
Научно-практические рекомендации по профилактике эмоционального выгорания у судей

Попова Т.В., выпускник факультета юридической психологии, ФГБОУ ВПО МГППУ
(tatyana9197@yandex.ru)

Калашникова А.С., кандидат психологических наук, старший научный сотрудник
лаборатории психологии, ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр
психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского» Министерства здравоохранения
Российской Федерации; доцент кафедры клинической и судебной психологии
факультета юридической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ (kaspsy@mail.ru)

В статье анализируется специфика судебной деятельности, подразумевающая принятие судебных решений путем тщательного анализа имеющихся альтернатив с опорой на знания закона и собственный опыт. При этом отмечается, что готовность к риску в ситуации неопределенности в совокупности с высокой нагрузкой, а также индивидуально-психологическими особенностями судьи может приводить к формированию эмоционального выгорания, что, в свою очередь, определяет появление судебных ошибок. На основании исследования психологических особенностей процесса принятия решения в профессиональной деятельности 41 судьи из разных городов РФ (все судьи мужского пола в возрасте 30–54 лет (средний возраст – 40 лет), с профессиональным стажем от 3 до 32 лет (средний стаж – 13 лет), представлены научно-практические рекомендации по профилактике эмоционального выгорания у судей и оптимизации профессиональной деятельности суда в целях предотвращения судебных ошибок.

Ключевые слова: судьи, судебные ошибки, психология профессиональной деятельности судей, копинг-стратегии, эмоциональное выгорание, готовность к риску, ситуации неопределенности.

Для цитаты:

Попова Т.В., Калашникова А.С. Научно-практические рекомендации по профилактике эмоционального выгорания у судей. [Электронный ресурс] // Психология и право. 2018(8). № 1. С. 119-127.
doi: 10.17759/psylaw.2018080109

For citation:

Popova T.V., Kalashnikova A.S. Scientific and practical recommendations for the prevention of emotional burnout among judge. [Elektronnyi resurs]. Psikhologiya i pravo [Psychology and Law], 2018(8), no. 1. pp.119-127.

doi: 10.17759/psylaw.2018080109

Процесс принятия решения, как один из фундаментальных вопросов психологии, ставит перед исследователями задачу прикладной оптимизации профессиональной деятельности и отбора кандидатов. Считается, что процесс принятия решения в особенности важен в профессиях, связанных с высокой ответственностью и интеллектуальной нагрузкой. Таковой можно считать и профессию судьи. Вся судебная система, ее стабильность и эффективность связаны и зависят в первую очередь от эффективной профессиональной деятельности судей.

Конечная цель уголовного судопроизводства – это выяснение фактических обстоятельств совершения преступления, а именно, достижение истины [10]. В судебной практике правовые факторы, влияющие на принятие решения судьей, отражены в законодательстве, неправовые факторы, предполагающие в первую очередь саму личность судьи и внешние условия формирования решения, не регламентированы [7]. Так, анализ судебной практики показывает, что судьи при назначении наказаний часто используют смягчающие обстоятельства, которые не регламентированы законом. Г.И. Чечель в своем исследовании установил, что в 80,3% случаев назначения наказания отмечается опора судьи на смягчающие обстоятельства, не указанные в законе [5]. Аналогичные данные были получены при изучении судебных решений по уголовным делам за 2000–2005 гг. Уральского, Западно-Сибирского и Восточно-Сибирского регионов РФ. Так, из пяти тысяч в 76% случаев судьи ссылались на смягчающие обстоятельства, которые прямо не указаны в ч. 1 ст. 60 УК РФ [5]. Таким образом, очевидно, что закон не в полной мере контролирует деятельность суда, а, следовательно, возрастает актуальность исследования психологии принятия решения судьями с целью предотвращения явления судебной ошибки и факторов, способствующих его возникновению.

В то же время уровень психологической нагрузки, которую испытывает судья в своей профессиональной деятельности, связан не только с ожиданиями его справедливого и безошибочного решения, но и с особенностями самого процесса принятия решения, условиями, в которых он разворачивается, а также индивидуально-психологическими особенностями самого судьи, его физическим и психическим состоянием на момент судебного заседания и т. д. Вкупе с высокой нагрузкой, связанной с организационными аспектами деятельности судьи, это может приводить к формированию эмоционального выгорания. Последнее же напрямую влияет на способность судьи эффективно действовать в рамках процесса принятия решения.

Говоря об эмоциональном напряжении, следует отметить, что судьи работают в ситуации неопределенности и вынуждены принимать решения после тщательного анализа имеющихся альтернатив с опорой на знания закона и собственный опыт. Эмоциональное напряжение в этом случае изначально сопровождает весь судебный процесс. Риск как следствие ситуации неопределенности, к сожалению, является неотъемлемой частью процесса принятия решения в судопроизводстве. Это связано с тем, что закон не учитывает того факта, что в объективной деятельности суда слишком много субъективного. Такой парадокс сам по себе является стрессогенной ситуацией, с которой судья вынужден справляться на протяжении всей профессиональной деятельности. Это усугубляется тем, что в большинстве своем судьи не готовы к риску при принятии решений в силу своих индивидуально-психологических особенностей и, что не менее важно, в силу специфики

профессии, так как рациональность в этой сфере – залог успеха. Так, судьи вынуждены затрачивать огромное количество энергии для принятия решения в ситуации неопределенности. Из этого следует, что процесс принятия решения в профессиональной деятельности судей отличается специфическим своеобразием, которое требует более тщательного исследования.

Вместе с тем современные юристы все чаще сталкиваются с наличием пробелов в исследованиях механизма принятия решения в судопроизводстве, которые могут быть заполнены с помощью психологических знаний, хотя на сегодняшний день таких работ все еще немного. Так, С.А. Пашин одной из причин судебной ошибки определял профессиональную непригодность. В данном случае речь идет не только о слабом теоретическом уровне подготовки судьи, но и о наличии психологических факторов, способствующих увеличению вероятности совершения ошибки [8]. К таким факторам наиболее правомерно было бы отнести явление профессионального выгорания у судей. Другой автор Г.И. Бушуев пишет, что принятие решения судьей происходит вследствие взаимодействия имеющихся у него знаний, опыта с его личностными особенностями, установками, убеждениями и позицией [1]. Многие из таких психологических конструктов актуализируются и обостряются в ситуации неопределенности. Например, в случае, когда судья в ходе судебного заседания не находит альтернативы, исключающей разумные сомнения, у него увеличивается уровень тревожности, что в свою очередь влияет на продуктивность волевой активности судьи, увеличивает шанс судебной ошибки. Так, С.З. Гусейнов отмечает, что в судебном заседании частым явлением считаются случаи, когда предъявляемая информация со стороны обвинения «не учитывается законом, но способна оказать психологическое воздействие на суд (например, фотографии с места происшествия), помешав объективно оценивать факты, принимая решение» [4]. Таким образом, можно сделать вывод, что на повышение или снижение вероятности судебной ошибки влияют личностные особенности судьи. При этом, несмотря на то, что с 1992 г. действует Закон РФ «О статусе судей в Российской Федерации», как попытка регламентации наличия необходимых личностных качеств у судьи [6], по результатам исследований Н.В. Радутной обнаруживается несовершенство данного закона. Судьи при анкетировании отмечают гораздо большее количество важных положительных профессиональных качеств, отмечая при этом и те, которые они считают нежелательными для успешной профессиональной деятельности [9].

С другой стороны, анализируя исследования других авторов, можно сделать вывод, что при увеличении стажа работы у судей увеличивается и их чувствительность к эмоциональным компонентам профессиональной деятельности [2]. В ходе таких наблюдений можно отчетливо заметить признаки формирования эмоционального выгорания. Так, в исследовании Ю.Н. Тарасовой отмечается, что с нарастанием стажа и опыта у судей формируются такие симптомы, как «переживание психотравмирующих обстоятельств», «неадекватное избирательное эмоциональное реагирование», «эмоциональная отстраненность», «личностная отстраненность» [11]. Вместе с тем, важным является и то, что более 60% судей систематически прибегают к медикаментозным способам снятия эмоционального напряжения, используя успокоительные препараты [3].

Таким образом, несмотря на немногочисленность психологических работ по анализу деятельности судей, психологические исследования являются отправной точкой для повышения эффективности, независимости судебной системы, а также для повышения профессиональной психологической компетентности судей. В настоящем исследовании при

выявлении психологических особенностей процесса принятия решения судьями стало возможным разработать научно-практические рекомендации по профилактике профессионального выгорания судей, а также такого явления, как судебная ошибка, которые могут быть использованы при составлении программ психологического сопровождения судей, внедрены в функционирующую систему судопроизводства.

Представленные в данной статье рекомендации основываются на результатах психологической диагностики 41 судьи из различных городов РФ. Все судьи – мужского пола в возрасте 30–54 лет (средний возраст – 40 лет), с профессиональным стажем от 3 до 32 лет (средний стаж – 13 лет). Исследование проводилось с помощью диагностики уровня эмоционального выгорания (В.В. Бойко), а также диагностики толерантности–интолерантности к неопределенности (апробация Т.В. Корниловой), личностных факторов принятия решения (ЛФР-25) (Т.В. Корнилова), диагностики уровня креативности (Краткий тест Торранса. Фигурная форма), а также диагностики копинг–поведения (Э. Хайм). Результаты исследования были проанализированы с использованием коэффициента корреляции Спирмена и построением корреляционных плеяд.

Согласно полученным данным, несмотря на то, что все судьи являются действующими, многие из них обнаруживают признаки (порой выраженные) эмоционального выгорания. Так, 38% (16 человек) находятся на стадии «напряжение», 83% (34 человек) – в фазе «резистенция» (причем 27% выборки (11 человек) обнаруживают неадекватное избирательное эмоциональное реагирование, в основном в сочетании с редукцией профессиональных обязанностей (7 человек)), 49% всей выборки (20 человек) обнаруживают повышение баллов по некоторым признакам в фазе «истощение».

Вместе с тем подавляющее число судей (95%, 40 человек) не склонны к креативности и перед принятием решений стремятся к скрупулезному обдумыванию всех имеющихся альтернатив, достигая при этом максимальной ориентации в сложившейся ситуации для устранения сомнений и снижения вероятности судебной ошибки. При этом большая часть выборки судей (61%, 25 человек) обнаруживают непринятие ситуации неопределенности, склонны к дихотомическому восприятию способов принятия решений (правильные–неправильные). Эти судьи стремятся анализировать поступающую информацию, имеющиеся альтернативы и принимать решения уже выработанными ими способами. А 28% всей выборки (16 человек) склонны к отрицанию возможности риска при принятии решений, что говорит об отсутствии готовности судьи к принятию решений на основе интуиции, на основе собственного опыта. Использование неадаптивных копинг-стратегий встречалось у 23% (9 человек) в когнитивной, у 11% (4 человек) в эмоциональной и у 17% (6 человек) в поведенческой сфере.

Полученные путем корреляционного анализа данные легли в основу создания настоящих научно-практических рекомендаций профилактики эмоционального выгорания у судей, причем особое место в них занимает показатель профессионального стажа трудовой деятельности.

Итак, первичным этапом научно-практических рекомендаций по профилактике судебных ошибок и профессионального выгорания является своевременная диагностика. Так, выявление признаков эмоционального выгорания позволит выделить группу риска в коллективе судей и на основании имеющихся данных составить индивидуальные и (или) групповые рекомендации по формам работы. Наибольшим профилактическим эффектом

будет обладать постоянное психологическое сопровождение, целью которого является повышение эффективности сопровождаемой деятельности. Как было продемонстрировано выше, юриспруденция предполагает взаимодействие судьи лишь с законом, не принимая во внимание, что в зале суда судья взаимодействует в первую очередь с людьми. Это является упущением, которое с успехом можно восполнить психологическими знаниями. Так, одной из важных задач профилактики судебных ошибок является формирование навыков совладания со стрессом у судей, а также поиск ресурсов для преодоления трудных ситуаций. Формат тренинга не предусмотрен в нынешней профессиональной сфере судей, как и сопровождение психологом в целом. Поэтому, безусловно, необходимо корректировать имеющиеся условия труда у судей, уделяя особое внимание психологической составляющей их профессиональной деятельности. Тем не менее, на первых этапах возможно внедрение психологического просвещения, так как очевидно, что профессия судьи находится на стыке юридических знаний и психологических компетенций. Развитие психологических знаний у судей о явлении эмоционального выгорания, его признаках, факторах, способствующих ему, и, напротив, препятствующих, является также одной из наиболее эффективных профилактических мер. В этом же ключе представляется возможным развитие представлений у судей о деятельности психолога, о видах психологической помощи, которую судьи могут получить.

Второй этап включает учет стажа профессиональной деятельности, в связи с тем, что в каждый из своих периодов он имеет свои особенности.

1. Согласно полученным результатам, наиболее продуктивны и благополучны в психологическом аспекте судьи со стажем от пяти до пятнадцати лет. В этот период судьи обладают гибкостью в отношении неопределенности при принятии решений, способны обращаться к рациональному исследованию имеющихся альтернатив, не исключая обращение к собственным ощущениям и опыту для оценки эффективности и справедливости принимаемого решения. Однако очевидно, что в начале профессиональной деятельности специалист может испытывать значительные трудности с адаптацией. Недостаточность опыта, неуверенность и сомнения так или иначе играют свою роль в психологическом состоянии молодого судьи. Согласно результатам нашего исследования, молодые судьи находятся в состоянии сильного напряжения, вынуждены затрачивать на порядок большее количество энергии и сил при сопротивлении стрессу. Да, они не испытывают какого-либо дискомфорта в ситуации неопределенности в отличие от «старших» судей, но в меньшей степени склонны контролировать свое состояние и рискуют потерять самообладание в стрессовых ситуациях. Исходя из этого, навыки сопротивления стрессу могут сформироваться как продуктивные, так и неадаптивные. Вместе с тем, учитывая тенденцию к толерантности к неопределенности у молодых судей, следует посвятить некоторое время и развитию навыков самоконтроля. Психологическое сопровождение, просвещение, тренинги в данном случае являются неотъемлемой частью профилактики эмоционального выгорания.

2. Готовность к риску, как один из важных аспектов принятия решения у судей, является также темой, требующей внимания психологов. Очевидно, что в сочетании с рациональностью готовность к риску проявляется в лучших для судебной деятельности качествах. Такие судьи способны опираться на собственную интуицию, опыт при принятии решений, не игнорируя тщательного рационального исследования имеющихся альтернатив. Такой подход представляется наиболее актуальным в ситуации неопределенности, когда судья вынужден принимать решения лишь с частичной опорой на закон, т. е. по совести, по

собственным субъективным представлениям. Такое положение вещей можно наблюдать лишь у судей, чей стаж не превышает пяти лет. Казалось бы, очевидной была бы эффективность такой позиции у судей с большим опытом работы. Именно в этом ключе представляется возможной развивающая деятельность (тренинг) со «старшими» судьями. После пятнадцати лет стажа судьи не готовы опираться на интуицию, свои ощущения и предпочитают тщательно анализировать имеющиеся альтернативы согласно закону и в меньшей степени обращаются к собственному опыту. Уровень стрессогенности ситуации неопределенности в этом случае возрастает и общее эмоциональное состояние поддерживается с помощью усиленного удовлетворения иных потребностей, которые гарантируют появление положительных эмоций, тем самым компенсируя неудовлетворенность от разрешения актуальных проблем. Развитие гибкости в рамках принятия решений, а именно ориентация на поиск новых путей преодоления трудностей в случае неопределенности, можно начинать с развития креативного мышления. В нашем исследовании креативность, даже в минимальных проявлениях, предотвращает использование судьями непродуктивных поведенческих копинг-стратегий. В то же время грамотно структурированный материал может стать и психотерапевтическим инструментом в профилактике эмоционального выгорания.

3. Ощущение дискомфорта в ситуации неопределенности фактически является «пусковым механизмом» для успешного решения судьей поставленной задачи. Изначально судья находится в ситуации, когда его решение должно быть принято по результатам тщательного отбора альтернатив и может оказаться верным или, напротив, неверным и отмененным в вышестоящей инстанции. Однако высокий уровень интолерантности все же представляется сильным стрессогенным фактором и может лишь увеличить риск судебной ошибки. В качестве профилактики могут быть предложены мероприятия по развитию стрессоустойчивости, навыков снятия напряжения (в том числе и при общении с другими людьми), навыков рефлексии. Особенно важным психологическое сопровождение представляется для судей, чей стаж приближается к тридцатилетнему. В этот период риск развития эмоционального выгорания наиболее высокий. После тридцати лет профессиональной деятельности судьи в большей степени склонны к подавлению собственных эмоций, активному избеганию переживаний в стрессовой ситуации, склонны оценивать сложившиеся трудности как несущественные, не требующие внимания, не влияющие на общее благополучие, стараться сохранять подобие беззаботности. Кроме психологического сопровождения в этот период судьи могут нуждаться и в медицинской помощи, так как отмечается прием медикаментозных средств для устранения последствий стресса. Кроме того, важной профилактической мерой может стать оптимизация внерабочего досуга в коллективе судей, что также является способом релаксации, снятия напряжения.

Таким образом, на основе проведенного исследования психологических особенностей принятия решений профессиональными судьями можно сделать следующий вывод: при реализации профилактических мероприятий, помимо своевременной диагностики признаков эмоционального выгорания, в первую очередь следует опираться на профессиональный стаж судей. Так, в первые пять лет профессиональной деятельности судей следует обращать внимание на развитие у них навыков самоконтроля, повышение адаптации. Стаж от пяти до пятнадцати лет предполагает развитие навыков рефлексии, саморелаксации. После пятнадцати лет актуальным представляется развитие стрессоустойчивости, организация индивидуального психологического сопровождения. При работе с судьями с высоким профессиональным стажем (более 20 лет) наиболее актуальны

развитие гибкости, ориентация на поиск новых путей преодоления трудностей в случае неопределенности, развитие стрессоустойчивости, навыков снятия напряжения (в том числе и при общении с другими людьми). Кроме психологического сопровождения в этот период судьи могут нуждаться и в медицинской помощи, так как отмечается прием медикаментозных средств для устранения последствий стресса.

Литература

1. Абушенко Д.Б. Судебное усмотрение в гражданском и арбитражном процессе. М.: Норма, 2002. 176 с.
2. Баканова А.А. Психологические особенности профессиональной деятельности судей арбитражного суда [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2010. № 1. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2010/n1/26657.shtml (дата обращения: 11.09.2017).
3. Буньков В.М., Лукманов М.С., Сумароков И.А. Судьи работают на износ, в судах нужны кабинеты психологической разгрузки // Российская юстиция. 2009. № 8. С. 31–45.
4. Гусейнов С.З. К вопросу закрепления понятия «несправедливое предубеждение» в российском законодательстве // Инновационная наука. 2017. № 1. С. 140–142.
5. Дядькин Д.С. Теоретико-методологические основы назначения уголовного наказания: монография. М.: Спутник, 2016. 342 с.
6. Закон РФ от 26.06.1992 № 3132-1 (ред. от 28.12.2016) «О статусе судей в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ, 26.06.1992. № 30. ст. 1792.
7. Кашанина Т.В. Юридическая техника: учебник. М.: Эксмо, 2007. 404 с.
8. Посохина И.В. К вопросу о классификации судебных ошибок // Криминалистика. 2011. № 1. С. 89–95.
9. Радутная Н.В. Этика судьи. М.: Юридический центр-Пресс, 2002. 166 с.
10. Стельмах В.Ю. Характер истины в уголовном судопроизводстве // Вестник Томского государственного университета // Право. 2016. № 3. С. 75–89.
11. Тарасова Ю.Н., Набоков Н.Л. Анализ стратегий копинг поведения федеральных судей с помощью теста «SACS» и их взаимосвязь с профессиональной успешностью // Материалы международной научно-практической конференции «Медико-психологическая реабилитация: теория и практика, технологии и перспективы». Санкт-Петербург: МИРВЧ, 2004. С. 184–185.

Scientific and practical recommendations for the prevention of emotional burnout among judges

Popova T.V. graduate of the Department of Legal Psychology, Moscow State University of Psychology and Education (tatyana9197@yandex.ru)

Kalashnikova A.S., PhD, associate Professor of Clinical and Forensic psychology, Department of Legal Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, senior researcher, Federal Medical Research Center for Psychiatry and Addiction of the Ministry of Health of the Russian Federation, (kaspsy@mail.ru)

The article analyzes the specifics of judicial activity involving the judicial decisions through scrupulous analysis of available alternatives based on knowledge of the law and their own experience. It is noted that the willingness to take risks in situations of uncertainty combined with the high load, as well as individual psychological characteristics of the judge can lead to the formation of emotional burnout, which in turn, can cause miscarriages of justice. Based on the study of the psychological characteristics of the decision-making process in professional activities of 41 judges from different cities of the Russian Federation (all judges are males 30-54 years old (mean age 40 years); with professional experience from 3 to 32 years (average experience 13 years)) presents research-based recommendations for the prevention of emotional burnout among judges and optimizing the professional activities of the court to prevent miscarriages of justice.

Key words: judges, judicial errors, psychology of professional activity of judges, coping strategies, emotional burnout, the willingness to take risks, a situation of uncertainty.

References

1. Abushenko D.B. Sudebnoe usmotrenie v grazhdanskom i arbitrazhnom processe [Judicial discretion in civil and arbitration process]. Moscow: Norma, 2002. 176 p.
2. Bakanova A.A. Psihologicheskie osobennosti professional'noj dejatel'nosti sudej arbitrazhnogo suda [Elektronnyj resurs] [Psychological peculiarities of professional activity of judges of the arbitration court]. *Psihologo-pedagogicheskie issledovanija [Psychological and pedagogical research]*, 2010. no. 1. URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2010/n1/26657.shtml (accessed date: 11.09.2017).
3. Bun'kov V.M., Lukmanov M.S., Sumarokov I.A. Sud'i rabotajut na iznos, v sudah nuzhny kabinety psihologicheskoy razgruzki [Judges work hard, in the courts of the appropriate rooms of psychological unloading]. *Rossijskaja justicija [Russian justice]*, 2009. no. 8. pp. 31-45.

4. Gusejnov S.Z. K voprosu zakrepljenija ponjatija «nespravedlivoe predubezhdenie» v rossijskom zakonodatel'stve [To the question of integration of the concept of «unfair prejudice» in the Russian legislation]. *Innovacionnaja nauka [Innovative science]*, 2017. no. 1. pp. 140-142.
5. Djad'kin D.S. Teoretiko-metodologicheskie osnovy naznachenija ugovnogo nakazanija: monografija [Theoretical and methodological basis to criminal punishment]. Moscow: Sputnik, 2016. 342 p.
6. Zakon RF date 26.06.1992 № 3132-1 (ed. 28.12.2016) «O statuse sudei v Rossijskoj Federacii» [Law about the status of judges in the Russian Federation]. *Sobranie zakonodatel'stva RF [Collection of legislation of the Russian Federation]*. 26.06.1992. no. 30. st. 1792.
7. Kashanina T.V. Juridicheskaja tehnika: uchebnik [Jurisprudence technology]. Moscow: Jeksmo, 2007. 404 p.
8. Posohina I.V. K voprosu o klassifikacii sudebnyh oshibok [To the question of the classification of judge's mistakes]. *Kriminalist [The Criminalist]*, 2011. no. 1. pp. 89-95.
9. Radutnaja N.V. Jetika sud'i [Ethics of judges]. Moscow: Juridicheskij centr Press, 2002. 166 p.
10. Stel'mah V.Ju. Harakter istiny v ugovnom sudoproizvodstve [Characteristic of the truth in criminal proceedings]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Pravo [Bulletin of the Tomsk state University. The Law]*, 2016. no. 3. pp. 75-89.
11. Tarasova Ju.N., Nabokov N.L. Analiz strategij koping povedenija federal'nyh sudej s pomoshh'ju testa «SACS» i ih vzaimosvjaz' s professional'noj uspešnost'ju» [The analysis of strategies of coping behavior of Federal judges by the test of «SACS» and their correlation to professional success». *Materialy mezhdunarodnoj nauchno-praktičeskoj konferencii «Mediko-psihologičeskaja rehabilitacija: teorija i praktika, tehnologii i perspektivy» [Materials of international scientific-practical conference «Medico-psychological rehabilitation: theory and practice, technology and prospects»]*. Saint-Petersburg: MIRVCh, 2004. pp. 184-185.