УДК 159.944.4:34-051(477)

https://doi.org/10.68134/ah.2026-11-20.063

Назимко Валерія
студент, Дніпровський національний університет внутрішніх справ

ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЮРИСТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МОРАЛЬНОГО ДИСТРЕСУ, ПРОФЕСІЙНОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ПІДТРИМКИ

Анотація. Професійне вигорання юристів в умовах воєнного стану в Україні становить складне соціально-психологічне явище, що формується внаслідок тривалого впливу професійних стресорів, морально-етичних суперечностей та підвищеного психоемоційного навантаження. Особливості юридичної діяльності в умовах війни характеризуються необхідністю ухвалення відповідальних рішень за обмеженості часових, інформаційних і матеріальних ресурсів. Важливим психологічним чинником формування вигорання виступає моральний дистрес, який виникає за обставин усвідомлення фахівцем етично обґрунтованого способу дій, реалізація якого обмежується нормативними, організаційними або ситуаційними чинниками. Професійна самоефективність є важливим особистісним ресурсом, який характеризує переконаність юриста у власній здатності успішно виконувати професійні завдання та долати труднощі. Організаційна підтримка виступає одним із ключових чинників профілактики вигорання, охоплюючи справедливий розподіл службових обов'язків, доступність психологічної допомоги та підтримку з боку керівництва. Взаємозв'язок морального дистресу, професійної самоефективності та організаційної підтримки розглядається як багатофакторна психологічна модель. Ефективна профілактика вигорання повинна ґрунтуватися на комплексному поєднанні розвитку професійної самоефективності, зменшення впливу морального дистресу та формування системної організаційної підтримки.

Ключові слова: професійне вигорання, юристи, моральний дистрес, професійна самоефективність, організаційна підтримка, воєнний стан, емоційне виснаження.

Abstract. Professional burnout among lawyers under martial law in Ukraine represents a complex socio-psychological phenomenon shaped by prolonged exposure to professional stressors, moral-ethical contradictions, and heightened psychoemotional pressure. The specifics of legal practice in wartime are characterised by the need to make responsible decisions under constraints of time, information, and material resources. Moral distress is an important psychological factor in burnout formation, arising when a specialist recognises an ethically justified course of action that is restricted by regulatory, organisational, or situational factors. Professional self-efficacy serves as a key personal resource reflecting a lawyer's belief in their ability to perform professional tasks and overcome difficulties. Organisational support is one of the principal factors in burnout prevention, encompassing fair distribution of duties, access to psychological assistance, and managerial support. The interrelation of moral distress, professional self-efficacy, and organisational support is conceptualised as a multifactorial psychological model. Effective burnout prevention should be based on a comprehensive combination of developing professional self-efficacy, reducing the impact of moral distress, and building systemic organisational support.

Keywords: professional burnout, lawyers, moral distress, professional self-efficacy, organisational support, martial law, emotional exhaustion.

Вступ

Професійне вигорання юристів в умовах воєнного стану в Україні становить складне соціально-психологічне явище, що формується внаслідок тривалого впливу професійних стресорів, морально-етичних суперечностей та підвищеного психоемоційного навантаження. Особливості юридичної діяльності в умовах війни характеризуються необхідністю ухвалення відповідальних рішень за обмеженості часових, інформаційних і матеріальних ресурсів, що істотно підвищує ризик розвитку емоційного виснаження. Найбільш виражені психологічні

навантаження можуть спостерігатися серед адвокатів, прокурорів, суддів, слідчих та інших фахівців, професійна діяльність яких безпосередньо пов'язана з розслідуванням воєнних злочинів, захистом прав потерпілих, документуванням фактів насильства й опрацюванням матеріалів, що містять травматичну інформацію.

Проблематика професійного вигорання є предметом досліджень вітчизняних науковців, які розглядають її психологічні, соціальні та організаційні аспекти. Зокрема, А. Білецька та М. Палєєва досліджували соціально-психологічні чинники професійного вигорання офісних працівників, наголошуючи на значенні стресостійкості та особистісних ресурсів [1]. Н. Євдокимова та І. Козак проаналізували емоційне вигорання адвокатів, встановивши особливості його проявів залежно від віку та професійного досвіду [2]. А. Кузьмінський і Н. Тимошенко обґрунтували важливість організаційної підтримки, психологічної стійкості та профілактики психосоматичного виснаження [3]. І. Поспелова та А. Колеснікова дослідили емоційні прояви професійного вигорання працівників банківського сектору, акцентуючи увагу на емоційному виснаженні та зниженні професійної ефективності [4].

Професійне вигорання в таких умовах проявляється через емоційне виснаження, психологічне дистанціювання від професійних обов'язків, зниження мотивації та суб'єктивного відчуття професійної результативності. Водночас аналіз психологічних механізмів формування вигорання свідчить, що його виникнення не обмежується інтенсивністю робочого навантаження, оскільки визначальне значення мають характер моральних переживань, рівень професійної самоефективності та доступність організаційних ресурсів. Саме тому професійне вигорання юристів доцільно розглядати як результат тривалого дисбалансу між професійними вимогами, індивідуальними психологічними можливостями та рівнем підтримки з боку професійного середовища [1, с. 6].

Результати та обговорення

Важливим психологічним чинником формування професійного вигорання юристів виступає моральний дистрес, який виникає за обставин усвідомлення фахівцем етично обґрунтованого способу дій, реалізація якого обмежується нормативними, організаційними або ситуаційними чинниками. В умовах війни моральний дистрес може посилюватися через необхідність працювати зі справами, пов'язаними із загибеллю цивільного населення, порушенням прав військовослужбовців, примусовим переміщенням осіб та іншими наслідками збройної агресії. Наприклад, адвокат, який здійснює представництво потерпілих від воєнних злочинів, може переживати почуття безсилля через неможливість оперативного відновлення порушених прав, тоді як прокурор може відчувати моральне напруження внаслідок необхідності ухвалення складних процесуальних рішень за недостатності доказової інформації [4, с. 33].

Професійна самоефективність є важливим особистісним ресурсом, який характеризує переконаність юриста у власній здатності успішно виконувати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення та долати труднощі, пов'язані зі специфікою юридичної діяльності. В умовах воєнного стану високий рівень професійної самоефективності може сприяти збереженню психологічної стійкості, підтриманню мотивації та використанню конструктивних стратегій подолання стресових ситуацій. Зокрема, юристи, які позитивно оцінюють власну професійну компетентність, можуть демонструвати більшу впевненість під час роботи з травматичними матеріалами, підготовки процесуальних документів та ухвалення рішень в умовах правової невизначеності. Водночас взаємозв'язок професійної самоефективності та вигорання не є однозначним, оскільки надмірна впевненість у власних можливостях за високого рівня відповідальності може супроводжуватися схильністю до професійного перевантаження, ігноруванням потреби у відпочинку та небажанням звертатися по психологічну допомогу. У зв'язку із цим професійну самоефективність необхідно аналізувати не ізольовано, а в контексті доступних організаційних ресурсів і фактичного обсягу професійних вимог. Теоретично обґрунтованим є припущення, що висока самоефективність може послаблювати

взаємозв'язок між моральним дистресом та емоційним виснаженням, однак за умов тривалого дефіциту ресурсів її захисний потенціал знижується. Отже, підтримання оптимального рівня професійної самоефективності має поєднуватися з формуванням навичок саморегуляції, реалістичної оцінки власних можливостей та своєчасного відновлення психологічних ресурсів [2, с. 210].

Організаційна підтримка виступає одним із ключових чинників профілактики професійного вигорання юристів, оскільки визначає можливості зниження професійного навантаження, подолання морального дистресу та збереження професійної самоефективності. Її зміст охоплює справедливий розподіл службових обов'язків, доступність психологічної допомоги, підтримку з боку керівництва, можливість професійного обговорення складних випадків, забезпечення належних умов праці та дотримання режиму відпочинку. В умовах війни особливого значення набувають психологічні консультації для працівників юридичної сфери, групові супервізії, програми профілактики вторинної травматизації та механізми підтримки фахівців, які систематично працюють із матеріалами воєнних злочинів. З аналітичної позиції взаємозв'язок морального дистресу, професійної самоефективності та організаційної підтримки можна представити як багатофакторну психологічну модель, у межах якої моральний дистрес виступає чинником ризику професійного вигорання, самоефективність – особистісним ресурсом його подолання, а організаційна підтримка – зовнішнім ресурсом, здатним зменшувати негативний вплив професійних стресорів [3, с. 101].

Отже, ефективна профілактика професійного вигорання юристів в умовах війни повинна ґрунтуватися на комплексному поєднанні розвитку професійної самоефективності, зменшення впливу морального дистресу та формування системної організаційної підтримки. Зокрема, за однакового рівня морального дистресу юристи, які отримують систематичну підтримку керівництва, мають можливість обговорювати етичні труднощі та користуватися психологічною допомогою, потенційно можуть демонструвати нижчий рівень емоційного виснаження порівняно з фахівцями, які працюють в умовах організаційної ізоляції. Перевірка такого припущення потребує емпіричного дослідження із застосуванням стандартизованих психологічних методик та статистичного аналізу взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Список використаних джерел

1. Білецька А., Палєєва М. Соціально-психологічні особливості професійного вигорання офісних працівників. Наукові праці міжрегіональної академії управління персоналом. психологія. 2023. № 4(60). С. 5–9. DOI: 10.32689/maup.psych.2023.4.1

2. Євдокимова Н., Козак І. Емоційне вигорання адвокатів: емпіричне вивчення динаміки, психодіагностичних аспектів та вибірки респондентів. Scientific notes of taurida national V.I. vernadsky university, series psychology. 2025. № 2. С. 206–213.

3. Кузьмінський А. І., Тимошенко Н. В. Організаційно-методичні умови формування резистентності психосоматичному вигоранню менеджера освіти. Наукові записки. 2025. № 160. С. 93–103. DOI: 10.31392/nz-udu-160.2025.12

4. Поспелова І., Анна К. Емоційні прояви професійного вигорання працівників банківського сектору. Наукові праці міжрегіональної академії управління персоналом. психологія. 2023. № 1(57). С. 29–34. DOI: 10.32689/maup.psych.2023.1.5