к профдеятельности в области права и правоприменения на уровне ментальном, эмоциональном, волевом, ценностном, на уровне саморегуляции и совладания со стрессом;

- не полная сформированность морально-деловых черт;

- проблема с распоряжением временным ресурсом.

Провокаторами эмоционального выгорания юристов становятся, как ни странно, не только очевидно слабые, деструктивные личностные черты, но и вполне сильные, положительные качества. В качестве примера можно назвать здесь такую черту, как излишнюю увлеченность работой, всецелую погруженность в нее (нередко на фоне сильно проявляющейся черты личности перфекционизма). Здесь в качестве ошибки можно признать склонность трудиться круглым сутками без перерыва. Но, как известно, ресурс любого, даже очень подготовленного, человека, явно не безграничен.

Проблема эмоционального выгорания юристов также освещается в западной литературе. Так, в 2017 г. в практике Американской ассоциации юристов опубликован документ, посвященный благополучию представителей юридических специализаций. Данный документ в качестве своего базиса имеет вполне научное обоснование и аргументацию. В частности, этот документ сопровождают данные анкетирования, где есть свидетельства о том, что почти каждый третий практикующий юрист страдает химической (алкогольной) зависимостью, а почти каждый четвертый практикующий юрист страдает выраженной депрессивной симптоматикой, каждый пятый страдает паническими атаками, повышенным беспокойством [70]. Эти факты

свидетельствуют о наличии регрессивных тенденций, ведущих к эмоциональному выгоранию.

Согласно работе Ю.В. Вербицкой, у большинства представителей юриспруденции в той или иной мере (а чаще сильно) присутствуют признаки эмоционального выгорания. Так, завышенные показатели по симптому «Психоэмоциональное истощение» фиксируются буквально у каждого третьего такого специалиста. То есть для каждого третьего юриста в той или иной степени характерны [12]:

- низкий тонус,
- утомляемость,
- высокая неподвластная своему контролю смена настроения,
- безразличие,
- неумение испытывать сильные эмоции, как положительные, так и отрицательные,
- утрата замотивированности своей работой,
- жизненная неудовлетворенность.

Что касается симптома «Деперсонализация», то в этом литературном источнике указывается на его частоту у 20% представителей юриспруденции. Это можно интерпретировать как выраженное внутреннее равнодушие к совершаемой деятельности у каждого пятого по статистике юриста. То есть каждый пятый профессионал-юрист не погружается лично в рабочий процесс, в суть проблемы, выполняет работу машинально, формально. Все это параллельно сопровождается негативным эмоциональным фоном (внутренними переживаниями).

Что касается симптома «Редукция личных интересов» (имеет самое что ни на есть прямое отношение к профессиональной мотивированности), то его выраженность в выборке юристов-профессионалов оказалась, в целом не столь высока, не критично проявлялась.

В целом, литературная публикация Ю.В. Вербицкой – то свидетельство остроты проблемы завышенных показателей симптомов выгорания у юристов среднего звена (более десяти процентов от всей совокупности принявших участие в исследовании специалистов). Это что касается данных по тесту К. Маслач. Если же обратиться к эмпирическим данным по тесту В.В. Бойко, то там симптоматика выгорания фиксируется и того чаще – почти у двадцати процентов опрошенных специалистов, тогда как у трети участников проводимого исследования синдром выгорания обнаруживался в фазе постепенного оформления [12].

Согласно Н.Ш. Корашвили и Д.А. Абдуллаевой, профессиональная деформация личности проявляется уже с первого года работы. У молодых специалистов есть тенденция к ее росту из-за погружения в работу, в рабочий коллектив, социализации (т. е. принятия норм и ценностей). Новые впечатления, «боязнь» допущения ошибок в работе способствуют переносу рабочей атмосферы в повседневную жизнь. Со стажем профессиональная деформация становится более явной и выраженной [29].

Таким образом, деструкции возникают в процессе многократного выполнения одной и той же профессиональной деятельности, негативно влияя на ее продуктивность, порождая профессионально нежелательные качества (деформации) и изменяют поведение человека [13].

Д.С. Минин в своих трудах акцентирует внимание на большой доли вероятности выгорания в рамках юридической профдеятельности. Последнее обстоятельство мешает полноценной работе в сфере правоприменения и правозащиты. По опубликованным этим автором данным, есть различия в степени проявления симптоматики выгорания адвокатов. Эта специфика тесно коррелирует с некоторыми личностными чертами представителей этой профессии [40]:

- уровень развития эмоционального интеллекта и его компонентов;
- эмоциональная лабильность, - социальная интроверсия.

Об актуальности проблемы, исследуемой в данной магистерской работе, говорит статистика, публикуемая в работе 2016 года Е.Г Антиперович. Здесь приводятся следующие данные [2]:

- 75% сотрудников юридической службы МЧС со средней выраженностью рассматриваемого синдрома;
- у 17% юристов синдром слабо проявлен;
- у 8% – высокий уровень.

Если верить этому литературному источнику, то эмоциональное выгорание у юристов, работающих в МЧС-структурах, имеет место быть в разном проявлении уже к стажу 5-ти лет.

По Л.Н. Световой, почти три четверти от всех работающих адвокатов отличаются симптоматикой эмоционального выгорания. Автором особо постулируется корреляция выраженности выгорания и стажа адвокатской профдеятельности. Вслед за указанным выше автором можно зафиксировать очередность нарастания такой симптоматики [53]:

- 1) эмоциональные нарушения;
- 2) деперсонализация;
- 3) редукция личностных достижений.

Так, если речь идет о практикующих адвокатах, то старт эмоционального выгорания – в эмоционально-личностных нарушениях. А внешне адвокатское выгорание дает о себе знать в таких проявлениях [52]:

- отсутствие адекватности в эмоциях на те или иные события;
- редукция профобязанностей;
- все большее самоограничение в проявлении чувств и эмоций; - деперсонализация.

Здесь же следует зафиксировать ряд самых стабильных симптомов адвокатского эмоционального выгорания [52]:

- эмоциональная отстраненность;
- самонеудовлетворенность;

- эмоционально-нравственная дезориентация,
- трудности психосоматики.

Таким образом, для юридической профдеятельности свойственна излишняя ответственность, вынужденность постоянной интенсивной коммуникаций с большим количеством разных людей, конфликтогенность, стрессогенность, отсутствие четкого рабочего графика, перенапряженность в эмоциональном плане, отрицательные эмоции и необходимость их подавлять (отсрочено во времени), постоянные психологические перегрузки, переутомление, стрессогенность, возложение на себя чужих проблем (тесная связь с «трудной жизненной ситуацией»). Согласно имеющимся литературным данным, большой доле юристов-профессионалов среднего звена присущи симптомы эмоционального выгорания. Очередность нарастания симптоматики эмоционального выгорания у занятых в сфере права и правоприменения такая:

- 1) эмоциональные нарушения;
- 2) деперсонализация;
- 3) редукция личностных достижений.

Выгорающие профессионалы-юристы отличаются от прочих выгорающих специалистов выраженным разочарованием в верховенстве права и в его ценности (то есть правовым нигилизмом), тенденцией стереотипизации в процессе своей профессиональной деятельности, формализмом, склонностью видеть слабость и негативные черты у других людей. Выгорание юристов наиболее часто развивается через симптоматику эмоциональной холодности, самонеудовлетворенности. Также стоит отметить, что возрастные тенденции периода среднего возраста также сильно сказываются на формировании симптоматики эмоционального выгорания у представителей разных профессий, в том числе, у представителей профессий юридического профиля.

1.3. Психологическое консультирование и его возможности при работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания

Психологическое консультирование представляет собой один из видов психологической помощи. Это прикладная отрасль современной психологии. В частности: «В системе психологической науки ее задачей является разработка теоретических основ и прикладных программ оказания психологической помощи психически и соматически здоровым людям в ситуациях, когда они сталкиваются с проблемами» [23, с. 3]. Этот род деятельности появился как реакция на потребности в психологической помощи людей без клинических нарушений [31]. Отсюда психологи-консультанты оказывают преимущественно помощь лицам, испытывающим повседневные трудности в разного рода деятельности (включая профессиональную). В том числе, психологическое консультирование имеет большие возможности при работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания.

Психологическое консультирование обобщенно можно определить как «вид отношений помощи» [41, с. 77]. Одно из самых общих определений основной цели психологического консультирования – это оказание психологической помощи [1].

В психологическом консультировании выделяются индивидуальная и групповая формы работы. В рамках психологического консультирования традиционно описывается две разновидности формата организации работы с клиентами:

- 1) формат групповой (группой);
- 2) формат индивидуальный.

Интерес в рамках данной магистерской диссертации представляет групповой формат. В качестве сильных сторон такого формата психологического консультирования можно назвать [65]:

- материальная выгода;
- большой охват целевой аудитории (одновременная проработка проблем сразу нескольких клиентов со схожей проблематикой).

В данной магистерской диссертации за основу берется именно групповая форма организации работы в психологическом консультировании. Имеет смысл рассмотреть варианты организации форм группового психологического консультирования, а также то, какими методами и средствами можно воспользоваться в условиях группового психологического консультирования юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания.

Имеет смысл зафиксировать ряд сильных сторон именно группового формата психологического консультирования (в сопоставлении с его антиподом – персональным форматом) [30]:

1. Возможность у членов группы отрефлексировать собственный стиль коммуникации с окружающими.
2. Возможность у членов группы подискуссировать между собой по ряд интересующих проблемных вопросов.
3. Группа в консультировании предстает мини-моделью социума.
4. В рамках такого рода групп гарантируется взаимоподдержка.

В качестве рабочего можно зафиксировать такое толкование групповой формы психологического консультирования: это «группы, сосредоточенные на межличностной коммуникации и интерактивной обратной связи, а также применении различных методов, относящихся к принципу здесь-и-сейчас» [30, с. 233].

Предполагается, что в групповой работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания будут использоваться разные методы, например, трансформационная игра, работа со сказкой (сказкотерапия), метафорические карты, проективные методики, методы когнитивной терапии.

Одним из методов групповой работы выступает игровое моделирование клиентских проблем. Игровые техники дают уникальную и столь необходимую возможность варьирования и не единоразового воспроизведения проблемных ситуаций для клиентов. По окончании проведения такого рода работы в условиях группы организуется мини-дискуссия с рефлексией.

Игровые техники бывают самые разные [63]:

- ситуационно-ролевые;
- имитационные;
- творческие;
- дидактические (содержащие решение обучающих и развивающих задач);
- деловые (воссоздающие законченный элемент профессиональной деятельности).

Помимо традиционной по своему формату психоконсультативной беседы в условиях группы имеют место быть в арсенале инструментария у практикующих специалистов и прочие варианты организации групповой работы [34]:

- психологический практикум;
- семинар;
- семинар-практикум;
- психолого-педагогический консилиум и прочее.

Так, групповая психоконсультативная беседа призвана способствовать решению вопросов информирования клиентов по тематике общего характера, включая повышение у них компетентности, просвещенности по отдельным аспектам психики и психических процессов. В целом, работа на основе такого формата деятельности призвана устранить некомпетентность членов группы по тому или иному аспекту устраняемой, прорабатываемой психологической проблемы.

Что касается другого формата работы – тематического группового консультирования, то здесь предполагает информирование членов группы по конкретным тематическим аспектам психологической по своей сути проблематики. Тематическая наполняемость такого консультирования сильно варьируется от очень широкого до очень узкого, специального (в зависимости от решаемых проблем на занятии).

Следующий формат групповой работы – это психологический практикум. Такой вариант организации консультирования предполагает более частое прибегание к техникам интерактивного свойства, а также к методам и приемам прямого практического обучения. В целом, можно говорить о том, что практикум в конечном счете имеет четкую направленность, нацеленность на обогащение клиентского психологического опыта путем:

- во-первых, распространения полезной специальной и адаптированной информации,
- во-вторых, практического подкрепления, проработки этих материалов, также в групповом формате.

Для реализации целей последовательного расширения психологических знаний и опыта юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания также может быть эффективна такая форма группового консультирования, как семинар или семинар-практикум.

В целом, психологическое групповое консультирование предполагает самое что ни на есть активное использование именно в группе большого массива специальных техник. В числе таких частных техник можно назвать:

- игры имитационной природы;
- игры делового типа;
- компоненты тренинга;
- психотехнические упражнения.

В частности, если речь заходит об играх имитационной природы, то они помогают удачно смоделировать условия, обстоятельства профессиональной

юридической деятельности. В итоге предоставляется хорошая возможность членам группы в адаптивном плане удачно проиграть всю систему отношений в контексте такого рода профдеятельности. Последнее немаловажно для профилактики развития симптоматики выгорания и для устранения уже появившейся симптоматики.

Деловые игры в контексте группового психологического консультирования юристов среднего звена с риском развития симптоматики выгорания в качестве своего финального аккорда предполагают итоговое обсуждение. В условиях такой дискуссии клиенты – члены консультативной группы – пытаются осознать, в каких именно игровых обстоятельствах наиболее сильно давали о себе знать трудности, что явно противодействовало профессиональной игровой групповой самореализации.

Вкрапление в канву групповой консультации отдельных составляющих тренинга, ролевых игр и практико-ориентированных упражнений повышает заинтересованность членов группы – клиентов со схожим набором психологических проблем. Это стимулирует более глубокое самопознание, взаимную заинтересованность, позволяет осознать свои проблемы в профессиональной деятельности, проблемы своего выгорания на работе, овладеть новыми практическими способами саморегуляции.

В качестве отдельных приемов – навыков продуктивного группового психологического консультанта представляется допустимым привести следующие [74]:

- активное слушание;
- перефразирование;
- разъяснение;
- подведение итогов;
- интерпретация;
- блокирование - вмешательство консультанта в целях прекращения

непродуктивного поведения в группе.

В целом, можно говорить о том, что есть несколько теоретических подходов, которые имеют свое название, образуют свои цели, стадии развития групповой работы, определяют роль и функции группового консультанта, а также предлагают множество разнообразных стратегий и техник воздействия в групповом консультировании [63]:

- в подходе групп психодрамы – это обмен ролями, проекция будущего, ролевой тренинг;
- в поведенческой групповой терапии – это подкрепление, контракт, моделирование, тренировка поведения, инструктирование, обратная связь, когнитивная реконструкция, решение проблем, поддержка;
- в рационально-эмотивной терапии – это когнитивные приемы (домашние задания, устранение условностей), эмотивные приемы (использования юмора, ролевая игра), поведенческие методы (подкрепление и наказания, тренинг навыков),
- в личностно-ориентированном подходе – это активное вслушивание, отражение чувств, объяснение, помощь;
- в гештальтподходе – это языковые упражнения, игра диалогов, фантазирование, обратный эксперимент.

Представители юридических профессий не всегда в силах понять необходимость оказать поддержку. Отсюда важно в разработке комплексных психологических мер придерживаться основы – предварительного мониторинга симптоматики выгорания, свойственной именно для профессионалов-юристов [53].

Решение задач по снижению риска развития симптоматики эмоционального выгорания у юристов среднего звена возможно как в условиях индивидуального консультирования, так и группового психологического консультирования. Главным вектором в групповой работе с «выгорающими», называется помощь в осмыслении и активизации своих ресурсов, реализации

их жизненных ориентиров, содействующих личностному росту самореализации в профессиональной и личной жизни [14].

Под профилактикой профессиональной деформации в форме эмоционального выгорания юристов понимается «совокупность предупредительных мероприятий, ориентированных на снижение вероятности развития предпосылок и проявлений профессиональной деформации» [17, с. 730].

Для снижения эмоционального выгорания юристов нужно, чтобы они осознали всю сущность проблемы, а для этого немаловажно проводить психологическое консультирование. Можно назвать в качестве перспективных путей выхода из данной проблемы психологические тренинги и игры, в рамках психологического консультирования юристов, позволяющие снизить психоэмоциональную нагрузку, комплекс упражнений, которые помогут развить и поддерживать на высоком уровне концентрацию внимания, снизить восприимчивость организационного стресса.

Балинтовская группа применялась как модель эффективной групповой профессиональной супервизии [35]. Работа в балинтовских группах выгорающих специалистов позволяет лучше понять причины конфликтных ситуаций с клиентами и коллегами, способствует снижению профессионального стресса, предлагая юристу большую степень осмысленности своего поведения в процессе работы и общения, уверенности в действиях. Такие «эффекты балинтовской группы делают допустимой профилактику синдрома эмоционального выгорания, которому в подвержены представители коммуникативных профессий» [35, с. 269].

Для работы по коррекции эмоционального выгорания важно [61]:

- 1) разобраться, какими естественными механизмами снятия напряжения и разрядки, повышения тонуса владеет то или иной специалист, подверженный выгоранию;

- 2) осмыслить их;

- 3) перейти от спонтанного использования естественных способов регуляции к осознанному применению для управления своим состоянием;
- 4) попробовать разные способы самовоздействия и сформировать из них свой «банк способов саморегуляции», которые более эффективны для отдельно взятого человека;
- 5) систематически и целеустремленно применять способы из своего «банка» для регуляции состояния и профилактики выгорания.

Для увеличения адаптационных возможностей личности специалистов и обучения навыкам саморегуляции можно применять в условиях психологического консультирования разные способы регуляции психофизиологического состояния. В числе таких способов обычно указываются разного рода практические упражнения [55].

В качестве наиболее действенных составляющих в рамках психологического группового консультирования можно назвать:

- мотивирующий;
- диагностический;
- тренировочный.

Данное трио компонентов присутствует в полном составе в структуре отдельного практического упражнения, отдельного задания, используемого в рамках группового психологического консультирования. В итоге такой работы в идеале формируются у клиентов – юристов с риском эмоционального выгорания – такие 3 важнейших эффекта [55]:

- 1) успокоения,
- 2) восстановления внутреннего ресурса, сил, энергии;
- 3) активации.

Таким образом, в психологическом консультировании выделяются индивидуальная и групповая формы работы. Работа с группой дает уникальную возможность сразу предоставить широкой целевой аудитории профессиональную психологическую помощь, проработать схожие

психологические проблемные зоны. В данной магистерской диссертации за основу берется именно групповая форма организации работы в психологическом консультировании юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания. Консультативные группы сфокусированы по своей сути на обратной связи, на интерактиве ее участников. В рамках группового психологического консультирования применяются методы - групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения.

Выводы по Главе 1

1. Синдромом эмоционального выгорания – часто встречающаяся форма профессиональной деформации личности (Л.Ю. Крикуненко). Наличие симптомов выгорания есть показатель долго протекающего стресса, психических перегрузок. Выгорание включает разные симптомы, которые проявляются постепенно.

2. В рамках данной магистерской диссертации разделяется точка зрения на составляющие выгорания, предложенные такими авторами, как Б. Перлман и Е. Хартман (1 - эмоциональное и/или физическое истощение; 2 - снижение рабочей продуктивности; 3 - (сверх) деперсонализация). В связи с этим для дальнейшего эмпирического исследования эмоционального выгорания выбор диагностического инструментария сделан в пользу методики - опросника на выгорание (МВИ) К. Маслач и С. Джексон (данная методика позволяет одновременно исследовать все три составляющие выгорания, поскольку предполагает три шкалы-критерия – это 1 - эмоциональное истощение, 2 – деперсонализация, 3 - редукция личных достижений (учитывается падение трудовой заинтересованности, рост негативизма в работе, все более частое личностное выключение из трудового процесса при переносе своего функционала на третьих лиц, прибегание к избегающему копингу).

3. Для юридической профдеятельности свойственна излишняя ответственность, вынужденность постоянной интенсивной коммуникаций с большим количеством разных людей, конфликтогенность, стрессогенность, отсутствие четкого рабочего графика, перенапряженность в эмоциональном плане, отрицательные эмоции и необходимость их подавлять (отсрочено во времени), постоянные психологические перегрузки, переутомление, стрессогенность, возложение на себя чужих проблем (тесная связь с «трудной жизненной ситуацией»).

4. Согласно имеющимся литературным данным, большой доле юристов-профессионалов среднего звена присущи симптомы эмоционального выгорания. Очередность нарастания симптоматики эмоционального выгорания у занятых в сфере права и правоприменения такая: 1) эмоциональные нарушения, 2) деперсонализация, 3) редукция личностных достижений. Выгорающие профессионалы-юристы отличаются от прочих выгорающих специалистов выраженным разочарованием в верховенстве права и в его ценности (то есть правовым нигилизмом), тенденцией стереотипизации в процессе своей профессиональной деятельности, формализмом, склонностью видеть слабость и негативные черты у других людей. Выгорание юристов наиболее часто развивается через симптоматику эмоциональной холодности, самонеудовлетворенности.

5. В психологическом консультировании выделяются индивидуальная и групповая формы работы. Работа с группой дает уникальную возможность сразу предоставить широкой целевой аудитории профессиональную психологическую помощь, проработать схожие психологические проблемные зоны. В данной магистерской диссертации за основу берется именно групповая форма организации работы в психологическом консультировании юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания. Консультативные группы сфокусированы по своей сути на обратной связи, на интерактиве ее участников. В рамках группового психологического консультирования применяются методы – групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения.

6. Представители юридических профессий не всегда в силах понять необходимость оказать поддержку. Отсюда важно в разработке комплексных психологических мер придерживаться основы – предварительного мониторинга симптоматики выгорания, свойственной именно для профессионалов-юристов. Решение этих задач у юристов среднего звена

возможно в условиях индивидуального и группового психологического консультирования. Главный вектор в работе с «выгорающими» - помощь в осмыслении и активизации своих ресурсов, реализации их жизненных ориентиров, содействующих личностному росту самореализации в профессиональной и личной жизни.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ЮРИСТОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПРИ СИНДРОМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

2.1 Организация, методики и результаты исследования эмоционального выгорания юристов среднего возраста

На основе проведенного обзора литературных источников было установлено, что наличие симптомов выгорания есть показатель долго протекающего стресса, психических перегрузок. Выгорание включает разные симптомы, которые проявляются постепенно. Как было отмечено выше, в рамках данной магистерской диссертации разделяется точка зрения на составляющие выгорания, предложенные такими авторами, как Б. Перлман и Е. Хартман (1 – эмоциональное и/или физическое истощение; 2 – снижение рабочей продуктивности; 3 – (сверх) деперсонализация).

Критерии и уровни оценки симптомов (компонентов) эмоционального выгорания юристов среднего возраста приведены в таблице 1.

Таблица 1. – Критерии и уровни оценки симптомов (компонентов) эмоционального выгорания юристов среднего возраста

Компонент	Уровни			Методы и методики
	Низкий	Средний	Высокий	
Эмоциональное и / или физическое истощение	Нет тенденции к эмоциональному истощению	Есть тенденция к снижению эмоционального тонуса, психической истощаемости	Падение тонуса, рост истощения, усталость, равнодушие, неумение пережить сильные эмоции, как положительные, так и отрицательные, потеря заинтересованности, жизненная неудовлетворенность.	К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е. Водопяной

	Нет эмоционального дефицита Адекватное не избирательное эмоциональное реагирование Эмоциональная включенность	Начинается эмоциональный дефицит Эпизоды неадекватного избирательного эмоционального реагирования и отстраненности Эпизоды расширения сферы экономики эмоций	Эмоциональный дефицит. Усиление бесчувственности в условия постоянной усталости, эмоции в работе сведены на нет, все делается машинально, «на автомате», внутренний вакуум. Неадекватность эмоциональных проявлений. Настроение бесконтрольно негативно сказывается на коммуникации. Эмоциональная отстранённость. Замкнутость, отчуждение.	Методика В.В. Бойко
Снижение рабочей продуктивности	Тенденции к редукции личных достижений	Есть тенденция к негативной самооценке себя как профессионала	Низкая и преимущественно отрицательная самооценка (как непосредственное своей личности, так и своей продуктивности, действий). На фоне этого - демотивация в плане профессиональном. Снижение личной вовлеченности в работу. Избегание работы.	К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьянкой
	Нет признаков редукции профессиональных обязанностей. Нет признаков самонеудовлетворенности	Эпизоды редукции профессиональных обязанностей. Начинается неудовлетворённость собой	Выраженная редукция профессиональных обязанностей. Свертывание профессиональной деятельности. Самонеудовлетворённость. Самонедовольство.	Методика В.В. Бойко

Окончание таблицы 1

Компонент	Уровни			Методы и методики
	Низкий	Средний	Высокий	
(сверх) деперсонализация	Тенденции к деперсонализации	Есть тенденция к эмоциональному отстранению, безразличию, формализму	Эмоциональное отстранение и безразличие. Исключительно формализм в работе. Самоустранение. Раздражительность, негативизм. Деперсонализация, высокомерие.	К.Маслач, С.Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой
	не сложившийся симптом Личностная отстранённость (деперсонализация)	складывающийся симптом Личностная отстранённость (деперсонализация)	Сложившийся симптом. Личностная отстранённость (деперсонализация). Предельный цинизм.	Методика В.В. Бойко

Для проведения эмпирического исследования были подобраны следующие диагностические методики:

Методика 1. «Опросник на выгорание (МВИ)» К. Маслач и С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой.

Цель: применялся для диагностики симптомов и интегрального показателя эмоционального выгорания испытуемых.

Методика 2. Опросник «Диагностика эмоционального «выгорания» личности» В.В. Бойко.

Цель: позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания», к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы, в какой фазе их наибольшее число.

В эмпирическом исследовании приняли участие 60 человек. Состав выборки по профессиональным характеристикам: юристы, состав выборки по стажу работы в юридической сфере – от 9-ти до 17-ти лет.

Проведем анализ полученных результатов.

При количественном анализе результатов исследования эмоционального выгорания юристов среднего возраста по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой мы выявили, что:

- высокий уровень выгорания определен у 7 юристов (12%),

- средний уровень – у 31 чел. (52%),
- низкий уровень – у 22 чел. (36%) (см. Приложение А и рис. 1).

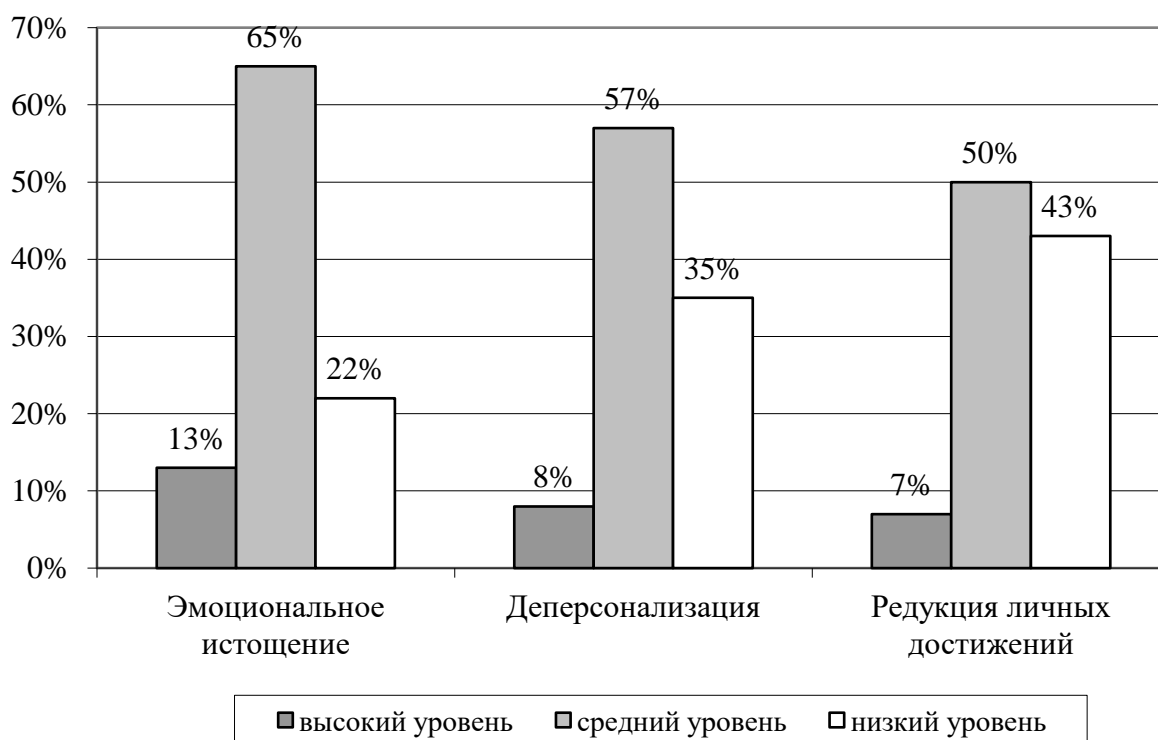


Рис. 1. Выраженность выгорания у юристов среднего возраста по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой, в %

По всем трем критериям выгорания по методике К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н.Е. Водопьяновой) у юристов зафиксирован преимущественно средний уровень выгорания.

Эмоциональное истощение на низком уровне выраженности определено у 13 чел. (22%), на среднем уровне – у 39 чел. (65%), на высоком уровне – у 8 чел. (13%).

Деперсонализация на низком уровне выраженности определена у 21 чел. (35%), на среднем уровне – у 34 чел. (57%), на высоком уровне – у 5 чел. (8%).

Редукция личных достижений на низком уровне выраженности определена у 26 чел. (43%), на среднем уровне – у 30 чел. (50%), на высоком уровне – у 4 чел. (7%).

При этом в большей степени у юристов оказалось выражено эмоциональное истощение (высокий уровень – у 13%): данные юристы хронически эмоционально и физически утомлены, равнодушны и холодны по отношению к окружающим, при этом у них отмечаются признаки раздражительности.

Высокий уровень выраженности деперсонализации по данной методике зафиксирован у 8% юристов: они в большей степени нетерпимы в ситуациях общения, у них высок негативизм по отношению к другим людям.

Слабее у юристов выражена редукция личных достижений – здесь высокий уровень определен только у 7%. У них снижено чувство компетентности в своей работе, выше недовольство собой, уменьшается ценность своей деятельности, у них негативное самовосприятие в профессиональной сфере. Для данных юристов характерно возникновение чувства вины за собственные негативные проявления, снижение профессиональной и личной самооценки, чувство собственной несостоятельности, безразличия к работе. В целом, для таких юристов свойственно снижение уровня рабочей мотивации.

Итак, если брать за основу выделенные изначально критерии (табл. 1), то по итогам первой диагностической методики в данной выборке юристов:

1. В синдроме эмоционального выгорания наиболее сильно, ярко проявляется симптоматика по первому критерию – критерию «эмоциональное и/или физическое истощение». Так, почти каждый 8-й юрист, принявший участие в данном эмпирическом исследовании, согласно интерпретации по этой методике, по данному первому критерию эмоционального выгорания очень ярко отличается тенденцией снижения эмоционального тонуса, повышенной аффективной лабильностью, неспособностью испытывать сильные эмоции разной направленности, утратой позитивных чувств к окружающим.

2. Несколько слабее в синдроме эмоционального выгорания в данной выборке юристов проявляется симптоматика по третьему критерию – критерию «(сверх) деперсонализация». Почти каждый 12-й юрист, принявший участие в данном эмпирическом исследовании, согласно интерпретации по этой методике, по данному критерию эмоционального выгорания отличается тенденцией эмоционального отстранения и безразличия, тенденцией к отсутствию личностной включенности в рабочий процесс, тенденцией к негативизму и цинизму в отношении с другими субъектами профессиональной деятельности.

3. Что касается второго выделенного критерия – критерия «снижение рабочей продуктивности», то симптоматика очень ярко по нему выражается почти у каждого 14-го юриста, принявшего участие в эмпирическом исследовании. И проявляется это в негативном самооценивании себя как профессионала, в падении рабочей мотивации, в минимизации своей вовлеченности в профессиональную деятельность.

При количественном анализе результатов исследования эмоционального выгорания юристов среднего возраста по опроснику «Диагностика эмоционального «выгорания» личности» В.В. Бойко мы выявили, что (см. Приложение Б и рис. 2, 3, 4):

- у юристов по итогам методики В.В. Бойко самые высокие результаты получены по первой стадии - стадии напряжения;
- выраженность симптоматики эмоционального выгорания у юристов по разным критериям отличается.

Обратимся изначально к данным об эмоциональном выгорании по фазе «Напряжение» в выборке юристов (рис. 2). Как было отмечено выше, по этой фазе по результатам данной методики наиболее высокие показатели синдрома выгорания у юристов.

По данной методике оказались сильно выражены симптомы «неудовлетворенности собой» (9,1). Симптом «Неудовлетворенность собой»

сложился у 2 юристов, складывается - у 17 юристов. Данный симптом из методики В. В. Бойко был включен в выделенный ранее (таблица 1) критерий «снижение рабочей продуктивности», что предполагает недовольство собственной профессиональной деятельностью и собой как профессионалом, неудовлетворенность собой как специалистом, как сотрудником.

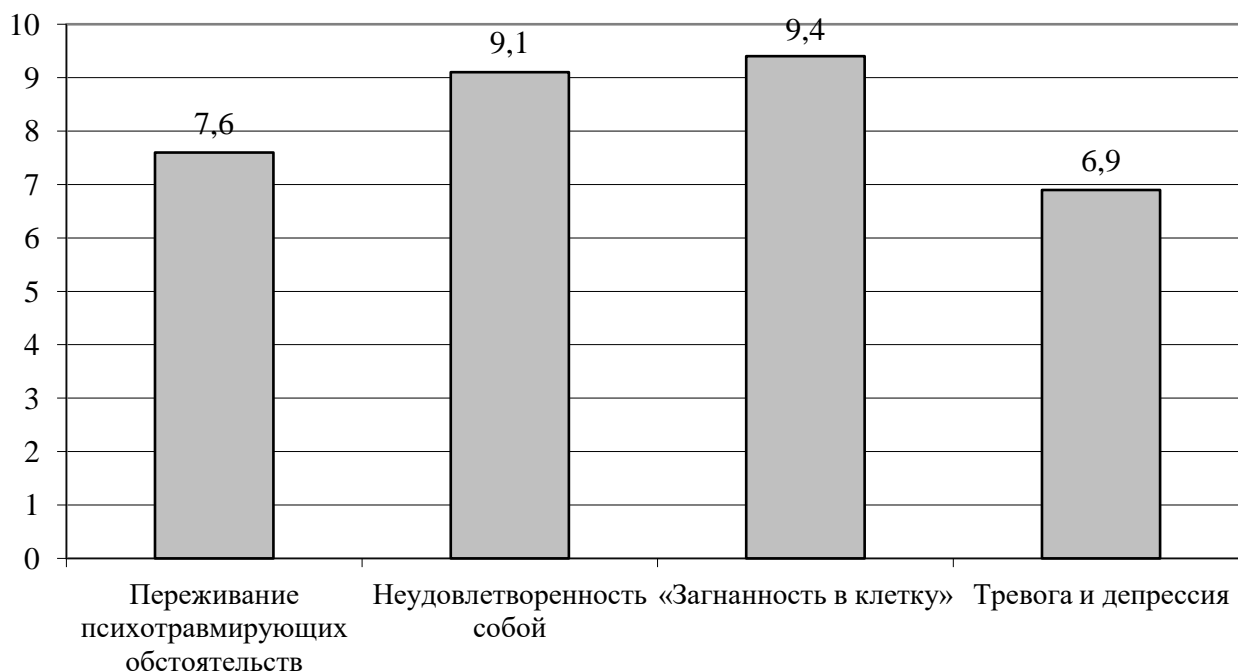


Рис. 2. Результаты диагностики выгорания по фазе «Напряжение» у юристов по методике В.В. Бойко (ср.зн.)

Симптом «Переживание психотравмирующих обстоятельств» складывается на момент проведения диагностики у 5 юристов, сложившегося данного симптома (от 16 баллов и выше) не выявлено ни у одного их юриста. Симптом «Загнанность в клетку» сложился на момент проведения диагностики у 3 чел., складывается – у 18 юристов. Симптом «Тревога и депрессия» складывается на момент проведения диагностики у 1 юриста.

Далее обратимся к данным об эмоциональном выгорании по фазе «Резистенция» в выборке юристов (рис. 3). Наиболее высокие показатели синдрома эмоционального выгорания по фазе «Резистенция» выявлены у

юристов по симптомам «Расширение сферы экономии эмоций» (9,4) и «Редукция профессиональных обязанностей» (9,3).

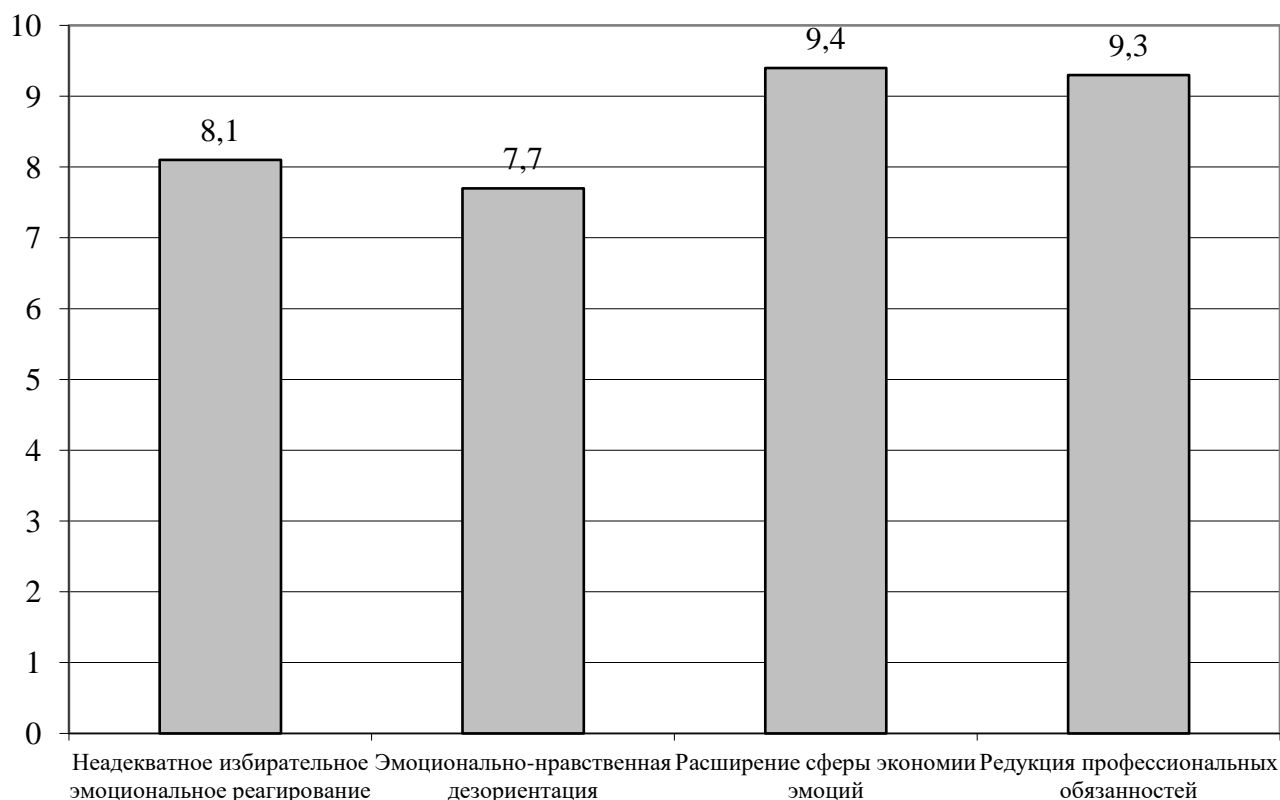


Рис. 3. Результаты диагностики выгорания по фазе «Резистенция» у юристов по методике В.В. Бойко (ср.зн.)

Высокие результаты по симптому «Расширение сферы экономии эмоций» в данном случае (основываясь на данных методики В.В. Бойко) позволяют говорить о том, что в выборке юристов эмоциональное выгорание явно развивается по критерию «эмоциональное и/или физическое истощение». Для юристов данной выборки оказались характерны: расширение сферы экономии эмоций, эмоциональная замкнутость, отчуждение, желание прекратить любые коммуникации. Симптом «Расширение сферы экономии эмоций» сложился у 4 чел., складывается – у 15 чел.

Симптом «Редукция профессиональных обязанностей» сложился у 2 чел., складывается – у 14 чел. Высокие результаты по этому симптому по методике В.В. Бойко позволяют говорить о том, что в выборке юристов

эмоциональное выгорание также выражено развивается по критерию «снижение рабочей продуктивности». Для юристов данной выборки оказались характерны: свертывание профессиональной деятельности, стремление как можно меньше времени тратить на выполнение профессиональных обязанностей.

Симптом «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование» складывается – у 7 юристов. Высокие результаты по этому симптому по методике В.В. Бойко позволяют говорить о том, что в выборке юристов эмоциональное выгорание также выражено развивается по критерию «эмоциональное и/или физическое истощение». Для юристов данной выборки оказались характерны: не контролируемое влияние настроения на профессиональные отношения.

Симптом «Эмоционально-нравственная дезориентация» в структуре синдрома эмоционального выгорания складывается у 2 чел. в данной выборке юристов.

Наконец, обратимся к данным об эмоциональном выгорании по фазе «Истощение» в выборке юристов (рис. 4).

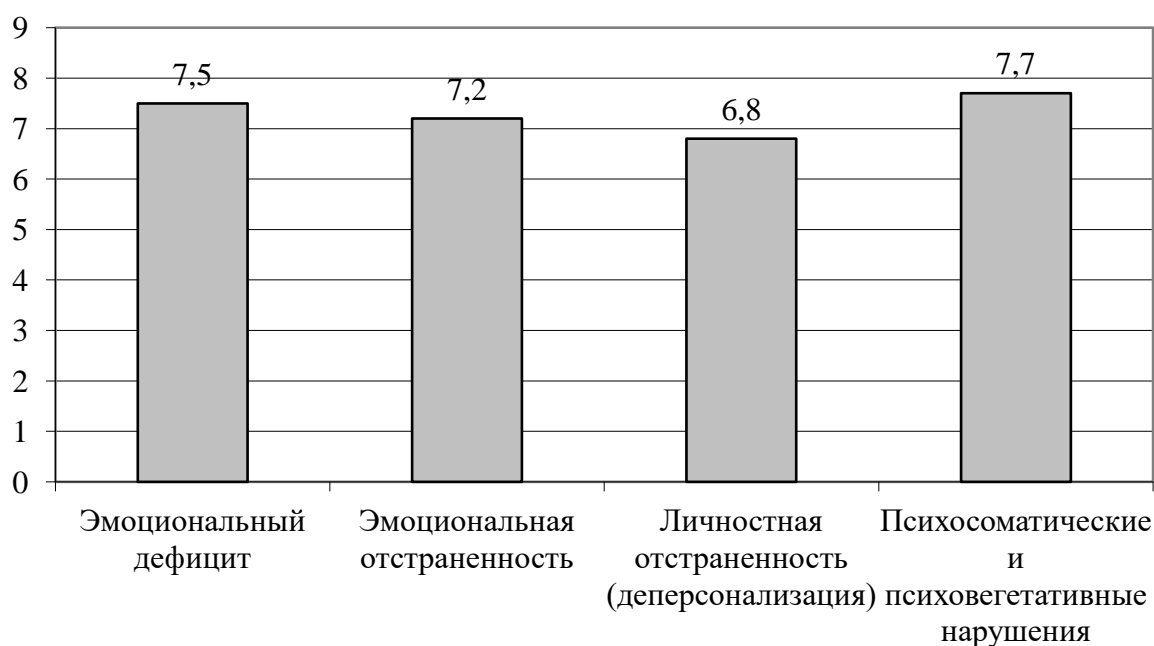


Рис. 4. Результаты диагностики выгорания по фазе «Истощение» у юристов по методике В.В. Бойко (ср.зн.)

По фазе «Истощение» у юристов не выявлено уже сформировавшихся симптомов. В частности, симптом «Психосоматические и психовегетативные нарушения» в стадии формирования у 3 чел.

По методике В.В. Бойко был построен итоговый график (рисунок 5), где отражена доля юристов с разным уровнем формирования отдельных трёх стадий выгорания:

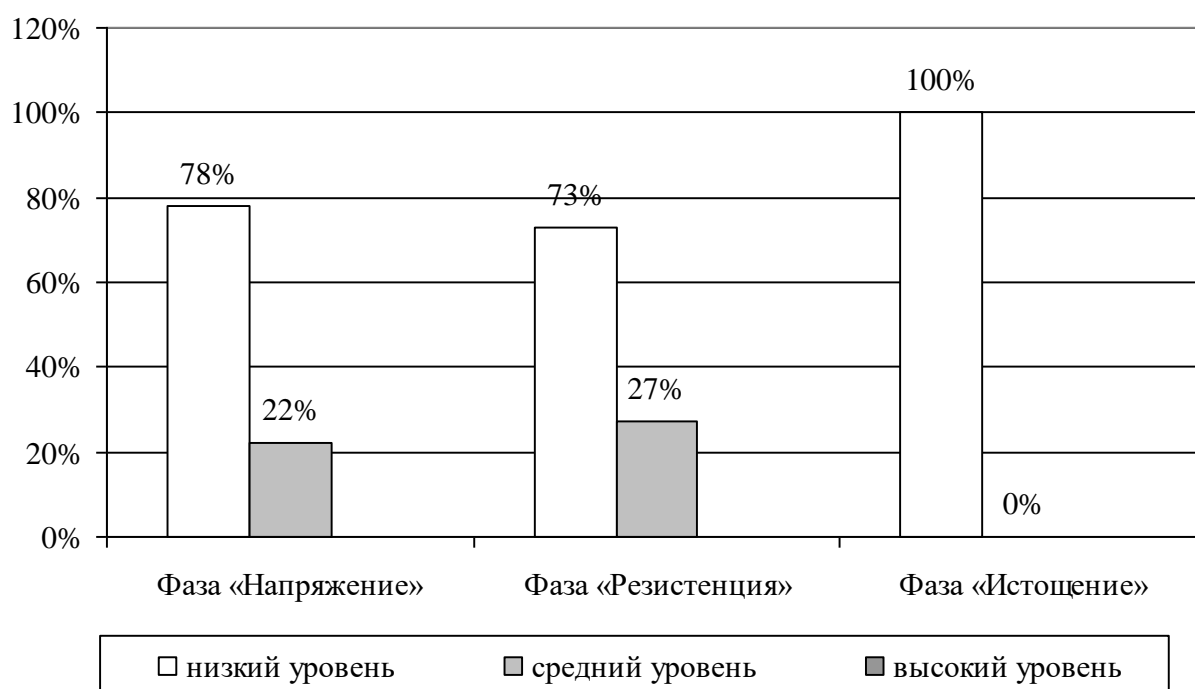


Рис. 5. Сформированность фаз выгорания у юристов по методике В.В. Бойко (в %)

Отдельно нужно рассмотреть итоги по симптому «Эмоциональная отстраненность», выделенному в методике В.В. Бойко. Данный симптом был ранее (таблица 1) отнесен к критерию «эмоциональное и/или физическое истощение». Исходя из полученных результатов (рис 4), в выборке юристов в структуре последней третьей фазы выгорания, по В.В. Бойко, этот симптом имеет средне выраженную тенденцию. Иными словами, для юристов есть риск усиления эмоциональной отстранённости создания на этой базе защитного барьера в профессиональных коммуникациях.

То же самое касается симптома «Эмоциональный дефицит», выделенного в методике В.В. Бойко. Симптом «Эмоциональный дефицит» оказался в стадии формирования у 2 чел. Данный симптом также был ранее (таблица 1) отнесен к критерию «эмоциональное и/или физическое истощение». Исходя из полученных результатов (рис 4), в выборке юристов в структуре последней третьей фазы выгорания, по В.В. Бойко, этот симптом имеет явную тенденцию. Иными словами, для юристов есть риск развития эмоциональной бесчувственности на фоне переутомления, минимизации эмоционального вклада в работу, автоматизма и опустошения при выполнении профессиональных обязанностей.

Наконец, выделяемый В.В. Бойко симптом «Личностная отстраненность (деперсонализация)» складывается у 1 чел. Данный симптом был ранее (таблица 1) отнесен к критерию «(сверх) деперсонализация». Можно утверждать: несмотря на то, что по этому критерию только начинает усиливаться симптоматика эмоционального выгорания у юристов, ему надо уделить также внимание при работе с «выгорающими» специалистами в этой профессиональной сфере. У юристов данной выборки есть риск нарушения профессиональных отношений, развитие циничного отношения к тем, с кем приходится общаться.

В целом, по итогам психодиагностики у 12-ти юристов (из всей выборки из 60-ти чел.) выявлен риск стремительного развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания по всем трем выделенным изначально (таблица 1) критериям:

1. По критерию «эмоциональное и/или физическое истощение»:

- снижение эмоционального тонуса;
- рост повышенной аффективной лабильности;
- неспособность испытывать сильные эмоции разного вектора направленности;
- утрата позитивных чувств к окружающим;

- тенденция эмоционального дефицита (лимитирование эмоционального вклада в работу);
- развитие эмоциональной бесчувственности на фоне переутомления;
- эмоциональное опустошение и отчуждение при выполнении профессиональных обязанностей;
- неадекватное избирательное эмоциональное реагирование;
- не контролируемое влияние настроения на профессиональные отношения;
- эмоциональная отстранённость;
- расширение сферы экономии эмоций;
- эмоциональная замкнутость.

2. По критерию «снижение рабочей продуктивности»:

- негативное оценивание себя как специалиста, как работника,
- неудовлетворенность собой как профессионалом и сотрудником,
- негативное оценивание результатов своего труда и своей профессиональной компетентности,
- пессимистичный взгляд на возможности своего профессионального развития,
- снижение профессиональной мотивации,
- рост негативизма в отношении служебных обязанностей,
- минимизация своей вовлеченности в профессию, свертывание профессиональной деятельности,
- самоизоляция от коллег на работе,
- самоотстраненность на работе,
- редукция профессиональных обязанностей.

3. По критерию «(сверх) деперсонализация»:

- отстранение и безразличие на работе, исключение на рабочем месте личностной включенности,

- формализм в выполнении профессиональных обязанностей,
- негативизм, цинизм, высокомерие,
- нарушение профессиональных отношений,
- развитие циничного отношения к другим участникам профессиональной деятельности.

Для проведения дальнейшего группового психологического консультирования были отобраны именно данные 12 юристов с наиболее ярко выраженными симптомами эмоционального выгорания по перечисленным выше составляющим трех ключевых для данной магистерской диссертации критериев.

В целом, проведенное предварительное психологическое тестирование доказало первую гипотезу – в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптомов синдрома эмоционального выгорания по таким составляющим, как эмоциональное и/или физическое истощение; снижение рабочей продуктивности; деперсонализация.

При этом юристы не работают с данной проблемой, всё пускается на самотёк и к специалистам-психологам юристы обращаются уже весьма поздно, когда симптомы выгорания становятся ярко выраженной (иными словами, обращаются к психологам уже сильно «выгоревшими»). Для своевременного решения проблемы эмоционального выгорания юристов среднего возраста была осуществлена разработка и реализация программы группового психологического консультирования.

2.2. Разработка и реализация программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста средства снижения проявления симптомов эмоционального выгорания

Проведенная психодиагностика подтвердила важность и необходимость проведения специальной работы по снижению риска развития симптоматики

эмоционального выгорания у юристов среднего возраста. Психологическое консультирование юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания планировалось и реализовывалось в групповой форме. Такой формат работы позволил одновременно оказать помощь большому количеству юристов, испытывающих одинаковые сложности – выраженную симптоматику эмоционального выгорания.

Как было отмечено выше, по итогам психодиагностики у 12-ти юристов (из всей выборки из 60-ти чел.) были выявлены симптомы эмоционального выгорания на высоком уровне выраженности. С данными юристами проведено групповое психологическое консультирование. Также в качестве предложения было введение в практику обязательного посещения юристами психолога-консультанта минимум 1 раз в неделю (для мониторинга актуального состояния развития симптоматики эмоционального выгорания, для принятия в индивидуальном порядке мер психологического характера по предупреждению и усилению развития этой симптоматики).

В рамках группового психологического консультирования юристов применялись описанные в теоретической части магистерской диссертации методы:

- групповая дискуссия;
- игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры);
- активные упражнения.

Цель программы группового психологического консультирования – снижение симптомов эмоционального выгорания у юристов среднего возраста.

Задачи программы группового психологического консультирования:

1. Коррекция эмоционального и физического истощения.
 - 1.1. повышение у юристов общего эмоционального тонуса;
 - 1.2. стимулирование интенсивности позитивных эмоциональных переживаний;

1.3. устранение неадекватного избирательного эмоционального реагирования (способствование адекватному эмоциональному реагированию).

2. Повышение рабочей продуктивности.

2.1. формирование позитивного оценивания себя как специалиста, как работника (устранение негативного оценивания себя как профессионала);

2.2. формирование позитивного отношения к результатам собственного труда;

2.3. формирование оптимистического отношения к потенциалу своего профессионального роста;

2.4. повышение профессиональной мотивации;

2.5. коррекция (устранение) негативизма в отношении служебных обязанностей;

2.6. повышение включенности в профессиональную деятельность;

2.7. устранение самоизоляции и самоотстраненности в рабочем коллективе.

3. Снижение риска развития деперсонализации.

3.1. устранение формализма при выполнении профессиональных обязанностей;

3.2. снижение тенденций негативизма и цинизма к другим участникам профессиональной деятельности;

3.3. нормализация, оптимизация профессиональных отношений;

3.4. повышение личностной включенности на рабочем месте.

Принципы работы:

1. «Здесь и теперь».

2. Искренность и открытость.

3. Активность.

4. Конфиденциальность.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью 2 академических часа. Наполняемость группы составляет 12 человек (юристы). Занятия проводятся в просторном помещении.

Предполагаемые результаты:

- эмоциональное и физическое состояние юристов нормализуется, нивелируется тенденция их ухудшения;
- у юристов расширится спектр позитивных эмоциональных состояний;
- эмоциональные реагирования юристов станут более адекватными ситуации (по направленности и по интенсивности);
- профессиональная активность юристов станет более продуктивной;
- юристы станут более высоко и более позитивно оценивать себя как профессионалов, свои профессиональные компетенции;
- у юристов сформируется позитивное представление о перспективах своего профессионального роста и карьеры;
- рабочая мотивация у юристов повысится;
- юристы станут более позитивно смотреть на коллег, выстраивать с ними конструктивные отношения;
- повысится продуктивность профессиональной деятельности юристов за счет их большей личностной включенности в нее;
- юристы станут больше погружаться в профессиональные вопросы (будет устранен формализм);
- циничское отношение к коллегам, к клиентам будет скорректировано и устранено.

Структура занятий следующая - в плане каждого занятия предусмотрены такие части:

1. Вводная часть, которая включает в себя постановку проблемы и разминочные упражнения, мини-лекцию.

2. Основную часть, которая занимает большую часть времени (групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем, активные упражнения).

3. Заключительная часть (рефлексия участников группы под руководством психолога-консультанта, активные упражнения).

Таблица 2. – План программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания

№ п/п	Тема группового занятия	Цели и задачи групповых занятий	Содержание группового занятия	Кол-во часов
1.	Семинар-практикум «Эмоциональное «выгорание» юриста: причины, коррекция и профилактика»	Просвещение, ознакомление с феноменом эмоционального выгорания, с его выражающейся симптоматикой, с последовательностью усиления и усугубления. Также здесь даётся информация о возможности его преодоления доступными способами	I. Начало. Упражнение «Баланс» Упражнение «Мозговой штурм» II. Теория. I III. II. Практика Упражнение «Моя деятельность в юриспруденции» Профилактика выгорания. IV. Итог. Рефлексия. Д/з (проработать дома изученное на занятии)	2 часа

Продолжение таблицы 2

№ п/п	Тема группового занятия	Цели и задачи групповых занятий	Содержание группового занятия	Кол-во часов
2.	Тренинг «Рабочая продуктивность»	Ознакомление с дефиницией «рабочая продуктивность», «самоэффективность», «включенность в рабочий процесс» их влиянием на работу юриста и выгорание Выработка высокой положительной самооценки в качестве профессионала	I. Начало. Лекция. II. Практика: Упражнение «Кто я?» Упражнение «Личный герб и девиз». III. Итог. Рефлексия.	2 часа
3.	Тренинг «Оптимизация профессиональных отношений»	Ознакомление с дефиницией «оптимизация профессиональных отношений», «негативизм», «цинизм». Коррекция негативизма Нивелирование негативизма и цинизма к субъектам профдеятельности.	I. Начало, мини-лекция. II. Практика: Упражнение «Молчанка» Упражнение «Гвалп» Упражнение «Активное слушание». Техники ведения беседы. III. Итог. Рефлексия.	2 часа
4.	Тренинг «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование и выгорание»	Ознакомление со связью выгорания с неадекватным избирательным эмоциональным реагированием в профдеятельности юриста. Осознание неконструктивности своего неадекватного эмоционального реагирования. Формирование навыков конструктивного реагирования.	I. Начало. Мини-лекция «Эмоциональное реагирование». Мозговой штурм II. Практика: Самодиагностика Упражнение «Невидимая связь» III. Итог. Обратная связь.	2 часа
5.	Тренинг «Потенциал профессионального роста»	Помощь в осознание своих целей, интересов, ценностей, своего ресурса в профразвитии.	I. Начало. Мини-лекция «Целеполагание в профразвитии и предотвращение СЭВ». II. Практика. Упражнение «Карта моей жизни» III. Итог. Обратная связь.	2 часа

Продолжение таблицы 2

№ п/п	Тема группового занятия	Цели и задачи групповых занятий	Содержание группового занятия	Кол-во часов
6.	Психологическая гостиная «Призвание – юрист»	Осознание своих личностных особенностей с точки зрения того, какие возможности они открывают в профессиональной деятельности и какие накладывают ограничения.	I. Начало. Упражнение «Грецкий орех» Упражнение «Три цвета личности» II. Упражнение «Моя копилка». Упражнение «Мораль сей сказки такова». Упражнение «Креативная деятельность «Герб профессии». III. Рефлексия. Упражнение «Круг света».	2 часа
7.	Тренинг «Таймменеджмент и проблема физического и эмоционального истощения»	Информирование о причинах истощения, опасности дефицита времени. Анализ использования рабочего времени. Выработка навыков эффективного планирования и контроля времени.	I. Начало. Мини-лекция «Тайм-менеджмент и выгорание». II. Практика. Упражнение «Поглотители и ловушки времени» Упражнение «Приоритеты» III. Итог. Обратная связь.	2 часа
8.	Тренинговое занятие «Просто поверь в себя и предотврати эмоциональное выгорание»	Помочь в снижении риска развития симптоматики выгорания через возможности самореализации в качестве личности, ориентированной на успех, повышение профмотивации, тонуса, оптимистического отношения к потенциалу своего профессионального роста.	I. Начало. Упражнение «Я сильный – Я слабый» II. Упражнение «Рисунок Я» Упражнение «Я – звезда» III. Итог. Обратная связь.. IV. Ритуал прощания. Упражнение «Аплодисменты по кругу».	2 часа
9.	Семинар-тренинг «Навстречу здоровью: скажем нет выгоранию»	Создать условия для профилактики синдрома эмоционального выгорания; устранение формализма при выполнении профессиональных обязанностей; повышение включенности в профессиональную деятельность.	I. Начало. Упражнение «Картинка» II. Теория. Презентация. III. Практика. Упражнение «Молодец!» Упражнение «Калоши счастья» Упражнение «Плюс-минус» IV. Итог. Обратная связь.	2 часа

Окончание таблицы 2

№ п/п	Тема группового занятия	Цели и задачи групповых занятий	Содержание группового занятия	Кол-во часов
10.	Тренинг для юристов «Люби себя и не допускай самовыгорания на работе»	Обучить юристов способам регуляции психоэмоционального состояния; повышение личностной включенности на рабочем месте; снижение риска развития деперсонализации.	I. Начало. Мини-лекция. II. Практика. Упражнение «Ластик» Упражнение «Моечная машина» Упражнение самодиагностика «Я в лучах солнца» III. Итог. Обратная связь. Притча о колодце. Упражнение обратная связь «Мишень»	2 часа

Таким образом, представлена разработка реализованной с подгруппой из 12-ти юристов программы группового психологического консультирования. При разработке программы акцент делался на то, чтобы снизить у членов подгруппы риск дальнейшего развития выявленных в ходе первичной диагностики симптомов выгорания по основным критериям. Постановка задач данной работы, подбор материала для работы осуществлялись в четком соответствии с принятыми тремя критериями эмоционального выгорания (таблица 1) и их составляющими. Это позволило более точно и конкретно воздействовать на выявленные в ходе первичного диагностического среза проблемы. Приоритет в работе отдавался групповой работе дискуссионного, игрового, практического, интерактивного характера.

2.3. Анализ эффективности программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания

Результаты первичной и повторной диагностики юристов – участников группового психологического консультирования – по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой приведены в Приложении 3 и на рисунках 6 и 7.

Рассмотрим динамику снижения выраженности симптоматики эмоционального истощения у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования в процентном выражении.

До проведения группового психологического консультирования высокий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 8-ми юристов (67%), средний уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 4-х юристов (33%). После группового психологического консультирования высокого уровня выраженности эмоционального истощения у юристов не фиксировалось, средний уровень выявлен у 10-ти юристов (83%), низкий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания был у 2-х юристов (17%).

Так, проведенное групповое психологическое консультирование способствовало снижению риска развития у юристов эмоционального выгорания по такому выделенному ранее критерию, как «эмоциональное и/или физическое истощение». Проведенная групповая консультационная работа способствовала тому, что удалось преодолеть хроническую психофизическую усталость юристов. На фоне преодоления такой усталости юристы стали спокойнее, уравновешеннее. У них повысился эмоциональный тонус, снизилась психическая истощаемость и аффективная лабильность. После проведенной работы юристы смогли испытывать сильные эмоции разного вектора, обрели интерес и позитивные чувства к окружающим. Проведенная работа способствовала развитию эмоциональной чувствительности юристов на фоне коррекции утомления. Было устранено изначально выявленное неадекватное избирательное эмоциональное реагирование (иными словами, юристы после проведенной работы стали в эмоциональном плане более адекватно реагировать на события, происходящие в профессиональной жизни). Юристы стали

эмоционально более включенными в свою работу, была нивелирована тенденция эмоциональной замкнутости, эмоционального отчуждения.

В частности, на развитие адекватного эмоционального реагирования юристов способствовала работа, проведенная в рамках тренинга «Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование и выгорание». Юристы были заинтересованы информацией о тесной связи развития выгорания с неадекватным избирательным эмоциональным реагированием в профессиональной деятельности юриста, которая транслировалась участникам тренинга. Также юристы приняли активное участие в мозговом штурме на тему «Эмоциональное реагирование – это...». Также эффективной оказалась работа в рамках тренинга «Таймменеджмент и проблема физического и эмоционального истощения» (здесь внимание уделялось выработке навыков эффективного планирования и контроля своего времени для предотвращения физического и эмоционального истощения, когда, к примеру, с успехом использовались техники – упражнения «Поглотители и ловушки времени», «Смятая бумага», «Приоритеты»).

Рассмотрим динамику снижения выраженности симптоматики деперсонализации у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования представлена в процентном выражении.

До проведения группового психологического консультирования высокий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 5-ти юристов (42%), средний уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 7-ми юристов (58%). После группового психологического консультирования высокого уровня выраженности деперсонализации у юристов не фиксировалось, средний уровень выявлен у 6-ти юристов (50%), низкий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания был у 6-ти юристов (50%).

Так, проведенное групповое психологическое консультирование способствовало снижению риска развития у юристов деперсонализации как одного из симптомов эмоционального выгорания. Проведенная групповая консультационная работа способствовала тому, что удалось преодолеть изначально выявленную тенденцию к нетерпимости, нетолерантности, цинизму, негативизму в ситуациях общения с коллегами по работе, с клиентами. Юристы перестали демонстрировать эмоциональное отстранение и безразличие в профессиональной деятельности, перестали лишь формально исполнять свои профессиональные обязанности, стали больше в них вкладываться в личностном плане, подключать эмоциональную сферу, эмпатию.

Этому результату также способствовала проведенная работа, в частности: это тренинг для юристов «Люби себя и не допускай самовыгорания на работе», в рамках которого проводились упражнения «Ластик», «Моечная машина». Особенно продуктивными здесь, со слов самих участников групповой работы, оказались упражнения «Ластик», «Моечная машина», которые проводились с участниками тренинга.

Рассмотрим динамику снижения выраженности симптоматики редукции личных достижений у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования представлена в процентном выражении.

До проведения группового психологического консультирования высокий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 4-х юристов (33%), средний уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания фиксировался у 8-ми юристов (67%). После группового психологического консультирования высокого уровня выраженности редукции личных достижений у юристов не фиксировалось, средний уровень выявлен у 8-ми

юристов (67%), низкий уровень выраженности данной симптоматики эмоционального выгорания был у 4-х юристов (33%).

Так, проведенное групповое психологическое консультирование способствовало снижению риска развития у юристов редукции личных достижений как одного из симптомов эмоционального выгорания. Проведенная групповая консультационная работа способствовала тому, что удалось нивелировать возникающее у юристов в начале исследования чувство вины, недовольство собой. Удалось преодолеть в ходе группового психологического консультирования тенденцию снижения у юристов чувства компетентности в своей работе, удалось преодолеть тенденцию снижения профессиональной и личной самооценки у юристов, развивающееся у них чувство собственной несостоятельности. После группового психологического консультирования у юристов повысилась профессиональная самооценка, появился интерес к своей профессиональной деятельности, повысилась рабочая мотивация.

Данные свидетельствуют о снижении выраженности выгорания у юристов по выделенному ранее (таблица 1) критерию «рабочая продуктивность». У юристов по итогам проведенной работы формировалось позитивное оценивание себя как специалиста, как работника (иными словами, удалось устранить изначально выявленную тенденцию негативного оценивания себя как профессионала). У юристов в итоге формировалось позитивное отношение к результатам собственного труда, оптимистическое отношение к потенциалу своего профессионального роста. Юристы стали более включены в свою профессиональную деятельность, перестали от нее самоотстраняться.

Этому результату также способствовала проведенная работа, в частности: это тренинговое занятие «Просто поверь в себя и предотврати эмоциональное выгорание» и особенно – проводимые в его рамках

упражнения «Я сильный – Я слабый», «Рисунок Я», «Я – звезда». Данные техники особенно пользовались успехом у участников групповой работы.

На рисунке 6 динамика снижения интегральных показателей эмоционального выгорания у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования представлена в процентном выражении.

До проведения группового психологического консультирования, в целом, высокий интегральный уровень эмоционального выгорания фиксировался у 7ми юристов (58%), средний уровень выраженности эмоционального выгорания фиксировался у 5-ти юристов (42%). После группового психологического консультирования высокого уровня интегрального уровня эмоционального выгорания у юристов не фиксировалось, средний уровень выявлен у 7-ми юристов (58%), низкий уровень эмоционального выгорания - у 5-ти юристов (42%).



Рис. 6. Снижение выраженности интегральных показателей эмоционального выгорания по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования, в %

На рисунке 7 динамика снижения выраженности симптоматики эмоционального выгорания у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования представлена в средних значения по трем шкалам методики (трех симптомам эмоционального выгорания) и в целом по интегральным показателям эмоционального выгорания.

В процентном соотношении (рисунок 6) и в средних арифметических значениях (рисунок 7) фиксируется динамика на снижение выраженности симптоматики эмоционального выгорания у юристов после проведения работы - группового психологического консультирования.

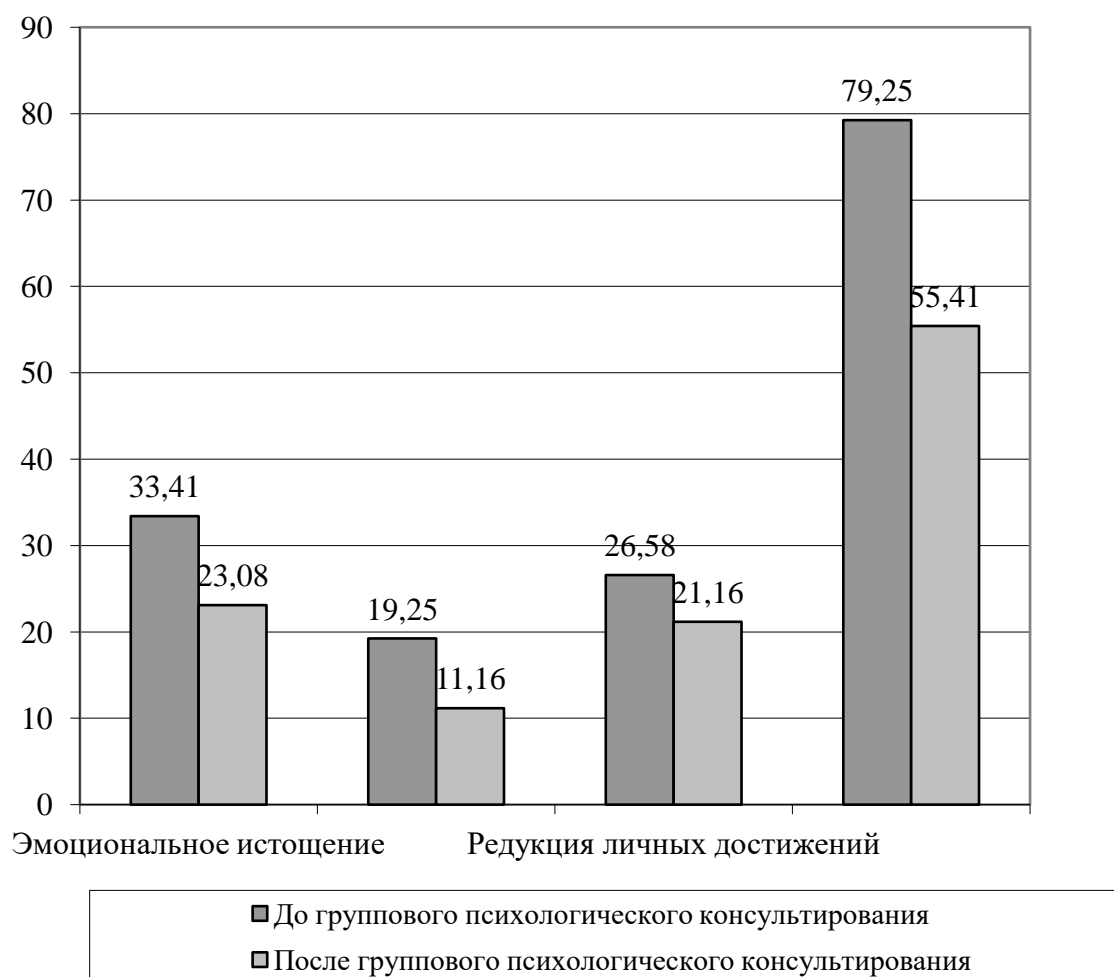


Рис. 7. Снижение выраженности симптоматики эмоционального выгорания по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой у юристов среднего возраста после группового психологического консультирования, в ср.зн.

Данные о позитивной динамике на снижение симптоматики эмоционального выгорания среди юристов, полученные эмпирическим путем, были подтверждены методом математической статистики (таблица 3). Проводился сравнительный анализ результатов первичного и повторного диагностических срезов (до и после групповой психологической работы, описанной в предыдущем параграфе, проведенной с подгруппой из 12-ти юристов).

Таблица 3. – Сравнительный анализ эмоционального выгорания по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой у юристов среднего возраста до и после группового психологического консультирования по U-критерию Манна-Уитни

Показатели	Эмоциональное истощение	Деперсонализация	Редукция личных достижений	Эмоциональное выгорание
До группового психологического консультирования	33,41	19,25	26,58	79,25
После группового психологического консультирования	23,08	11,16	21,16	55,41
Uэмп	11,50	5,00	47,50	6,00
p	0,001	0,001	0,155	0,001

Достоверно ($p \leq 0,001$) после проведения группового психологического консультирования у юристов среднего возраста снизилась выраженность таких симптомов эмоционального выгорания, как эмоциональное истощение и деперсонализация, а также в целом снизились интегральные показатели эмоционального выгорания.

Таким образом, нашла подтверждение вторая гипотеза: психологическое консультирование способствует снижению риска развития синдрома эмоционального выгорания, если проводится в групповом формате и включает дискуссионные, игровые, активные методы.

Выводы по Главе 2

1. Проведенное психологическое тестирование по всей выборке юристов среднего звена (N=60) доказало первую гипотезу – в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания. По опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой высокий уровень выгорания у 12% юристов, средний – у 52%, низкий – у 36%. В большей степени у юристов оказалось выражено эмоциональное истощение (высокий уровень – у 13%): данные юристы хронически эмоционально и физически утомлены, равнодушны и холодны по отношению к окружающим, при этом у них отмечаются признаки раздражительности. Высокий уровень деперсонализации зафиксирован у 8% юристов: они в большей степени нетерпимы в ситуациях общения, у них высок негативизм по отношению к другим людям. Слабее у юристов выражена редукция личных достижений – высокий уровень у 7% (недовольство собой как профессионалом, негативное самовосприятие в профессиональной среде, безразличие к работе, снижение рабочей мотивации). По опроснику В.В. Бойко также самые высокие результаты получены по первой стадии - стадии напряжения (здесь наиболее сильны симптомы «неудовлетворенность собой» и «загнанность в клетку»), по фазе «резистенция» наиболее выражены симптомы выгорания «расширение сферы экономии эмоций» и «редукция профессиональных обязанностей». По фазе «истощение» у юристов не было выявлено уже сформировавшихся симптомов. В целом, итогам психодиагностики у 12-ти юристов (из всей выборки из 60-ти чел.) выявлены симптомы эмоционального выгорания на высоком уровне выраженности. С данными юристами проведено групповое психологическое консультирование.

2. Разработана и реализована программа группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме

эмоционального выгорания. Занятия проводились 1 раз в неделю, продолжительностью 2 академических часа. Наполняемость группы составляет 12 человек (юристы). В рамках группового психологического консультирования юристов применялись описанные в теоретической части магистерской диссертации методы: групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения. Структура занятий включала: 1) вводную часть с постановкой проблемы и разминочными упражнениями, мини-лекцией; 2) основную часть, которая занимала большую часть времени (групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем, активные упражнения); 3) заключительная часть (рефлексия участников группы под руководством психолога-консультанта, активные упражнения).

3. После проведения группового психологического консультирования у юристов среднего возраста снизилась ($p \leq 0,001$) выраженность таких симптомов эмоционального выгорания, как эмоциональное истощение и деперсонализация, а также в целом снизились интегральные показатели эмоционального выгорания. После консультирования высокого уровня выраженности эмоционального истощения не фиксировалось, средний уровень был у 83% юристов, низкий уровень – у 17%; высокого уровня выраженности деперсонализации не фиксировалось, средний уровень был у 50%, низкий – у 50%; высокого уровня интегрального уровня эмоционального выгорания не фиксировалось, средний уровень был у 58%, низкий – у 42%. Так, проведенное групповое психологическое консультирование способствовало снижению риска развития у юристов эмоционального выгорания по симптомам эмоционального истощения и деперсонализации.

4. В коррекционной работе на позитивные изменения в снижении симптоматики выгорания юристов повлияла именно групповая форма психологического консультирования и выбранные в ее рамках методы работы

с юристами с риском развития выгорания (это дискуссионные, игровые, активные методы). Особенно продуктивными в работе по снижению выраженности синдрома эмоционального выгорания у юристов оказались игровое моделирование психологических проблем, рефлексия участников группы под руководством психолога-консультанта.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

При выполнении выпускной квалификационной работы были решены все поставленные задачи.

Исследовано понятие, причины и факторы эмоционального выгорания в отечественной и зарубежной психологической литературе. Синдромом эмоционального выгорания - форма профессиональной деформации личности (Л.Ю. Крикуненко). Наличие симптомов выгорания есть показатель долго протекающего стресса, психических перегрузок. Выгорание включает разные симптомы, которые проявляются постепенно. В рамках данной магистерской диссертации разделяется точка зрения на составляющие выгорания, предложенные такими авторами, как Б. Перлман и Е. Хартман (1 – эмоциональное и/или физическое истощение; 2 – снижение рабочей продуктивности; 3 – (сверх) деперсонализация). В связи с этим для дальнейшего эмпирического исследования эмоционального выгорания выбор диагностического инструментария сделан в пользу методики - опросника на выгорание (МВІ) К. Маслач и С. Джексон (данная методика позволяет одновременно исследовать все три составляющие выгорания, поскольку предполагает три шкалы-критерия – это 1 – эмоциональное истощение, 2 – деперсонализация, 3 – редукция личных достижений (учитывается падение трудовой заинтересованности, рост негативизма в работе, все более частое личностное выключение из трудового процесса при переносе своего функционала на третьих лиц, прибегание к избегающему копингу).

Проанализирована специфика труда профессиональной деятельности юристов и связанная с ней проблема эмоционального выгорания специалистов среднего возраста. Для юридической профдеятельности свойственна излишняя ответственность, вынужденность постоянной интенсивной коммуникаций с большим количеством разных людей, конфликтогенность, стрессогенность, отсутствие четкого рабочего графика, перенапряженность в

эмоциональном плане, отрицательные эмоции и необходимость их подавлять (отсрочено во времени), постоянные психологические перегрузки, переутомление, стрессогенность, возложение на себя чужих проблем (тесная связь с «трудной жизненной ситуацией»). Согласно имеющимся литературным данным, большой доле юристов-профессионалов среднего звена присущи симптомы эмоционального выгорания. Очередность нарастания симптоматики эмоционального выгорания у занятых в сфере права и правоприменения такая: 1) эмоциональные нарушения, 2) деперсонализация, 3) редукция личностных достижений. Выгорающие профессионалы-юристы отличаются от прочих выгорающих специалистов выраженным разочарованием в верховенстве права и в его ценности (то есть правовым нигилизмом), тенденцией стереотипизации в процессе своей профессиональной деятельности, формализмом, склонностью видеть слабость и негативные черты у других людей. Выгорание юристов наиболее часто развивается через симптоматику эмоциональной холодности, самонеудовлетворенности. Также стоит отметить, что возрастные тенденции периода среднего возраста также сильно сказываются на формировании симптоматики эмоционального выгорания у представителей разных профессий, в том числе, у представителей профессий юридического профиля.

Раскрыты основы психологического консультирования и рассмотрены его возможности при работе с юристами среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания. Работа с группой дает уникальную возможность сразу предоставить широкой целевой аудитории профессиональную психологическую помощь, проработать схожие психологические проблемные зоны. В данной магистерской диссертации за основу берется именно групповая форма организации работы в психологическом консультировании юристов среднего возраста с синдромом эмоционального выгорания. Консультативные группы сфокусированы по своей сути на обратной связи, на интерактиве ее участников. В рамках группового психологического

консультирования применяются методы - групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения. «Выгорающие» представители юридических профессий не всегда осознают, что ему уже требуется помощь. Представители юридических профессий не всегда в силах понять необходимость оказать поддержку. Отсюда важно в разработке комплексных психологических мер придерживаться основы – предварительного мониторинга симптоматики выгорания, свойственной именно для профессионалов-юристов. Решение этих задач у юристов среднего звена возможно в условиях индивидуального и группового психологического консультирования. Главный вектор в работе с «выгорающими» - помощь в осмыслении и активизации своих ресурсов, реализации их жизненных ориентиров, содействующих личностному росту самореализации в профессиональной и личной жизни.

Проведено эмпирическое исследование эмоционального выгорания юристов среднего возраста. Проведенное психологическое тестирование по всей выборке юристов среднего звена (N=60) доказало первую гипотезу – в профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания. По опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой высокий уровень выгорания у 12% юристов из высшей выборки, средний уровень – у 52%, низкий уровень – у 36%. В большей степени у юристов оказалось выражено эмоциональное истощение (высокий уровень – у 13%): данные юристы хронически эмоционально и физически утомлены, равнодушны и холодны по отношению к окружающим, при этом у них отмечаются признаки раздражительности. Высокий уровень деперсонализации зафиксирован у 8% юристов: они в большей степени нетерпимы в ситуациях общения, у них высок негативизм по отношению к другим людям. Слабее у юристов выражена редукция личных достижений – высокий уровень у 7% (недовольство собой как профессионалом, негативное самовосприятие в профессиональной среде,

безразличие к работе, снижение рабочей мотивации). По опроснику В.В. Бойко также самые высокие результаты получены по первой стадии - стадии напряжения (здесь наиболее сильны симптомы «неудовлетворенность собой» и «загнанность в клетку»), по фазе «резистенция» наиболее выражены симптомы выгорания «расширение сферы экономии эмоций» и «редукция профессиональных обязанностей». По фазе «истощение» у юристов не было выявлено уже сформировавшихся симптомов. В целом, итогам психодиагностики у 12-ти юристов (из всей выборки из 60-ти чел.) выявлены симптомы эмоционального выгорания на высоком уровне выраженности. С данными юристами проведено групповое психологическое консультирование.

Разработана и реализована программа группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания. Занятия проводились 1 раз в неделю, продолжительностью 2 академических часа. Наполняемость группы составляет 12 человек (юристы). В рамках группового психологического консультирования юристов применялись описанные в теоретической части магистерской диссертации методы: групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем (имитационные и деловые игры), активные упражнения. Структура занятий включала: 1) вводную часть с постановкой проблемы и разминочными упражнениями, мини-лекцией; 2) основную часть, которая занимала большую часть времени (групповая дискуссия, игровое моделирование психологических проблем, активные упражнения); 3) заключительная часть (рефлексия участников группы под руководством психолога-консультанта, активные упражнения).

Проведен анализ эффективности программы группового психологического консультирования юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания. После проведения группового психологического консультирования у юристов среднего возраста снизилась ($p \leq 0,001$) выраженность таких симптомов эмоционального выгорания, как

эмоциональное истощение и деперсонализация, а также в целом снизились интегральные показатели эмоционального выгорания. После консультирования высокого уровня выраженности эмоционального истощения не фиксировалось, средний уровень был у 83% юристов, низкий уровень – у 17%; высокого уровня выраженности деперсонализации не фиксировалось, средний уровень был у 50%, низкий – у 50%; высокого уровня интегрального уровня эмоционального выгорания не фиксировалось, средний уровень был у 58%, низкий – у 42%. Так, проведенное групповое психологическое консультирование способствовало снижению риска развития у юристов эмоционального выгорания по симптомам эмоционального истощения и деперсонализации.

Таким образом, были подтверждены выдвинутые гипотезы:

В профессиональной среде юристов среднего возраста большой риск развития симптоматики синдрома эмоционального выгорания по таким составляющим, как эмоциональное и/или физическое истощение; снижение рабочей продуктивности; деперсонализация.

Психологическое консультирование способствует снижению риска развития синдрома эмоционального выгорания, если проводится в групповом формате и включает дискуссионные, игровые, активные методы.

Цель работы достигнута, поставленные задачи решены, гипотеза подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алёшина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование / Ю.Е. Алёшина – М.: Независимая фирма «Класс», 2015. – 208 с.
2. Антиперович Е.Г. Уровень развития синдрома эмоционального выгорания у сотрудников юридической службы МЧС России / Е.Г. Антиперович // Инновационная наука. – 2016. – № 3. – С. 198–200.
3. Байрамуков Р.М. Психологические особенности личностного профиля юриста в исполнительской деятельности: теоретические аспекты / Р.М. Байрамуков // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66 – 2. – С. 301– 305.
4. Барабанова М.В. Изучение психологического содержания синдрома выгорания / М.В. Барабанова // Вестник Московского университета. – Серия 14. Психология. – 1995. – № 1. – С. 54–67.
5. Безносков С.П. Профессиональная деформация личности / С.П. Безносков. – СПб.: Речь, 2004. – 272 с.
6. Березенцева Е.А. Профессиональный стресс как источник профессионального выгорания / Е.А. Березенцева // Управление образованием: теория и практика. – 2014. – № 5. – С. 6–16.
7. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении / В.В. Бойко – СПб.: Питер, 1999. – 105 с.
8. Бойко Н.Н. Профессиональная деформация личности юриста и способы ее предотвращения / Н.Н. Бойко // Право и государство: история и современность, перспективы развития. – 2018. – С. 31–34.
9. Бутылин А.В. Дифференциально-акмеологические особенности профессионального «выгорания» / А.В. Бутылин ; автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2009. – 26 с.

10. Василенко А.Ю. Личностные факторы профилактики эмоционального выгорания в процессе профессиональной самоактуализации / А.Ю. Василенко; автореф. дис. канд. психол. наук. – Хабаровск, 2008. – 28 с.
11. Васильев В. Л. Юридическая психология: монография. - СПб.: Питер, 2020. - 608 с.
12. Вербицкая Ю.В. Профессиональное выгорание юристов // Молодой ученый. – 2022. № 18 (413). С. 450–452.
13. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб: Питер, 2019. – 336 с.
14. Водопьянова Н.Е. Современные подходы к превенции синдрома выгорания / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / под ред. В.В. Лукьянова, Н. Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С. А. Подсадного, Л. Н. Юрьевой, С.А. Игумнова. - Курск: Курск. гос. ун-т, 2008. - С. 235–249.
15. Воробьева М.А. Профессиональная деформация специалистов и ее профилактика/ М.А. Воробьева // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 2 – С. 22–26.
16. Горностай П.П. Консультативная психология: Теория и практика проблемного подхода / П. П. Горностай. – К.: Ника-Центр, 2018. – 400 с.
17. Горобец Т.Н. Профессиональная деформация юристов и методы профилактики / Т.Н. Горобец, Д.И. Кечил // Психология XXI века: вызовы, поиски, векторы развития. – 2019. – С. 729–743.
18. Гриценко А.Ю. Причины и пути преодоления профессиональной деформации юриста / А.Ю. Гриценко // Актуальные проблемы правового, социального и политического развития России. – 2018. – №1. – С. 58–60.
19. Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология / М.А. Гулина. – СПб.: Речь, 2016. – 352 с.

20. Дихтяренко В.И. Психологические аспекты профессиональной деятельности юристов / В.И. Дихтяренко // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. LXV междунар. студ. науч.-практ. конф. № 5 (65). – С. 337–342.
21. Дружилов С.А. Психология профессионализма. Инженерно-психологический подход / С.А. Дружилов. – М.: Гуманитарный центр, 2017. – 360 с.
22. Дычек В.А. Социально-психологические аспекты профессиональной деятельности юриста / В.А. Дычек.– М.: РПА Минюста России, 2011. – 109 с.
23. Елизаров А.Н. Основы психологического консультирования: монография. – М.: Просвещение, 2023. – 336 с.
24. Еникеев М.И. Юридическая психология : монография / М.: Просвещение, 2021. – 256 с.
25. Камалетдинова З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивноповеденческий подход / З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 211 с.
26. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б.Д. Карвасарский– СПб.: Питер. 2010. – 324с.
27. Князев В.Н. Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке / В.Н. Князев, К.А. Ремизова // Вестник университета. – 2017. – № 5. – С. 181-189.
28. Козин В. Синдром «эмоционального выгорания»: происхождение, теории, профилактика, перспективы изучения / В. Козин, Т. Агибалова // Неврологический вестник. – 2013. – Т. XLV. Вып. 2. – С. 44–52.
29. Корашвили Н.Ш. Профессиональная деформация личности юристов / Н.Ш. Корашвили, Д.А. Абдуллаева // Вестник Дагестанского государственного университета. Серия 2: Гуманитарные науки. – 2019. – Том 34. Вып. 4. – С. 64 – 69.

30. Кори Д. Теория и практика группового консультирования / Джеральд Кори; пер. с англ. Е. Рачковой. – М.: Эксмо, 2003. – 640 с.
31. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования / Р. Кочюнас. – М.: Академический проект, 2019. – 240 с.
32. Крикуненко Л.Ю. Особенности эмоционального выгорания профессий типа «человек-человек» / Л.Ю. Крикуненко // Современные научные исследования и инновации. – 2015. – № 3. – Ч. 5. – С. 11–19.
33. Ласовская Т.Ю. Профессиональное выгорание / Т.Ю. Ласовская, С.А. Ильина. - Новосибирск: Сибмедиздат, 2014. – 36 с.
34. Логинова Л.И. Групповое психологическое консультирование как пиартехнология в социальной сфере / Л.И. Логинова // Царскосельские чтения. – 2010. – С. 229–232.
35. Лукьянов В.В. Коррекция синдрома выгорания с использованием методики балинтовских групп / В.В. Лукьянов // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / под ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С.А. Подсадного, Л.Н. Юрьевой, С.А. Игумнова. – Курск: Курск. гос. ун-т, 2008. – С. 266–285.
36. Лысенко Е.М. Групповое психологическое консультирование: краткий курс лекций / Е.М. Лысенко, Т.А. Молодиченко. – М.: Владос-Пресс, 2006. – 159 с.
37. Макарова Е.Н. Проблема профессионализма в психолого-акмеологических исследованиях / Е.Н. Макарова // Экономика образования. – 2015. – № 2. – С. 122–126.
38. Малышев И.В. Взаимосвязь синдрома эмоционального выгорания и социально-психологических характеристик личности в экстремальных условиях профессиональной социализации / И.В. Малышев : Автореферат дис. ... канд. психол. наук. – Саратов, 2010. – 42 с.

39. Минин Д.С. Дифференциально-психологическое исследование особенностей выгорания у адвокатов в различных видах судопроизводства: личностный аспект / Д.С. Минин // Теория и практика общественного развития. – 2015. – № 15. – С. 164–168.
40. Минин Д.С. Эмоционально-личностные предикторы психического выгорания адвокатов в различных видах судопроизводства / Д.С. Минин : Автореферат дис. ... канд. псих. наук. – М., 2016. – 45 с.
41. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования / Р. Нельсон-Джоунс – СПб.: Питер, 2016. – 464 с.
42. Немов Р.С. Психологическое консультирование / Р.С. Немов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 440 с.
43. Обозов Н.Н. Психологическое консультирование (методическое пособие) / Н.Н. Обозов. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет, 2013. – 344 с.
44. Орёл В.Е. Исследование феномена психического выгорания в отечественной и зарубежной психологии / В.Е. Орёл // Проблемы общей и организационной психологии. – Ярославль: Б.и., 1999. – С. 76–97.
45. Орёл В.Е. Особенности проявления психического выгорания в мотивационной сфере личности / В.Е. Орёл // Вестник Томского Государственного Педагогического Университета. – 2005. – Выпуск №1. – С. 55–62.
46. Орёл В.Е. Структурно-функциональная организация и генезис психического выгорания: дис. д-ра психол. наук / В.Е. Орёл. – Ярославль, 2005. – 449 с.
47. Орёл В.Е. Феномен «выгорания» в зарубежной психологии / В.Е. Орёл // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2001. – № 3. – С. 67–77.
48. Петрова Е.С. Психологические особенности миссии и индивидуальных качеств субъекта юридического труда. / Е.С. Петрова, Е.Г.

Антиперович // Проблемы эффективной интеграции инновационного потенциала современной науки и образования. – 2018. – С. 180–184.

49. Пухарева Т.С. Саморазвитие юристов на разных этапах профессионализации. / Т.С. Пухарева, И.Н. Улитин // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2019. – №2. – С. 322–331.

50. Редина Т.В. Личностные детерминанты эмоционального выгорания у специалистов учреждений для детей с ограниченными возможностями здоровья. Автореферат дисс. канд. психол. наук / Т.В. Редина. – М., 2010. – 44с.

51. Роджерс К. Групповая психотерапия / К. Роджерс. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. – 537 с.

52. Светова Л.Н. Психологические аспекты профессиональной деформации адвокатов / Л.Н. Светова // Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология». – 2020. – № 1(50). – С. 67–73.

53. Светова Л.Н. Психологические особенности профессионального выгорания адвокатов / Л.Н. Светова // Психопедагогика в правоохранительных органах. - 2020. – Том 25. №4 (83). – С. 376 – 382.

54. Скугаревская М.М. Синдром эмоционального выгорания / М.М. Скугаревская // Медицинские новости. – 2002. – № 7. – С. 3–9.

55. Слюсарева Е.С. Антропологический подход в профилактике психосоматических расстройств / Е.С. Слюсарева, Е.В. Евмененко, Е. Л. Тинькова. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2011. – 156 с.

56. Смирнов В.Н. Юридическая психология: монография / В.Н. Смирнов – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 319 с.

57. Сорокоумова Г.В. Современные методы диагностики и психокоррекции эмоционального выгорания / Г.В. Сорокоумова, О.В. Шурыгина // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2017. – № 3(31). – С. 437–443.

58. Столяренко А.М. Прикладная юридическая психология / А.М. Столяренко. – М.: Юнити, 2001. - 639 с.
59. Тенищева Е.С. Психологические особенности профессиональной деятельности юриста / Е.С. Тенищева // Исследования молодых ученых : материалы XIV Междунар. науч. конф. (г. Казань, ноябрь 2020 г.). - Казань : Молодой ученый, 2020. – С. 48–50.
60. Федоров Д.М. Особенности профилактики профессионального выгорания юристов / Д.М. Федоров // Universum: психология и образование : электрон. научн. журн. – 2022. – №2(92). – С. 28 – 32.
61. Филина С.В. Коррекция и профилактика синдрома выгорания / С.В. Филина // Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / под ред. В.В. Лукьянова, Н.Е. Водопьяновой, В.Е. Орла, С.А. Подсадного, Л.Н. Юрьевой, С.А. Игумнова. – Курск: Курск. гос. ун-т, 2008. – С. 249 – 265.
62. Хетагурова А.К. Социально-демографические и психологические факторы, влияющие на уход из профессии медицинских сестер на современном этапе / А.К. Хетагурова, Н.А. Касимовская // Экономика здравоохранения. – 2007. – № 2–3 (112). – С. 25–29.
63. Хухлаева О.В. Групповое психологическое консультирование / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. – М.: Юрайт, 2023. – 195 с.
64. Шабалин О.М. Юридическая психология. – Пермь: Пермский государственный национальный исследовательский университет, 2020. – 117 с.
65. Шабалина В.В. Методика группового психологического консультирования (группового каунслинга): Методические рекомендации для психологов, работающих в школе / В.В. Шабалина. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный университет педагогического мастерства, 2012. – 324 с.
66. Шульц Д. Психология и работа / Д. Шульц, С. Шульц. – СПб.: Речь, 2016. – 543с.

67. Юдчиц Ю.А. К проблеме профессиональной деформации / Ю.А. Юдчиц // Журнал прикладной психологии. – 2008. – № 2. – С. 17–22.
68. Юридическая психология: коллективная монография / И.И. Аминов, Н.А. Давыдов, К.Г. Дедюхин и др. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2014. – 415 с.
69. Freudenberger H.J. Staff burn-out / H.J. Freudenberger // J. of Social Issues. – 1994. - Vol. 30. – P. 159–165.
70. Krill P.R. The Prevalence of Substance Use and Other Mental Health Concerns Among American Attorneys / P.R. Krill, R.M. Johnson // Journal of Addiction Medicine. –2016. - № 10(1). – P. 46–52.
71. Maslach C. Burnout: a social psychological analysis / C. Maslach // The burnout syndrome: current research, theory, interventions / Ed. J. W. Jones. - London, 1982. Vol. 11. – № 78. – P. 78–85.
72. Maslach C. Job Burnout / C. Maslach, W. Schaufeli, M. Leiter // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52. – P. 397–422.
73. Maslach C. Understanding burnout: Definitional issues in analyzing a complex phenomenon / C. Maslach // Job Stress and Burnout. - Vol. 9 / Eds. W. S. Paine. Beverly Hills, 1982. - P. 26–31.
74. Nolan E.J. Leadership Interventions for Promoting Personal Mastery / E.J. Nolan // Journal for Specialists in Group Work. – 1978. – 3 (3). – P. 132–138.
75. Perlman B. «Burnout»: summary and future and research / B. Perlman, E. A. Hartman // J. Human relations. – 1982. – Vol. 14. – № 5. – P. 153–161.

Приложение А

Результаты по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н.Е. Водопьяновой по выборке юристов среднего возраста (N=60)

№№	Шкалы						Выгорание	
	Эмоциональное истощение		Деперсонализация		Редукция личных достижений			
	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень
1	25	средний	13	средний	17	низкий	55	средний
2	23	средний	7	низкий	15	низкий	45	низкий
3	22	средний	7	низкий	14	низкий	43	низкий
4	21	средний	13	средний	13	низкий	47	низкий
5	21	средний	10	низкий	21	средний	52	средний
6	13	низкий	13	средний	11	низкий	37	низкий
7	16	низкий	11	низкий	15	низкий	42	низкий
8	18	низкий	8	низкий	14	низкий	40	низкий
9	21	средний	7	низкий	17	низкий	45	низкий
10	20	низкий	12	средний	20	средний	52	средний
11	17	низкий	9	низкий	23	средний	49	низкий
12	17	низкий	12	средний	16	низкий	45	низкий
13	15	низкий	13	средний	17	низкий	45	низкий
14	22	средний	13	средний	15	низкий	50	средний
15	17	низкий	11	низкий	14	низкий	42	низкий
16	24	средний	10	низкий	21	средний	55	средний
17	23	средний	10	низкий	13	низкий	46	низкий
18	22	средний	9	низкий	14	низкий	45	низкий
19	11	низкий	8	низкий	11	низкий	30	низкий
20	19	низкий	7	низкий	22	средний	48	низкий
21	21	средний	10	низкий	9	низкий	40	низкий
22	23	средний	9	низкий	24	средний	56	средний
23	26	средний	16	средний	15	низкий	57	средний
24	25	средний	13	средний	17	низкий	55	средний
25	23	средний	7	низкий	15	низкий	45	низкий
26	22	средний	7	низкий	14	низкий	43	низкий
27	11	низкий	8	низкий	11	низкий	30	низкий
28	25	средний	13	средний	25	средний	63	средний
29	24	средний	12	средний	25	средний	61	средний
30	24	средний	14	средний	27	средний	65	средний
31	23	средний	15	средний	24	средний	62	средний
32	25	средний	14	средний	26	средний	65	средний

Окончание таблицы

№№	Шкалы						Выгорание	
	Эмоциональное истощение		Деперсонализация		Редукция личных достижений			
	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень
33	11	низкий	8	низкий	11	низкий	30	низкий
34	26	средний	16	средний	27	средний	69	средний
35	24	средний	13	средний	23	средний	60	средний
36	25	средний	12	средний	24	средний	61	средний
37	24	средний	14	средний	22	средний	60	средний
38	24	средний	15	средний	18	низкий	57	средний
39	23	средний	14	средний	16	низкий	53	средний
40	23	средний	14	средний	19	средний	56	средний
41	11	низкий	8	низкий	11	низкий	30	низкий
42	23	средний	14	средний	22	средний	59	средний
43	22	средний	13	средний	23	средний	58	средний
44	27	средний	16	средний	21	средний	64	средний
45	11	низкий	8	низкий	11	низкий	30	низкий
46	23	средний	14	средний	19	средний	56	средний
47	22	средний	15	средний	21	средний	58	средний
48	23	средний	14	средний	22	средний	59	средний
49	35	высокий	17	средний	23	средний	75	средний
50	38	высокий	26	высокий	24	средний	88	высокий
51	43	высокий	16	средний	26	средний	85	высокий
52	23	средний	19	высокий	24	средний	66	средний
53	36	высокий	16	средний	34	высокий	86	высокий
54	27	средний	17	средний	30	высокий	74	средний
55	26	средний	22	высокий	23	средний	71	средний
56	36	высокий	27	высокий	21	средний	84	высокий
57	25	средний	15	средний	20	средний	60	средний
58	37	высокий	16	средний	23	средний	76	высокий
59	38	высокий	23	высокий	35	высокий	96	высокий
60	37	высокий	17	средний	36	высокий	90	высокий

Приложение Б

**Результаты по опроснику В.В. Бойко по выборке юристов среднего
возраста (N=60)**

№ №	Фаза «Напряжение»				Фаза «Резистенция»				Фаза «Истощение»			
	Переживание психотравмирующих обстоятельств	Неудовлетворенность собой	«Загнанность в клетку»	Тревога и депрессия	Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	Эмоционально-правственная дезориентация	Расширение сферы экономической	Редукция профессиональных обязанностей	Эмоциональный дефицит	Эмоциональная отстраненность	Личностная отстраненность (деперсонализация)	Психосоматические и психовегетативные нарушения
1	7	7	7	8	8	8	9	8	7	8	9	9
2	8	8	8	6	9	8	7	9	7	7	5	15
3	8	8	7	7	8	6	5	7	8	8	7	9
4	9	8	7	8	8	8	7	8	9	8	7	8
5	7	7	7	4	9	6	9	8	8	5	6	7
6	8	7	7	7	8	8	9	8	6	7	8	9
7	9	9	8	8	7	7	7	8	7	8	9	6
8	7	7	8	6	8	8	8	9	6	7	8	9
9	7	7	9	4	9	6	9	8	8	5	6	7
10	6	6	5	5	6	7	8	9	8	7	8	7
11	8	8	9	8	7	8	9	9	7	7	7	8
12	8	8	8	7	6	8	8	8	6	8	6	8
13	7	8	8	4	8	6	8	8	8	5	6	7
14	6	9	8	7	6	9	8	8	7	9	7	8
15	8	7	7	7	8	9	8	7	8	8	9	8
16	7	7	7	8	8	8	9	8	8	8	7	8
17	8	9	7	6	7	8	9	8	8	7	9	7
18	6	7	8	6	7	8	9	8	7	7	7	6
19	9	8	7	6	7	8	9	8	8	7	8	9
20	7	7	7	8	7	7	7	6	7	8	9	8
21	7	6	7	8	9	6	7	8	9	7	8	9
22	8	8	7	9	8	7	8	9	10	8	5	8
23	6	7	5	6	7	8	9	9	8	9	7	9
24	7	7	11	6	9	8	8	9	4	7	9	8
25	8	8	10	7	8	6	7	11	8	8	3	9
26	7	7	12	8	9	9	8	10	6	7	6	8
27	6	9	7	9	8	9	9	12	7	6	5	8
28	7	8	8	4	8	6	8	8	8	5	6	7
29	8	11	9	5	9	8	11	9	9	6	5	6
30	7	10	8	5	8	10	10	8	8	7	8	8
31	7	12	11	9	6	6	12	8	7	8	6	5

Окончание таблицы

№ №	Фаза «Напряжение»				Фаза «Резистенция»				Фаза «Истощение»			
	Переживание психотравмирующих обстоятельств	Неудовлетворенность собой	«Загнанность в клетку»	Тревога и депрессия	Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование	Эмоционально-правственная дезориентация	Расширение сферы экономии эмоций	Редукция профессиональных обязанностей	Эмоциональный дефицит	Эмоциональная отстраненность	Личностная отстраненность (деперсонализация)	Психосоматические и психовегетативные нарушения
32	10	9	10	8	7	7	14	9	8	7	5	8
33	10	8	12	8	8	8	9	8	9	6	7	7
34	6	7	14	5	6	8	6	8	3	7	8	8
35	7	8	11	6	9	9	8	9	4	8	4	5
36	8	8	10	7	10	8	7	11	8	7	5	8
37	9	9	11	8	10	9	6	10	6	7	7	8
38	6	8	8	9	8	9	8	12	7	6	6	8
39	7	7	9	4	9	6	9	8	8	5	6	7
40	8	11	8	5	9	8	11	9	9	6	5	6
41	9	10	9	6	8	9	10	8	8	5	8	5
42	7	12	8	8	8	8	12	8	8	6	3	7
43	7	11	9	8	7	8	11	11	4	8	7	2
44	5	11	8	9	6	9	10	10	5	7	3	3
45	6	10	11	8	5	8	12	8	6	7	7	4
46	7	12	10	8	6	6	14	9	7	8	6	5
47	9	9	9	9	7	7	11	8	8	7	5	8
48	8	8	8	8	8	8	9	8	5	6	7	7
49	7	9	19	6	9	11	8	9	4	8	9	11
50	8	8	12	7	12	8	7	12	8	9	5	15
51	9	9	16	8	13	9	8	13	6	7	11	9
52	6	12	9	9	12	9	10	19	7	6	7	8
53	7	16	18	10	6	6	16	13	7	8	6	5
54	12	12	14	9	7	7	17	10	8	9	5	8
55	13	13	13	8	8	8	9	11	9	6	7	7
56	6	15	12	5	6	9	9	8	3	7	8	11
57	6	12	9	9	12	9	10	19	7	6	7	8
58	7	13	9	4	14	6	13	13	9	5	6	7
59	8	16	12	5	9	8	17	10	11	6	5	6
60	12	12	14	9	7	7	17	10	8	9	5	8
ср. зн.	7,6	9,1	9,4	6,9	8,1	7,7	9,4	9,3	7,2	7,0	6,6	7,6

Приложение В

Результаты первичной и повторной диагностики по опроснику К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой по группе юристов среднего возраста, прошедших программу группового психологического консультирования (N=12)

№№	Шкалы						Выгорание	
	Эмоциональное истощение		Деперсонализация		Редукция личных достижений			
	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень	Баллы	уровень
Первая диагностика: до проведения группового психологического консультирования								
1	35	высокий	17	средний	23	средний	75	средний
2	38	высокий	26	высокий	24	средний	88	высокий
3	43	высокий	16	средний	26	средний	85	высокий
4	23	средний	19	высокий	24	средний	66	средний
5	36	высокий	16	средний	34	высокий	86	высокий
6	27	средний	17	средний	30	высокий	74	средний
7	26	средний	22	высокий	23	средний	71	средний
8	36	высокий	27	высокий	21	средний	84	высокий
9	25	средний	15	средний	20	средний	60	средний
10	37	высокий	16	средний	23	средний	76	высокий
11	38	высокий	23	высокий	35	высокий	96	высокий
12	37	высокий	17	средний	36	высокий	90	высокий
Ср.зн	33,41		19,25		26,58		79,25	
Вторая диагностика: после проведения группового психологического консультирования								
1	19	низкий	7	низкий	22	средний	48	низкий
2	26	средний	16	средний	15	низкий	57	средний
3	25	средний	12	средний	24	средний	61	средний
4	17	низкий	9	низкий	23	средний	49	низкий
5	24	средний	14	средний	27	средний	65	средний
6	23	средний	10	низкий	13	низкий	46	низкий
7	22	средний	9	низкий	14	низкий	45	низкий
8	26	средний	16	средний	27	средний	69	средний
9	23	средний	7	низкий	15	низкий	45	низкий
10	25	средний	13	средний	25	средний	63	средний
11	24	средний	12	средний	25	средний	61	средний
12	23	средний	9	низкий	24	средний	56	средний
Ср.зн	23,08		11,16		21,16		55,41	



Отчет о проверке

Автор: Мосина Наталья Анатольевна

Название документа: Свенкаев вкр окт

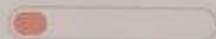
Проверяющий: Мосина Наталья Анатольевна

Организация: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
"КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА"

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ



Совпадения:
17,04%



Оригинальность:
75,94%



Цитирование:
7,02%



Самодитирование:
0%



«Совпадения», «Цитирования», «Самодитирование», «Оригинальность» являются отдельными показателями, отображаются в процентах и в сумме дают 100%, что соответствует проверенному тексту документа.

Проверено: 89,42% текста документа, исключено из проверки: 10,58% текста документа. Разделы, отключенные пользователем: Титульный лист, Содержание, Методы, Библиография, Приложение

- Совпадения** — фрагменты проверяемого текста, полностью или частично сходные с найденными источниками, за исключением фрагментов, которые система отнесла к цитированию или самодитированию. Показатель «Совпадения» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к совпадениям, в общем объеме текста.
- Самодитирование** — фрагменты проверяемого текста, совпадающие или почти совпадающие с фрагментом текста источника, автором или соавтором которого является автор проверяемого документа. Показатель «Самодитирование» — это доля фрагментов текста, отнесенных к самодитированию, в общем объеме текста.
- Цитирование** — фрагменты проверяемого текста, которые не являются авторскими, но которые система отнесла к корректно оформленным. К цитированиям относятся также шаблонные фразы, библиографич. фрагменты текста, найденные модулем поиска «СПС Гарант: нормативно-правовая документация». Показатель «Цитирование» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к цитированию, в общем объеме текста.
- Текстовое пересечение** — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.
- Источник** — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.
- Оригинальный текст** — фрагменты проверяемого текста, не обнаруженные ни в одном источнике и не отмеченные ни одним из модулей поиска. Показатель «Оригинальность» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к оригинальному тексту, в общем объеме текста.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые совпадения проверяемого документа с проиндексированными в системе источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности совпадений или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

Номер документа: 24

Тип документа: Не указано

Дата проверки: 15.10.2024 10:59:42

Дата корректировки: Нет

Комментарий: не указано

Количество страниц: 94

Символов в тексте: 149547

Слов в тексте: 18642

Число предложений: 2189

Согласие

на размещение текста выпускной квалификационной работы,
научного доклада об основных результатах подготовленной
научно-квалификационной работы
в ЭБС КГПУ им. В. П. АСТАФЬЕВА

Я, Свечков Максим Дмитриевич
(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ ИМ. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу, научный доклад об основных результатах подготовленной научно- квалификационной работы (далее ВКР/НКР)

(нужно подчеркнуть)

на тему:

Возможности аккредитирования юристов
среднего возраста при синдроме
децидентального выгорания
(название работы)

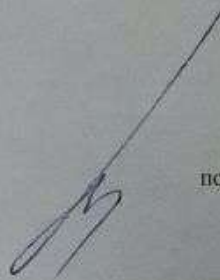
(далее — работа) в ЭБС КГПУ им. В.П. АСТАФЬЕВА, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР/НКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на работу.

Я подтверждаю, что работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

03.12.24

дата

подпись



РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу СВЕЧКАНЕВА АЛЕКСАНДРА ДМИТРИЕВИЧА тема «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ЮРИСТОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА ПРИ СИНДРОМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ» по направлению подготовки 44.04.02. Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Мастерство психологического консультирования

Выпускная квалификационная работа Свечканева А.Д. посвящена значимой для психологической практики проблеме, а именно в разработке и реализации программы психологического консультирования, направленной на снижение симптомов эмоционального выгорания юристов среднего возраста. В связи с этим данная работа имеет прикладной характер и может быть использована в практике психологов-консультантов.

Во введении автор обосновывает актуальность исследования, определяет объект, предмет, гипотезу исследования, а также формулирует цель, задачи и методы исследования.

Структура работы выстроена в соответствии с логикой исследования. В теоретической части работы, был проведен аналитический обзор литературы: раскрыта сущность эмоционального выгорания; рассмотрена специфика группового консультирования. Выводы, сделанные в теоретической части, послужили основой для проведения опытно-экспериментальной работы.

Во второй главе Александр Дмитриевич представляет результаты экспериментальной работы психологического консультирования юристов среднего возраста как средства коррекции симптомов эмоционального выгорания. Проведенный автором констатирующий этап эксперимента позволил выявить уровень оценки симптомов эмоционального выгорания юристов среднего возраста. Разработанные психолого-педагогические мероприятия продемонстрировали свою результативность с точки зрения динамики снижения выраженности симптомов эмоционального выгорания юристов среднего возраста.

В качестве недостатков работы следует отметить:

1. В описании теоретико-методологической основы исследования нет методологических подходов. Следовательно, у автора отсутствует четкая методологическая позиция в стратегии исследования;

2. В тексте работы автор часто употребляет неформальные выражения (например, «пускается на самотек», «испытывающих одинаковые сложности», «рабочая мотивация» и др.). Выпускная квалификационная работа относится к научному тексту, к которому есть определенные требования к стилю изложения;

3. В исследовании нет четкого обоснования с точки зрения психологии в отношении возраста эмпирической выборки.

4. Хотелось бы уточнить у автора новизну исследования.

В целом, по своим формальным характеристикам: стилю, форме, логике изложения, используемым методам, работа соответствует требованиям к магистерским диссертациям.

Оценивая выпускную квалификационную работу Свечканева А.Д. как самостоятельное, завершённое исследование, выдержанное в требованиях к данному типу работ, рекомендуем положительную оценку, а автору – присуждение искомой степени магистра.

Рецензент:

канд. психол. наук,
доцент кафедры психологии



Ե.Յ. Դսբովիկ

ОТЗЫВ
НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ
НА МАГИСТЕРСКУЮ ДИССЕРТАЦИЮ

Свечкаев Александр Дмитриевич

Ф.И.О. магистранта

44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Мастерство психологического консультирования

Психологическое консультирование юристов среднего возраста при синдроме эмоционального выгорания

тема выпускной квалификационной работы

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы магистрант освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые Компетенции	Пороговый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций
УК-1 способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий			+
УК-2 способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла			+
УК-3 способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели			+
УК-4 способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия			+
УК-5 способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия			+
УК-6 способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способств ее совершенствованию на основе самооценки			+
ОПК-1 способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики			+
ОПК-2 способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации			+

себя как самостоятельный, самоорганизованный, ответственный исследователь, способный осуществлять критический анализ научной литературы; применять современные технологии в коммуникации; выделять исследовательскую проблему; выдвигать гипотезу; подбирать методы решения проблемы в профессиональной деятельности. Александр Дмитриевич продемонстрировал умение планировать и выстраивать план научной деятельности, аргументировать свою точку зрения, а также продемонстрировал сформированность коммуникативных навыков.

Содержание ВКР соответствует предъявляемым требованиям.
соответствует / не соответствует

Структура ВКР соответствует предъявляемым требованиям.
соответствует / не соответствует

Оформление ВКР соответствует предъявляемым требованиям.
соответствует / не соответствует

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

Научный руководитель



Н.А. Мосина
(подпись)