

Научная статья / Research Article

УДК 316.37, 159.99

DOI: 10.14258/SSI(2023)3-12

Проблемы профессионального выгорания у юристов

Надежда Васильевна Мрвич¹

Ирина Станиславовна Косорукова²

¹Северо-Западный институт (филиал) Университета имени О. Е. Кутафина (МГЮА), Вологда, nada-mrvich@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9864-3244>

²Северо-Западный институт (филиал) Университета имени О. Е. Кутафина (МГЮА), Вологда, kosorukova.irisha@bk.ru, <https://orcid.org/0009-0002-9776-2628>

Аннотация. Проблема профессионального выгорания остается в центре внимания многочисленных исследований в течение последних десятилетий. Их результаты способствовали выявлению причин и последствий этой профессиональной дисфории. Значительная часть этих работ была сосредоточена на социальных профессиях, связанных с интенсивными контактами с людьми.

Однако профессиональные юристы, которые имеют много социальных контактов по роду службы и потому особенно подвержены выгоранию, исследованы недостаточно полно. Актуальность изучения нами данной проблемы в первую очередь заключается в необходимости дальнейшего исследования синдрома профессионального выгорания для своевременной профилактики выгорания и помощи специалистам юридических профессий.

Исследование синдрома эмоционального профессионального выгорания у данной категории работников осуществлялось с использованием опросника на определение уровня профессионального выгорания (МВИ) по методике К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н.Е. Водопьяновой с учетом исследований психологов Ч. Фигли, С. Барона-Козна, российских исследований. Опрос респондентов состоялся в г. Вологда в феврале 2023 г., выборочная совокупность составила более 500 респондентов.

В итоге определена связь профессионального выгорания с возрастом и полом. Оказалось, что работающие женщины более подвержены выгоранию, чем мужчины, так как они несут дополнительную эмоциональную и физическую нагрузку, связанную с выполнением домашних и семейных обязанностей. Дано описание деперсонализации как компонента эмоционального выгорания: неадекватное отношение к коллегам, раздражительность, утрата «идеализма» и уход в себя. В то же время выявлено, что влияние психологического состояния отдельного работника на весь коллектив является несущественным. Предложены конкретные рекомендации по предупреждению профессионального выгорания; изучено его влияние на состояние здоровья в целом с точки зрения респондента. Выявлена зависимость эмоционального выгорания от эмпатии, особенностей коллектива, в котором работает специалист. Предложены наиболее эффективные способы профилактики синдрома эмоционального выгорания. Результаты исследования могут быть использованы

психологами, которые работают с юристами, имеющими симптомы эмоционального выгорания, и руководителями организаций.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, юридические профессии, эмоциональное истощение, деперсонализация, способы предупреждения выгорания

Для цитирования: Мрвич Н. В. Косорукова И. С. Проблемы профессионального выгорания у юристов // Society and Security Insights. 2023. Т. 6, № 3. С.204–217. doi: 10.14258/ssi(2023)3-12

Problems of Professional Burnout Among Lawyers

Nadezhda V. Mrvich¹

Irina S. Kosorukova²

¹the North-West Institute (branch) of Kutafin Moscow State Law University (MSLA), Vologda, Russia, nada-mrvich@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9864-3244>

²the North-West Institute (branch) of Kutafin Moscow State Law University (MSLA), Vologda, Russia, kosorukova.irisha@bk.ru, <https://orcid.org/0009-0002-9776-2628>

Abstract. The problem of professional burnout has been in the center of numerous research for the last decades. Their results facilitated diagnosing the causes and consequences of this professional dysphoria. The majority of this research was focused on social occupations connected with intensive contacts with people. However, practicing lawyers who have a lot of social contacts by the nature of service and therefore especially suffer from burnout, have not been studied fully enough. The relevance of our study of this problem primarily lies in the need of further research of the professional burnout syndrome for its timely prevention and assistance to lawyers.

The investigation of the professional burnout syndrome among that category of workers was carried out with the help of the MBI survey to determine the level of professional burnout according to the methods of Christina Maslach and Susan Jackson in adaptation of Natalia E. Vodopyanova based on the research of psychologists Charles Figley, Simon Philip Baron-Cohen, as well as Russian scholars. The respondents' survey took place in the city of Vologda in February 2023 and the sampling population was more than 500 respondents.

As a result the relationship of professional burnout with age and gender was determined. It turned out that working women are more prone to burnout than men, as they have additional emotional and physical burden connected with family chores.

There is a description of depersonalization as a component of emotional burnout: inadequate attitude towards colleagues, irritability, loss of “idealism” and withdrawal into oneself. At the same time it was revealed that the impact of the psychological state of an individual employee on the whole team is insignificant. Specific recommendations for the prevention of the emotional burnout syndrome are suggested; the impact of professional burnout on the respondents' general state of health was studied. Dependency of emotional burnout with empathy and features of the team are revealed. The most efficient ways of emotional burnout syndrome prevention are suggested. The results of the research can be used by psychologists who work with lawyers with emotional burnout symptoms and heads of organizations.

Keywords: professional burnout syndrome, legal professions, emotional exhaustion, depersonalization, preventing burnout methods

For citation: Mrvich, N. V., Kosorukova, I. S. (2023). Problems of Professional Burnout Among Lawyers. *Society and Security Insights*, 6(3), 204–217. (In Russ.). doi: 10.14258/ssi(2023)3-12

Введение

В научном мире эмоциональное выгорание не считается болезнью. В 2019 г. на Всемирной ассамблее здравоохранения в Женеве профессиональное выгорание было включено в Международную классификацию болезней как профессиональное явление, под которым понимают синдром, концептуализированный как результат хронического стресса на работе, с которым не удалось справиться¹.

Такой подход снимает ответственность с работодателя, поскольку появление определенных симптомов не обязывает начальников принимать меры для улучшения психологического состояния сотрудников.

У работников коммуникативных профессий, таких как учителя, медики, журналисты, часто возникают симптомы эмоционального выгорания. Постоянные стрессы на работе, переработки, ролевые конфликты и сложные взаимоотношения с людьми привели к включению в перечень специальностей, подверженных эмоциональному выгоранию, и юристов. Так, согласно эмпирическому исследованию, проведенному Л. Н. Световой, около 75% адвокатов имеют различные проявления симптома профессионального выгорания (Светова, 2020). Таким образом, исследование проблемы профессионального выгорания у юристов является актуальным.

В начале 1970-х гг. американский психолог Г. Фрейденбергер впервые употребил термин burnout (выгорание) в связи с анализом требований, предъявляемых к социальным профессиям, в основе которых лежит межличностное взаимодействие (Freudenberger, 1974).

Пристальное внимание этому вопросу уделяли как зарубежные, так и отечественные исследователи. Большой вклад в исследование вопросов эмоционального выгорания внесли К. Маслач и С. Джексон, которые составили в 1986 г. опросник профессионального выгорания (MBI), используемый по настоящее время (Maslach, Jackson, 1981). Исследуя данную проблему, в 1998 г. К. Маслач вместе с Д. Голдбергом предложили несколько подходов к профилактике выгорания: повышение интеграции в работу путем создания лучшего «соответствия» между человеком и его работой и переосмысление выгорания с точки зрения того, как восприятие риска выгорания может привести к неоптимальному выбору (Maslach, Goldberg, 1998).

Австралийскими исследователями М. Пирсом и Дж. Моллой было доказано, что скорость развития синдрома выгорания не связана с образованием, уровнем интеллекта и оплатой труда (Pierce, Molloy, 1990).

В формировании научной основы исследования данного вопроса активно участвовали отечественные ученые. Одним из авторитетных отечественных психологов, занимающихся проблемой эмоционального выгорания, является

¹ Международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем (МКБ-11) от 2019 г. (вступила в силу 01.01.2022). URL: <https://icd.who.int/en>.

В.В. Бойко, создавший в 1996 г. опросник, который позволил рассмотреть профессиональное выгорание с позиций общего адаптационного синдрома Г. Селье. Ученый выделил три стадии выгорания, каждая из которых связана с проявлением четырех симптомов (Бойко, 1999).

Исследователи Н. Е. Водопьянова и Е. С. Старченкова продолжили изучение причин выгорания, способы возможной реабилитации и профилактики. Ими были разработаны алгоритмы специфической диагностики с помощью специализированных опросников для студентов-медиков, а также для практикующих врачей (Водопьянова, Старченкова, 2023).

Методы

В исследовании для реализации цели и задач использован комплекс научных методов, в частности социологических. Теоретической базой исследования являются научные работы по вопросам профессионального выгорания в различных сферах деятельности. Эмпирические данные собраны с помощью методики К. Маслач в г. Вологде в феврале 2023 г. (под нашим руководством). В экспериментальную группу вошли более 500 респондентов (представители юридических профессий, выборка квотная полу и возрасту, ошибка не более 10%).

Результаты

Анализ субшкал профессионального выгорания

Опрос был построен на основе опросника профессионального выгорания (МВИ) К. Маслач и С. Джексона в адаптации Н. Е. Водопьяновой. Анкета состояла из 22 вопросов, уровень профессионального выгорания оценивался по трем субшкалам: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция персональных достижений. Каждый ответ соответствовал определенному количеству баллов, где «никогда» оценивалось как «0», «каждый день» — «6». Кроме этого, при определении результатов исследования использовался способ определения системного индекса синдрома выгорания на основании математической модели определения расстояния между точками в многомерном пространстве, который был предложен в Национальном медицинском исследовательском центре психиатрии и неврологии им. В.М. Бехтерева в 2007 г. (Лозинская, Лутова, Вид, 2007). После подсчета интегрального индекса выгорания результат варьирует от 0 до 1, т.е. от полного отсутствия признаков выгорания до максимально выраженного синдрома.

По результатам проведенного исследования (табл. 1) половина юристов обладают теми или иными симптомами профессионального выгорания. Наибольший процент приходится на редукцию личных достижений, что отражает негативную тенденцию восприятия своей эффективности и профессионализма. Как следствие, избегание работы происходит сначала психически, потом физически. Примерно 31% опрошенных (ответы «часто», «каждый день» и «очень часто») отмечают нежелание идти утром на работу (рис. 1).

Эмоциональное истощение проявляется в физическом и психическом истощении, что влияет в первую очередь на здоровье. Так, выгорание содействует

ухудшению физиологических показателей, и наоборот, низкое качество здоровья позволяет выгоранию развиваться быстрее. В отношении здоровья сотрудники жалуются на головную боль, сердечно-сосудистые заболевания, бессонницу, депрессию, беспокойство и тревогу. Схожие корреляторы обнаруживают также при длительном воздействии стресса и при злоупотреблении психоактивными веществами (Gorji, 2018). В Китае при обследовании психического здоровья на рабочем месте выяснилось, что служащие при профессиональном выгорании в основном демонстрировали симптомы физического дискомфорта, а не психологического (Роров, 2020).

Таблица 1.

Table 1.

Процентное распределение баллов по субшкалам опросника

Percentage distribution of scores on the questionnaire subscales

Субшкала	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень	
	%	кол-во чел.	%	кол-во чел.	%	кол-во чел.
Эмоциональное истощение	27,7	149	26	139	46,3	249
Деперсонализация	25,4	136	28,3	152	46,3	249
Редукция личностных достижений	16,7	90	27,1	146	56,2	301

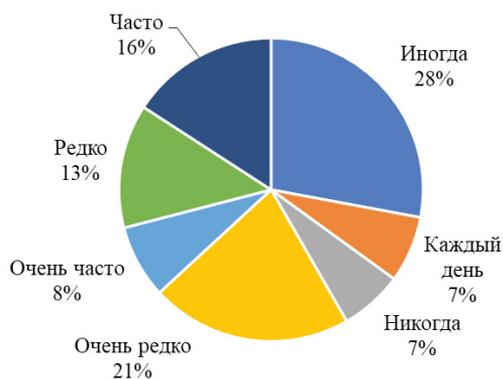


Рисунок 1 — Отсутствие желания идти на работу, г. Вологда, 2023 г., процент от числа опрошенных

Figure 1 — Lack of desire to go to work, Vologda city. Vologda, 2023, as% of respondents

При проведении опроса респонденты оценивали воздействие негативного эмоционального состояния на здоровье. Примерно 54% участников указывали на их взаимосвязь и замечали ее проявление у себя. Еще 31% — хоть и отмечали

связь этих двух категорий, но не наблюдали подобных симптомов у себя (рис. 2). Невыраженность физических отклонений у второй группы может объясняться различием в интегральных индексах выгорания. Индекс выгорания у людей, отрицающих связь, ниже, чем у респондентов (юристов), отмечающих ее проявления. Опрос показал ярко выраженное влияние выгорания на здоровье.

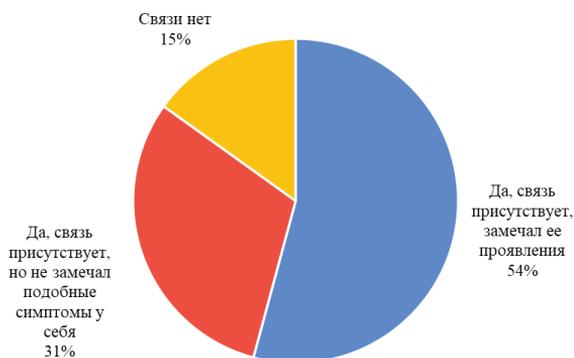


Рисунок 2 — Взаимосвязь негативного эмоционального состояния на работе и здоровья, г. Вологда, 2023 г., процент от числа опрошенных

Figure 2 — Relationship between negative emotional state at work and health, Vologda, 2023, as% of respondents

Важным компонентом эмоционального выгорания является деперсонализация. Негативное или неадекватное отношение к коллегам, раздражительность, утрата «идеализма» и уход в себя — его основные проявления. В идеале коллектив должен работать как единый сложный механизм, в котором налажены межличностные связи. Отсутствие подобной благоприятной среды, в частности агрессивность, усиливает выгорание. В ряде исследований отмечается влияние синдрома профессионального выгорания на коллектив: формирование конфликтной среды и срыв исполнения рабочих заданий. Выгорание распространяется и укрепляется посредством социальных взаимодействий, т.е. выгорание — свойство рабочих групп, а не индивидуальный синдром (Gorji, 2018).

Проведенный нами опрос не показал значительного влияния психологического состояния отдельного индивида на всю группу. Половина опрошенных юристов отмечала минимальное воздействие на их самочувствие проблем и негативных эмоций коллег. Остальные респонденты (не чувствующие влияния и ощущающие сильное воздействие) поделились на две примерно равные группы. В связи с этим говорить о прямом влиянии эмоционального выгорания одного сотрудника на весь коллектив некорректно. Несомненно, присутствуют отдельные проявления, однако они в большей степени очевидны при групповой агрессии.

Эмпатию определяют как сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека. Нам представляется интересным подход британского клинического психолога сэра Саймона Барон-Коэна, который анализировал эмпатию с нейробиологической точки зрения. Он разделил людей на несколько групп в зависимости от способности сочувствовать другим. Как правило, большинство обладают средним уровнем (Барон-Коэн, 2012). Данный тезис подтвердился в ходе нашего опроса. Люди обладают ограниченной способностью к эмпатии, при злоупотреблении которой они истощают себя физически и умственно, что приводит к эмпатическому выгоранию.

Психолог Чарльз Фигли описал «усталость от сострадания» как снижение способности сопереживать другим из-за хронического воздействия эмпатического стресса (Фигли, 1999). Обратимся к результатам опроса. Индекс профессионального выгорания возрастал с увеличением уровня эмпатии. Разница в показателях между низким уровнем и высоким составила примерно 0,1 индекса. Следовательно, между эмпатией и уровнем эмоционального выгорания существует прямая взаимосвязь.



Рисунок 3 — Влияние негативного эмоционального состояния коллег на респондентов, г. Вологда, 2023 г., процент от числа опрошенных

Figure 3 — Impact of negative emotional state of colleagues on respondents, Vologda, 2023, as% of respondents

Профессиональное выгорание и социально-демографические факторы

Современная наука выделяет различные социально-демографические факторы профессионального выгорания, в том числе возраст. Факторы, влияющие на профессиональное выгорание, традиционно принято подразделять на индивидуальные (самооценка, выносливость, нейротизм), социально-демографические (возраст, пол, стаж работы) и организационные (рабочие перегрузки, дефицит времени, взаимоотношения в коллективе и ролевая двойственность) (Санькова, 2004). Проведенный нами опрос не учитывал личностные особенности респондентов.

Так, Т.В. Колузаева считает, что наиболее склонны к выгоранию молодые люди в возрасте 19–25 лет в силу своей неподготовленности к реальности и люди 40–50 лет, которые ощущают накопившуюся усталость (Колузаева, 2020). Зарубежные исследователи получили иные результаты. Так, в отчете крупной бухгалтерской фирмы «Делойта» (США, 2015 г.) указано, что 84% миллениалов, т.е. люди в возрастной группе примерно от 24 до 40 лет, испытывают выгорание на работе чаще по сравнению с 77% всех респондентов (Роров, 2020). Д. С. Минин называет связь возраста с выгоранием неоднозначной. В частности, ссылаясь на К. Маслач, он высказывает гипотезу, что прокуроры и адвокаты выгорают примерно через два года работы (Минин, 2016).

Средний интегральный индекс выгорания среди юристов показал, что наибольший уровень наблюдается у поколения миллениалов (0,52), а наименьший — у молодых людей до 24 лет (0,4) (рис. 4). Такие результаты могут быть связаны со спецификой юридической профессии, для которой необходимо иметь профильное образование при замещении той или иной должности, т.е. возраст полноценного начала работы по специальности больше, и как следствие, развитие синдрома выгорания также отсрочивается во времени. Синдром выгорания у людей молодого возраста объясняется «эмоциональным шоком» в процессе профессиональной адаптации, в частности, из-за несоответствия идеалистических ожиданий, которые были заложены во время учебы в высшем учебном заведении, реальной действительности (Минин, 2016).

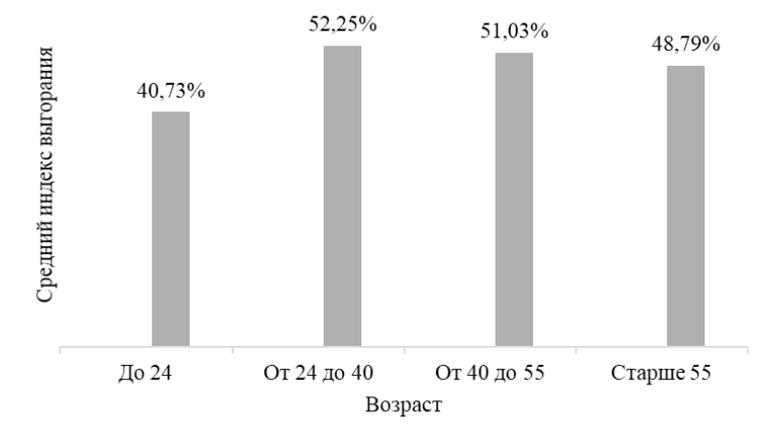


Рисунок 4 — Зависимость индекса эмоционального выгорания от возраста опрошиваемых, г. Вологда, 2023 г., процент от числа опрошенных

Figure 4 — Dependence of the emotional burnout index on the age of the interviewees, Vologda city. Vologda, 2023, in% of respondents

Еще один социально-демографический фактор — пол. Однозначно утверждать о влиянии данного признака на уровень эмоционального выгорания слож-

но. Однако многие ученые считают, что женщины более подвержены выгоранию, чем мужчины (Колузаева, 2020). Данную гипотезу подтвердила статистика опроса: индекс выгорания у женщин составляет 0,53 против 0,47 у мужчин (рис. 5). Подобное соотношение объясняется различиями в психологическом плане, а также дополнительной эмоциональной и физической нагрузкой, связанной с выполнением домашних и семейных обязанностей.

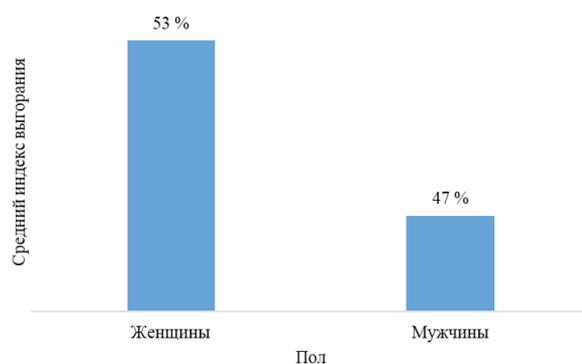


Рисунок 5 — Зависимость индекса эмоционального выгорания от пола, г. Вологда, 2023 г., процент от числа опрошенных

Figure 5 — Dependence of the emotional burnout index on gender, Vologda, 2023, as% of the number of respondents

Профилактика синдрома профессионального выгорания

Профессиональное выгорание среди работников юридических профессий обладает своими специфическими чертами, однако борьба с этим синдромом проходит шаблонно. При проведении опроса респонденты указывали основные (традиционные) способы борьбы с неблагоприятным эмоциональным состоянием. Необходимо учитывать, что опрашиваемые могли выбрать несколько вариантов ответа, а также указать свою версию выгорания (табл. 2).

Примерно 35 процентов опрашиваемых в качестве одного из способов профилактики симптомов выгорания указали отдых в кругу семьи и друзей. Данный показатель является самым высоким, что указывает на российскую ментальность. Это неудивительно, поскольку коллективизм является характерной чертой русского архетипа. Считается, что в России преобладает коллективизм, т.е. такая практика организации общественной жизни, при которой центральное место занимает коллектив, кооперированные действия людей, основанные на взаимопомощи, поддержке и общности интересов. Подобная модель — антипод индивидуализму, доминирующему в западных странах. Таким образом, доминирующая культура фактически определила основное средство борьбы со стрессом.

Второй по популярности способ выхода из тяжелого эмоционального состояния — спорт, к которому прибегают примерно 20 процентов респондентов. Опро-

шенные, которые сообщают о самом высоком уровне стресса за последний месяц, отмечают, что не занимались спортом каждую неделю. Они также более чем в четыре раза чаще говорят, что пропустили тренировки из-за стресса в прошлом месяце ¹.

Равным образом взаимосвязь между высоким уровнем стресса и эмоциональным выгоранием очевидна: постоянная подверженность стрессу приводит к необходимости большего эмоционального, физического и психологического вложения в работу, что приводит к быстрому выгоранию. Стоит отметить следующее: около 75% юристов, принявших участие в опросе, проходят службу в органах, где возникают ситуации, связанные с применением физической силы. Как следствие, постоянные спортивные тренировки в определенной степени необходимы для сохранения места работы и качественного выполнения профессиональных обязанностей.

Таблица 2

Table 2

Способы предупреждения синдрома профессионального выгорания

Ways to prevent burnout syndrome

Способ для предупреждения	Количество человек	%
Спорт	206	19,8
Хобби	167	16,0
Медитация	25	2,4
Отдых с семьей/друзьями	357	34,3
Путешествие	161	15,5
Использую успокоительные средства	92	8,8
Прохожу различные тренинги	7	0,6
Алкоголь	3	0,3
Иные способы	20	2,3

К наиболее распространенным способам профилактики также относятся хобби (16%) и путешествия (15%). Помимо представленных выше способов преодоления синдрома выгорания, которые позитивно влияют на психоэмоциональное состояние, встречаются и иные, свидетельствующие о негативных тенденциях. Так, к рискам, усиливающим эмоциональное истощение, относят использование вредных способов преодоления стресса, таких как алкоголь и наркотики. При опросе на алкоголь указал небольшой процент респондентов.

Остальные способы непопулярны у опрошенных. К менее выраженным способам относятся охота, шопинг, прием пищи, смена вида деятельности, работа на даче, чтение и сон.

¹ Statistics Show Exercise is a Healthy Stress Reliever for Teens and Adults — 2020 / Tennessee Chiropractic Association. URL: <https://www.tnchiro.com/research/8-statistics-show-exercise-is-a-healthy-stress-reliever-for-teens-and-adults/>

Обсуждение

Проведенное исследование продемонстрировало высокие показатели профессионального выгорания по всем трем субшкалам: примерно 50% юристов имеют те или иные проявления синдрома эмоционального выгорания, причем наибольший процент респондентов испытывали редукцию личных достижений (56,2%), что свидетельствует об отрицательном влиянии на их работу.

Опрос доказал влияние профессионального выгорания на здоровье респондентов. Примерно 54% участников указывали на их взаимосвязь и замечали ее проявление у себя. Респонденты, отрицающие связь или не замечающие ее проявлений, имеют меньший индекс выгорания, вследствие чего не ощущают подобного воздействия.

Не было выявлено влияния негативного эмоционального состояния индивида на коллектив в целом. Половина опрошенных юристов отмечала минимальное воздействие на их самочувствие проблем и негативных эмоций коллег. Остальные респонденты (не чувствующие влияния и ощущающие сильное воздействие) разделились на две примерно равные группы. Однако не стоит отрицать значение агрессии внутри коллектива в качестве фактора, провоцирующего развитие синдрома эмоционального выгорания.

Юридическая профессия связана с проявлением в отдельных случаях эмпатии. Злоупотребление этим свойством приводит к эмпатическому выгоранию, которое описывают как снижение способности сопереживать другим из-за хронического воздействия стресса. Индекс профессионального выгорания возрастал с увеличением уровня эмпатии. Разница в показателях между низким уровнем и высоким составила примерно 0,1 индекса.

Рассмотрение социально-демографических факторов профессионального выгорания позволяет сделать следующие выводы. Средний интегральный индекс выгорания среди юристов показал, что наибольший уровень наблюдается у поколения миллениалов (0,52), а наименьший — у молодых людей до 24 лет (0,4). Полученные результаты отличаются от выводов многих российских ученых по данному вопросу. Такая статистика может быть обусловлена особенностями профессии, в частности необходимостью иметь высшее юридическое образование для занятия должностей обязывает молодых людей продолжать учебу. Как следствие, отсрочивается время полноценного начала работы.

При оценке влияния пола на синдром индекс выгорания женщин составляет 0,53 против 0,47 у мужчин. Эта статистика подтверждается другими исследованиями. Основными причинами такой «картины» (перекоса) являются различия в психологическом плане и дополнительная нагрузка, связанная с выполнением домашних и семейных обязанностей.

Проведенный опрос выявил возможные пути предупреждения синдрома выгорания. Наиболее распространенный способ — это отдых в кругу семьи и друзей (35%). Такая его популярность обусловлена характерной чертой российского общества — коллективизмом, т.е. доминирующая культура фактически определила основной способ для предупреждения синдрома выгорания. К спорту

прибегают примерно 20% из числа опрошенных. Большая роль данного способа обусловлена социальной базой исследования: около 75 процентов юристов, принявших участие в опросе, проходят службу в правоохранительных органах, где важное значение имеет физическая подготовка. К наиболее распространенным способам также относятся хобби (16%) и путешествия (15%). На остальные меры, такие как охота, сон, принятие пищи и другие, приходится лишь 2,3%. Среди ответов встречаются и вредные средства преодоления стресса, например алкоголь.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

Барон-Коэн С. Наука зла: сочувствие и истоки жестокости // Нью-Йорк, 2012.

Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Филин, 1999.

Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб. : о Питер, 2008.

Колузаева Т. В. Эмоциональное выгорание: причины, последствия, способы профилактики // Вестник Хакасского государственного университета им. Н. Ф. Катанова. 2020. № 1. С. 122–130.

Лозинская Е. И., Лутова Н. Б., Вид В. Д. Системный индекс синдрома перегорания (на основе теста МВИ) // СПб.: НИПНИ им. Бехтерева, 2007.

Минин Д. С. Эмоционально-личностные предикторы психического выгорания адвокатов в различных видах судопроизводства: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб, 2016.

Санькова М. И. Синдром «эмоционального выгорания» у социальных работников: теоретический анализ понятия // Южно-российский журнал социальных наук. 2004. № 2. С. 30–43

Светова Л. Н. Психологические особенности профессионального выгорания адвокатов // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2020. № 4. С. 376–382.

Фигли К. Р. Усталость от сострадания полиции (PCF): теория, исследования, оценка, лечение и профилактика // J. Violenti (Ed.), Police Trauma: Psychological Aftermath of Civilian Combat. Спрингфилд: Charles C. Thomas Publishing, 1999.

Freudenberger H. Staff Burnout // Journal of Social Issues. 1974. № 30. P. 159–165.

Gorji M. The survey job burnout status and its relation with the performance of the employees (Case study: Bank) // International Conference on Innovation, Management and Service. 2018. URL: https://www.researchgate.net/publication/323934967_The_survey_job_burnout_status_and_its_relation_with_the_performance_of_the_employees_Case_study_Bank

Maslach C., Goldberg J. Prevention of burnout: New perspectives // Applied and Preventive Psychology. 1998. № 7. P. 63–74.

Maslach C., Jackson S. E. The Measurement of Experienced Burnout // Journal of Organizational Behavior. 1981. № 2. P. 99–113.

Pierce C. M., Molloy G. N. Relations between School Type, Occupational Stress, Role Per-

ceptions and Social Support // *Australian Journal of Education*. 1990. №34. P. 330–338.

Cai Chong Da, Chen Qiu Fan, Chen Xion Ping, Li Min, Xu Zhi Yuan, Xiong Tai Hang. (2020). *Burnout: Why We Don't Want to Work* // Oriental Publishing House.

REFERENCES

- Baron-Cohen, S. (2012). *The Science of Evil: Empathy and the Origins of Cruelty*. New York. (In Russ.).
- Boyko, V. V. (2012). *Energy of emotions in communication: a look at yourself and others*. Moscow. (In Russ.).
- Vodopyanova, N. E., Starchenkova, E. C. (2008). *Syndrome of burnout: diagnostics and prevention*. St Petersburg. (In Russ.).
- Koluzhaeva, T. V. (2020). Emotional burnout: causes, consequences, ways of prevention. *Bulletin of N. F. Katanov Khakass State University, 1*, 122–130. (In Russ.).
- Lozinskaya, E. I., Lutova, N. B., Vid, V. D. (2007). *Systemic index of burnout syndrome (based on the MBI test)*. NIPNI named after Bekhterev. St Petersburg. (In Russ.).
- Minin, D. S. (2016). *Emotional and personal predictors of mental burnout of lawyers in different types of legal proceedings*: PhD Thesis. St Petersburg. (In Russ.).
- Sankova, M. I. (2004). Syndrome of “emotional burnout” in social workers: theoretical analysis of the concept. *South-Russian Journal of Social Sciences, 2*, 30–43. (In Russ.).
- Svetova, L. N. (2020). Psychological features of professional burnout of lawyers. *Psychopedagogy in law enforcement agencies, 4*, 376–382. (In Russ.).
- Figley, C. R. (1999). Police Compassion Fatigue (PCF): theory, research, assessment, treatment, and prevention J. Violenti (Ed.), *Police Trauma: Psychological Aftermath of Civilian Combat*. Springfield: Charles C. Thomas Publishing. (In Russ.).
- Freudenberger, H. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues, 30*, 159–165.
- Gorji, M. (2018). The survey job burnout status and its relation with the performance of the employees (Case study: Bank). *International Conference on Innovation, Management and Service*. URL: https://www.researchgate.net/publication/323934967_The_survey_job_burnout_status_and_its_relation_with_the_performance_of_the_employees_Case_study_Bank
- Maslach, C., Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology, 7*, 63–74.
- Maslach, C., Jackson, S. E. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behavior, 2*, 99–113.
- Pierce, C. M., Molloy, G. N. (1990). Relations between School Type, Occupational Stress, Role Perceptions and Social Support. *Australian Journal of Education, 34*, 330–338.
- Cai Chong Da, Chen Qiu Fan, Chen Xion Ping, Li Min, Xu Zhi Yuan, Xiong Tai Hang. (2020). *Burnout: Why We Don't Want to Work*. Oriental Publishing House.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ / INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Надежда Васильевна Мрвич — канд. филос. наук, доцент кафедры социально-гуманитарных наук и правовой информатики Северо-Западного института (филиала) Университета имени О. Е. Кутафина (МГЮА), г. Вологда, Россия.

Nadezhda V. Mrvich — Cand. Sci. (Philosophy), Associate Professor of the Department of Social and Humanitarian Sciences and Legal Informatics, the North-West Institute (branch) of Kutafin Moscow State Law University (MSLA), Vologda, Russia.

Ирина Станиславовна Косорукова — студент Северо-Западного института (филиала) Университета имени О. Е. Кутафина (МГЮА), г. Вологда, Россия.

Irina S. Kosorukova — Student of the North-West Institute (branch) of Kutafin Moscow State Law University (MSLA), Vologda, Russia.

Статья поступила в редакцию 28.06.2023;
одобрена после рецензирования 15.08.2023;
принята к публикации 21.08.2023.

The article was submitted 28.06.2023;
approved after reviewing 15.08.2023;
accepted for publication 21.08.2023.