

## АННОТАЦИЯ

Взаимосвязь профессионального выгорания и уровня тревожности с различными коппинг-стратегиями у адвокатов : аннотация к дипломной работе / Екатерина Александровна Саванович; Факультет философии и социальных наук, Кафедра социальной и организационной психологии; науч. рук. К.И. Татарко.

**Объект** исследования – коппинг-стратегии.

**Предмет** исследования – взаимосвязь профессионального выгорания и уровня тревожности с различными коппинг-стратегиями у адвокатов.

**Цель** исследования – охарактеризовать взаимосвязь профессионального выгорания и уровня тревожности с различными коппинг-стратегиями у адвокатов.

**Основные результаты.** В результате исследования взаимосвязи профессионального выгорания и уровня тревожности с различными коппинг-стратегиями у адвокатов установлено: существует положительная корреляционная связь между подавлением эмоций и уровнем психоэмоционального истощения. Это означает, что чем больше респонденты подавляют свои эмоции, тем выше вероятность развития психоэмоционального истощения. Кроме того, специалисты, испытывающие деперсонализацию в рамках профессионального выгорания, могут столкнуться с трудностями в сотрудничестве, сохранении самообладания и вступлении в социальный контакт. Это указывает на отрицательное влияние деперсонализации на межличностные взаимодействия и социальную адаптацию. Кроме того, редукция личных достижений также имеет отрицательную связь с установкой собственной ценности, оптимизмом, проблемным анализом и ассертивными действиями. Это означает, что сокращение значимости собственных достижений может негативно сказываться на самооценке, настрое на будущее, способности анализировать проблемы и эффективно взаимодействовать с окружающими. В целом, эти результаты подтверждают важность эмоциональной саморегуляции, удовлетворения потребностей и поддержки личных достижений для психического благополучия и профессионального функционирования.

Практическая значимость настоящего исследования заключается в поиске решения частной научной проблемы влияния тревожности на способы и методы преодоления личностью стрессовых ситуаций. Результаты, полученные в рамках настоящего исследования, могут найти практическое применение как в коррекционной работе со студентами, так и в процессе профессиональной подготовки адвокатов, в контексте формирования стрессоустойчивости и саморегуляции.

**Ключевые слова:** ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОАНИЕ, ТРЕВОЖНОСТЬ, КОПИНГ-СТРАТЕГИИ, АДВОКАТЫ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ У АДВОКАТОВ.

The relationship between professional burnout and the level of anxiety with various coping strategies among lawyers: abstract to the thesis / Ekaterina Aleksandrovna Savanovich; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of Social and Organizational Psychology; scientific hands K.I. Tatarko.

**Object** of research: coping strategies.

**Subject** of research: the relationship between professional burnout and anxiety levels with various coping strategies among lawyers.

**Purpose of research:** characterize the relationship between professional burnout and anxiety levels with various coping strategies among lawyers.

**The results.** As a result of a study of the relationship between professional burnout and the level of anxiety with various coping strategies among lawyers, it was established that there is a positive correlation between the suppression of emotions and the level of psycho-emotional exhaustion. This means that the more respondents suppress their emotions, the higher the likelihood of developing psycho-emotional exhaustion. Additionally, professionals experiencing depersonalization as part of burnout may experience difficulty collaborating, maintaining composure, and engaging in social interactions. This indicates the negative impact of depersonalization on interpersonal interactions and social adaptation. In addition, the reduction of personal achievements also has a negative relationship with self-worth, optimism, problem analysis and assertive actions. This means that reducing the importance of your own achievements can negatively affect your self-esteem, your outlook on the future, your ability to analyze problems and interact effectively with others. Overall, these results support the importance of emotional self-regulation, need satisfaction, and personal achievement support for mental well-being and occupational functioning.

The practical significance of this study lies in finding a solution to the particular scientific problem of the influence of anxiety on the ways and methods of an individual overcoming stressful situations. The results obtained in the framework of this study can find practical application both in correctional work with students and in the process of professional training of lawyers, in the context of developing stress resistance and self-regulation.

**Keywords:** PROFESSIONAL BURNOUT, ANXIETY, COPING STRATEGIES, LAWYERS, PROFESSIONAL BURNOUT IN LAWYERS.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Ананьев, Б.Г. Избранные труды по психологии: в 2 т. / Б.Г. Ананьев. – СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2007. – С. 272–284.
2. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. 3-е изд. – Санкт-Петербург: Лидер, 2010. – 282 с.
3. Анцыферова, Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т.15. – №1. – С.3-18.
4. Арутюнов, В.В. Управление персоналом: учеб. пособие / В.В. Арутюнов, И.В. Волынский. – Ростов-на-Дону, 2009. – 448с.
5. Асмолов, А.Г. Психология личности. Принципы общепсихологического анализа / М.: Издательство МГУ, 1990. – 382 с.
6. Бакурадзе, А. Мотивация: актуальные потребности и принципы их удовлетворения или компенсации / А. Бакурадзе, А. Джамулаев // Директор. – № 10. – 2007. – С. 18-21.
7. Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы / В.А. Бодров. - М.: ИП РАН, 1995. – 328 с.
8. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна; вступительная статья Д.И. Фельдштейна. – 3-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.
9. Большакова, Т.В. Личностные детерминанты и организационные факторы возникновения психического выгорания у медицинских работников / Т.В. Большакова. - дисс... на соиск. уч. степ. канд. психол. наук. - Ярославль: ЯГУ им. П. Г. Демидова, 2004. – 173 с.
10. Бушов, Ю.В. Психофизиологическая устойчивость человека в особых условиях деятельности. Оценка и прогноз. – Томск.: Изд-во Томского Университета, 1992. – 173 с.
11. Вилюнас, В.К. Психологические механизмы мотивации человека / В.К. Вилюнас. – М.: Изд-во МГУ, 2000. – 288 с.
12. Водопьянова, Н.Е. Профессиональное выгорание и ресурсы его преодоления / Н.Е. Водопьянова // Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. Питер, 2003. – 218 с.
13. Водопьянова, Н.Е. Психодиагностика стресса. Психологический практикум / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Изд-во Питер, 2008. – 430 с.
14. Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб.: Изд-во Питер, 2005. – 336 с.

15. Гребень, Н.Ф. Психологические тесты для профессионалов / Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ. шк., 2007. – 496 с.
16. Гринберг, Дж. Управление стрессом. / Дж. Гринберг. - 7-е изд. — СПб.: Питер, 2002. — 496 с:
17. Золотухина, Л.В. Синдром профессионального выгорания у психиатров и медперсонала психиатрических учреждений / Л.В. Золотухина, И.В. Шадрин // Проблемы исследования «синдрома выгорания» и пути его коррекции у специалистов «помогающих» профессий (в медицинской, психологической и педагогической практике): сб. науч. ст. / под ред. В.В. Лукьянова, С.А. Подсадного. – Курск: КГУ, 2007. – С. 62-65.
18. Игумнов, С.А. Психологические технологии управления стрессовыми состояниями у руководителя / С.А. Игумнов. – Мн.: Ред. – изд. центр Акад. Упр. при Президенте РБ, 2003. – 68 с.
19. Игумнов, С.А. Управление стрессом: современные психологические и медикаментозные подходы / С. А. Игумнов. – Санкт-Петербург: Речь, 2007. – 107 с.
20. Келли, Дж. А. Теории Личности / Дж. А. Келли. – СПб.: Речь, 2000. – 249 с.
21. Климов, Е.А. Образ мира в разнотипных профессиях / Е.А. Климов. – М.: Из-во МГУ, 1995. – 224 с.
22. Ковалев, С.В. Психотерапия личной истории. Психотехнологии изменения прошлого и создания будущего / С.В. Ковалев. – М.: МПСИ, 2008. – 232 с.
23. Козелецкий, Ю. Человек многомерный: психологическое эссе / Ю. Козелецкий. – пер. с польского С.А. Чачко. – Киев: Лыбидь, 1991. – 285 с.
24. Кон, И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 2001. – 335 с.
25. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б.И. Кочубей, Е.В. Новикова. – М.: Знание, 1988. – 80 с.
26. Кузьмина, Ю.М. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности специалистов социальной работы: проявления и профилактика: монография / Ю.М. Кузьмина. – Казань, 2007. – 154 с.
27. Леонова, А.Б. Стресс и копинг-поведение: факторы развития профессионально-личностных деформаций / А.Б. Леонова // Психология стресса и совладающего поведения: материалы III Междунар. науч.-практ. конф.; Кострома, 26-28 сент. 2013г.: в 2 т. / отв. ред.: Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. – Т. 2. –С. 122– 124.
28. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы, эмоции / А.Н. Леонтьев. – М.: Просвещение, 1991. – 356 с.

29. Лозинская, Е.И. Системный индекс синдрома перегорания / Е.И. Лозинская, Н.Б. Лутова, В. Д. Вид. – СПб.: НИПНИ им. Бехтерева, 2007. – 19 с.
30. Магомед-Эминов, М.Ш. Мотивация достижения: структура и механизмы / М.Ш. Магомед-Эминов. – М.: «Психодиагностика», 2001. – 345 с.
31. Мэй Р. Смысл тревоги / Р.Мэй. – М.: «Академия», 2001. – 384 с.
32. Нартова-Бочавер, С. К. «Coping behavior» / С. К. Бочавер-Нартова // Психол. журн. – 2003. – № 2. – С. 19–24.
33. Орёл, В.Е. Профессиональные деструкции: проблема взаимосвязи / В.Е. Орёл, Ю.П. Поваренков, О.Ю. Лебедева // Ярославский психологический вестник. – Вып. 26. – М.-Ярославль : Изд-во «Аверс Плюс», 2010. – С. 127-131.
34. Орёл, В.Е. Синдром «психического выгорания» и стилевые особенности поведения и деятельности профессионала / В.Е. Орёл // Сибирский психологический журнал. – 2006. – № 23. – С. 33-39.
35. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / М.А. Прихожан. – Воронеж: НПО «МОДЕК», 2007. – 304 с.
36. Савчин, М.В. Возрастная психология / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – К.: Академвидав, 2006. – 360 с.
37. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Книга по Требованию, 2015. – 66 с.
38. Совладающее поведение: теория, диагностика и результаты исследований: пособие / С.С. Гончарова, В.И. Слепкова. – Минск: БГПУ, 2010. – 200 с.
39. Современные проблемы исследования синдрома выгорания у специалистов коммуникативных профессий: коллективная монография / Курский гос. ун-т; под ред. В.В. Лукьянова и [др]. – Курский ун-т, 2008. – 333 с.
40. Соколова, Э.А. Психологические проблемы человека и социальной группы / Э.А. Соколова. – Гомель: ГГУ, 2012. – 229 с.
41. Солодухо, В.В. Издержки педагогической деятельности и необходимость профилактики профессионального выгорания у студентов в период обучения в педагогическом университете / В.В. Солодухо // Педагогическое образование и наука: история и современность: материалы Респ. науч.-практ. конф., Минск, 21 окт., 2009 г.: в 2 ч. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. П.Д. Кухарчик, В.В. Бущик, А.И. Андарало и др. – Минск, 2009. – Ч.2. – С. 137-139.

42. Тревога и тревожность. Хрестоматия / Сост. и общая редакция В. М. Астапова. – ПЕР СЭ; Москва; 2008 – 584 с.
43. Фонарев А.Г. Формы становления личности в процессе ее профессионализации / А.Г. Фонарев // Вопросы психологии. - 1997, № 2. - С. 36-39.
44. Форманюк, Т. В. Синдром эмоционального сгорания как показатель профессиональной дезадаптации учителя / Т. В. Форманюк // Вопросы психологии. – М.: Школа-Пресс, 1994. – № 6. – 57–63 с.
45. Фурманова Н.В. Сравнительный анализ адаптивной и дезадаптивной личности в период ранней взрослости / Н.В. Фурманова // Психологический журнал. – 2006. – № 1. – С. 33–39.
46. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / К. Хорни, пер. с англ., общ. ред. Г. Бурменской. – М.: Изд. группа «Прогресс – Универс», 1993. – 284 с.
47. Энциклопедия глубинной психологии. Том 1: Зигмунд Фрейд: жизнь, работа, наследие / Пер. с нем.; Общ. ред. А. Боковикова. – М.: ЗАО МГ Менеджмент, 1998. – С. 520–532.
48. Юдчиц, Ю.А. К проблеме профессиональной деформации / Ю.А. Юдчиц // Журнал практического психолога. 1998 г., N 7. – С. 28 – 29.
49. Якуб, А. С. Связь тревожности с мотивацией достижения успеха и избегания неудач (женский аспект проблемы) / А.С. Якуб, Л.Л. Абелита, Д.А. Ширяев // Молодой ученый. — 2011. – №9. – С. 174–180.
50. Coping with hidden food allergies // Prevention. – №7. – 1975. – pp. 81-89.
51. Handbook of studies on anxiety / Eds: G. Burrows and Davies, Elsevier North-Holland Biomedical Press, Amsterdam-New York-Oxford, 1980. – pp. 21–36.
52. Professional burnout: recent developments in theory and research /Ed. W.B. Schaufeli, C. Maslach, T. Marek. Washington, DC: Taylor & Francis, 1993. – 299 p. Rycroft, Ch. Anxiety and Neurosis / Ch. Rycroft – Allen Lane, the Penguin Press. – London, 1968. – pp. 1–15.
53. Schaufeli, W.B. Burnout: 35 years of research and practice / W.B. Schaufeli, M.P. Leiter, C. Maslach. – Career Development International, – Vol. 14. – № 3. – pp. 204-220.
54. Schaufeli, W.B. Burnout and engagement at work as a function of demands and control / W. B. Schaufeli, A.B. Bakker // Scandinavian Journal of Work, Environment and Health. – 2001. – V. 27. – pp. 279-286.