

## ЗАГОСТРЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КРИЗ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВНИЧИХ ПРОФЕСІЙ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19

### DETERIORATION OF PROFESSIONAL CRISES OF EMPLOYEES OF LEGAL SPHERE IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

*У статті через призму підготовки якісних і кваліфікованих кадрів, а також їх професійного формування розглядаються питання щодо умов і факторів професійних криз працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19. Автор розглядає проблеми, з якими стикаються працівники під час локдауну, та їх вплив на психічне здоров'я особистості. Наводяться статистичні дані опитувань різних груп працівників у різних країнах, зокрема правників, які зазначають зміну й підвищення рівнів стресу у зв'язку з переходом на дистанційний вид праці. Зазначені дані сприяють розкриттю розуміння взаємозв'язку між стресом, професійним вигоранням і зміною умов праці у зв'язку з пандемією COVID-19 у працівників правничих професій.*

*Автором визначені й схарактеризовані фактори, вплив яких став визначальним для зміни психічного здоров'я працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19, наприклад, соціум, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміна робочого навантаження та зміни інших умов праці. Окремо класифіковано їх на об'єктивні й суб'єктивні фактори (психологічні), зокрема до суб'єктивних віднесено: настрій, мотивацію, прагнення та бажання, цілеспрямованість, активність, невизначеність майбутнього; до об'єктивних факторів належать: соціально-політична напруженість, економічна криза, зростання безробіття, надмірна кількість негативної інформації. Наголошується на важливості застосування методів зниження стресу правників із метою запобігання зниження працездатності працівників і, відповідно, збільшення плінності кадрів. Крім того, автор звертає увагу на важливість створення програм в організаціях із метою покращення психологічного стану працівників і запобігання вигорання, що є актуальним у всьому світі, особливо в період пандемії.*

**Ключові слова:** пандемія, професійна криза, мотивація, правники, вигорання, психічне здоров'я, локдаун, стрес.

*In the article the author considers the conditions and factors of professional crises of lawyers of legal professions during the COVID-19 pandemic through the prism of training of high-quality and qualified personnel, as well as their professional formation. The author examines the problems faced by employees during lockdown and their impact on a person's mental health. Statistics from surveys of different groups of workers in different countries, including lawyers are presented in the article. They indicate changes and increases of stress level. The mentioned data help to reveal the understanding of the relationship between stress, burnout and changing working conditions in connection with the COVID-19 pandemic among lawyers.*

*The author indicates the following factors, the impact of which became decisive for changing the mental health of legal professionals during the pandemic COVID-19, for example, society, increased anxiety of public consciousness, the situation of forced physical isolation, reduced contact with family and friends, changes in workload and changes in other working conditions. Besides, the author separately classifies the objective and subjective factors (psychological), in particular the subjective ones include: mood, motivation, aspirations and desires, purposefulness, activity, uncertainty of the future; objective factors include: socio-political tensions, economic crisis, rising unemployment, excessive amounts of negative information. The author emphasizes on the importance of applying methods to reduce the shock of lawyers in order to prevent a decrease in the efficiency of employees and, accordingly, increase staff turnover. Besides, the author draws a special attention to the importance of creating programs in organizations to improve the psychological state of workers and prevent burnout, which is relevant around the world, especially during a pandemic.*

**Key words:** pandemic, occupational crisis, motivation, lawyers, mental health, burnout, lockdown, stress.

УДК 159.944.3  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.33>

**Сіроха Л.В.**

аспірант кафедри психології розвитку  
Київський національний університет  
імені Тараса Шевченка

**Постановка проблеми.** Питання підготовки якісних і кваліфікованих кадрів завжди було й залишається важливим та актуальним як для власника бізнесу, так і для самого працівника, адже конкуренція на ринку праці лише збільшується, а мотивація співробітників у деяких сферах, на жаль, знижується. Нещодавнє дослідження, проведене фірмою Robert Half, показало, що занепокоєння щодо утримання, вигорання та морального стану працівників турбує керівників різних галузей [1].

Новий юридичний ринок вимагає від нового покоління юристів бути готовими прийняти нові виклики, зокрема опанувати постійні зміни законодавства, технологій, напрямів правого забезпечення. Негативно впливають

на працівників правничих професій і постійні стресові ситуації, з якими стикаються правники. Саме тому досить актуальною проблемою сьогодення в правоохоронних і судових органах є плінність потенційно успішних і фахових кадрів, а також вихід у відставку вже досить досвідчених фахівців без передачі досвіду молоді. Крім того, велика відповідальність, великий рівень недовіри серед населення не сприяють покращенню ситуації. Згідно з доповіддю Міністра внутрішніх справ України А. Авакова у 2020 році рівень довіри населення до Національної поліції складає лише 43,7 відсотка [2]. Це може свідчити про проблему недовіри, з якою стикається молодий спеціаліст, а також про наявність

додаткових стресових факторів, з якими стикається фахівець із досвідом роботи.

Разом із тим психологічні проблеми в правників виникають ще до початку їхньої професійної діяльності. Так, опитування студентів юридичного факультету Єльського університету у 2014 році виявило, що 70% опитаних боролися з проблемами психічного здоров'я під час навчання на юридичному факультеті [3]. Тому питання загострення професійних криз у сучасних умовах є надзвичайно актуальним, особливо коли весь світ переживає пандемію COVID-19 (згідно зі статистикою Коронавірус COVID-19 вже вразив 219 країн і територій [4]), наслідки якої людству навіть зараз важко спрогнозувати, тому ефект безперервної пандемії, економічної невизначеності, соціальних заворушень впливає як на особисте, так і на професійне життя людини.

**Постановка завдання. Метою статті** є розуміння взаємозв'язку між стресом, професійним вигоранням і зміною умов праці у зв'язку з пандемією COVID-19 у працівників правничих професій.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Взагалі, починаючи розгляд впливу пандемії на людину, необхідно відзначити, що кризи розглядаються як певні ланки розвитку професіонала, вони приводять до зміни старих неадекватних засобів і способів професійної активності [5]. Унаслідок переживання професійної кризи людина може набувати нових професійних компетенцій, вона адаптується до нових реалій професійного життя. Можна говорити, що внаслідок професійної кризи може відбуватися професійний розвиток особистості, людина може переосмислювати своє життя. Але криза не є одномоментним явищем, вона є результатом процесу, що вже відбувався певний час. Успішне подолання кризи є життєво важливим завданням, а результатом її розв'язання часто стає нова якість життя [6].

Безумовно, 2020 рік створив нові виклики й нові кризи, в тому числі й професійні, тому що в багатьох змінився формат роботи, робочий графік, навантаження, що не могло не позначитися на психоемоційному стані працівників. Тому питання професійних криз та їх успішного проживання є надзвичайно актуальним нині.

Як ми відзначили, на жаль, у правників кризові стани виникають ще на початку опанування ними своєї професії. Так, студенти-юристи й випускники 2020 року також стикаються з дуже багатьма новими викликами, й одним із них є невизначене майбутнє. Однак, враховуючи COVID-19, економічний прогноз важко зробити не лише для правників, а й для всіх фахівців.

Пандемія COVID-19 вплинула на психічне здоров'я в 93% країн світу, в той час, як попит

на послуги щодо психічного здоров'я до пандемії не лише не зменшився, а лише зростав. А пандемія значно збільшила попит на послуги з охорони психічного здоров'я, тому що ізоляція, втрата доходу й страх викликають лише погіршення психічного здоров'я. Багато людей можуть стикатися з проблемою зловживання алкоголем і / або наркотиками, безсонням і тривогою [7]. Хоча в опитуванні 89% країн повідомили, що психічне здоров'я та психосоціальна підтримка є частиною їх національних планів реагування на COVID-19, лише 17% із цих країн мають повне додаткове фінансування для викладення цієї діяльності. Що ж говорити про професії, які ще до пандемії демонстрували підвищений рівень стресу [8].

Якщо ж говорити про юристів-практиків, то проблеми психічного здоров'я в них виявлялись ще до того, як сталася епідемія COVID-19. Зловживання алкоголем і наркотиками, депресія, занепокоєння, погане фізичне здоров'я та звичайне вигорання були поширеними проблемами юристів ще до пандемії COVID-19 [8]. Ситуація ж із пандемією COVID-19 ці стани лише загострила, адже звичне для всіх життя змінилося: у зв'язку з введеним локдауном відбулися зміни в робочому й домашньому житті людей. Криза коронавірусу особливо може впливати саме на той тип людей, якими, як правило, є правники – люди, які люблять дані, контроль і передбачуваність. Юристи можуть бути особливо вразливими до тривоги й депресії (а також до зловживання наркотичними речовинами).

Варто зазначити, що згідно з даними Асоціації адвокатів, які займаються психічним здоров'ям юристів, у 2020 році значно збільшилась кількість звернень до них від правників щодо свого психічного стану. Як приклад, у жовтні 2020 року в них було найбільше звернень за всі 32 роки існування Асоціації. Як вважають фахівці, студенти-юристи відчують себе ізольованими під час навчання онлайн. Юридичні фахівці, які звикли працювати в команді, але зараз працюють віддалено, можуть відчути втрату своєї особистості [9]. Одним із пояснень цього може бути той факт, що раптовий перехід на віддалену роботу й роботу вдома мав досить сильний вплив на людей, які мали невеликий або взагалі не мали попереднього досвіду із цим способом роботи. Якщо брати нашу країну, то до пандемії кількість працівників на дистанційній або віддаленій роботі складала досить невелику частину всіх працівників. Натепер 40% українських компаній продовжують залишати частину своїх співробітників на віддаленій роботі [10]. Тому цей факт звичайно відбився на психічному й психологічному стані працівника.

Багато тих, хто вперше працює на дистанційній роботі, ізолювані від колег, друзів

і сім'ї, хоча саме поняття дистанційної роботи існує з 1970 року. В умовах змушеної дистанційної зайнятості повсякденні будні були порушені, що спричиняє додаткове занепокоєння, стрес і напруження – фізично, психічно й фінансово. Розмивання фізичних та організаційних меж між роботою та домом – саме це негативно впливає на психічне й фізичне здоров'я людини. Інтернет-опитування 4 011 працівників та 1 007 роботодавців у США, Великобританії, Сінгапурі й Об'єднаних Арабських Еміратах також виявило, що з моменту початку пандемії в людей, які працюють дистанційно, стрес (32%) та збільшення ваги (43%) є головними проблемами здоров'я, 74% усіх робітників – у тому числі 88% віком від 18 до 24 років – стверджували, що погане психічне здоров'я вплинуло на їх продуктивність, тобто й на саму якість виконуваної роботи, а 61% працівників хочуть повернутися до офісу на повний робочий день протягом шести місяців [11]. І якщо для одних справжнім викликом став перехід на дистанційний вид роботи, для інших сфер справжньою проблемою стало значно збільшене робоче навантаження. Якщо говорити детальніше, наприклад, для працівників правоохоронних органів до їх звичайних обов'язків, пов'язаних із забезпеченням законності й контролем за злочинністю, додалися ще додаткові чергування для мінімізації скупчень населення, контроль за носінням масок, перевірка різних громадських закладів щодо виконання карантинних заходів і так далі, та, як наслідок, збільшення і так наднормованого робочого навантаження. А співробітники правоохоронних органів і так частіше, ніж загальна частина населення, страждають на депресію, переживають сімейні розбрати, зловживають алкоголем і роблять спроби самогубств [12].

Крім того, під час поточної пандемії збільшується ризик хвороби, а також зараження членів власної родини або втрати когось із близьких. Це змусило працівників уникати відвідування членів своїх сімей, звузати своє коло спілкування. Зрозуміло, що така ситуація не могла не впливати на їх загальний психологічний стан і продуктивність. Наприклад, Федерація поліції Англії попередила органи охорони здоров'я про те, що поліцейські піддаються різним травмам (фізичним і психологічним) під час цієї тривалої пандемії. Ще однією важливою актуальною проблемою серед працівників поліції є те, що вони не дуже звикли звертати увагу на свої стреси й проблеми психічного здоров'я (Newschannel, 3, 2020) [13]. Але, на жаль, лише кілька досліджень зосереджувались на психічних / психологічних наслідках сприйняття стресу на роботі в працівників поліції та працівників громадської безпеки під час природних і техногенних катастроф, а також повідомляли про високий рівень посттрав-

матичного стресового розладу (далі – ПТСР) і депресії [14]. Тому, звичайно, це наукове питання ще потребує детальнішого глибокого вивчення, тому що зараз дуже часто наголошується саме на відтермінованих психологічних наслідках пандемії, які буде відчувати значна частина людства. Згідно з дослідженням, проведеним в Індії щодо психічного стану працівників поліції (було опитано 623 респонденти), більше ніж половина учасників повідомили, що почуваються напруженими з приводу збільшення робочого навантаження, та понад половини учасників не могли нормально спати. Близько двох п'ятих учасників повідомили, що принаймні «іноді» вони бояться не отримати підтримку з боку адміністрації та не отримати адекватні засоби індивідуального захисту. Що стосується негативної емоційної реакції, приблизно одна третина респондентів повідомила, що відчувають гнів, деморалізацію, дратівливість, самотність, відключеність. П'ята частина всіх опитаних учасників «іноді / більшу частину часу / завжди» відчували, що тікають від роботи й бояться смерті [15].

Тобто можна виділити такі фактори, вплив яких став визначальним для зміни психічного здоров'я працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19: соціум, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміна робочого навантаження та зміни інших умов праці. Окремо можна класифікувати їх на: суб'єктивні фактори (психологічні) – настрої, мотивація, прагнення та бажання, цілеспрямованість, активність, невизначеність майбутнього; й об'єктивні фактори (соціальні) – соціально-політична напруженість, економічна криза, зростання безробіття, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація пандемії, змінене робоче навантаження, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміни умов праці, надмірна кількість негативної інформації. І багатьом, кому раніше вдавалося добре справлятися із ситуаціями стресу, тепер стає набагато складніше це робити, тому що кількість факторів стресу у зв'язку з пандемією постійно зростає, а внутрішніх ресурсів особистості вже просто не вистачає.

Отже, в сучасних умовах, урахувуючи викладене, надважливим є збільшення уваги до психічного здоров'я працівників, тому що від цього буде залежати не лише ефективність, а взагалі функціонування різних галузей. Ті, хто буде вкладати гроші в психічне здоров'я, отримають нагороду. За оцінками, ще до COVID-19 щорічно лише від депресії та тривоги втрачався майже 1 трильйон доларів економічної продуктивності. І це відбувається в той час, коли ще до пандемії лише менше ніж половина всіх країн повідомляла

про те, що їх політика в області психічного здоров'я узгоджена з конвенціями з прав людини [16]. Однак дослідження показують, що кожен 1 долар США, витрачений на доказову допомогу в разі депресії та тривожності, повертає 5 доларів [7]. Зрозуміло, що зараз ці показники будуть лише погіршуватися. Яскравим прикладом швидкого реагування на таку ситуацію є компанія Microsoft – 166 тисяч працівників компанії отримують по \$1 200 на боротьбу з професійним вигоранням. За програмою Perks Plus ці гроші можна витратити на оплату занять спортом, на своє хобі чи інший вид дозвілля вдома. У Microsoft впевнені, що така підтримка не тільки допоможе співробітникам на самоізоляції, але й дасть поштовх для подальшого розвитку – вони зможуть спробувати нові речі, на які раніше не наважувались [17].

Тобто пандемія COVID-19 є значним стресом для працівників, що погіршує загальний стрес на роботі. Згідно з Fishbein, стресові фактори COVID-19 із психологічного боку можуть погіршити функціонування особистості, стрес поліцейської діяльності під час невизначеної пандемії, ймовірно, вплине на рівень нейромедіаторів і гормону стресу, що призведе до підвищеної сприйнятливості до стресу й надмірних реакцій. Ситуація пандемії може зменшити здатність офіцерів розв'язувати численні інші стреси, що характеризують їх професію [12]. Інші науковці вважають, що стрес, перенесений під час пандемії, може згубно позначитися на продуктивності офіцерів, їх ефективності й здатності виконувати соціальні функції. Мун і Джонсон вказують на те, що стрес офіцерів є обернено пов'язаним із зобов'язанням щодо роботи – ті, хто відчуває більший стрес, пов'язаний із роботою, менш віддані своїй посаді [18]. Тобто в результаті це може призвести до збільшення плинності кадрів, що натеper і так є досить серйозною проблемою для українського суспільства.

#### Висновки з проведеного дослідження.

Можна стверджувати, що тема професійних криз особистості не втратила своєї актуальності, не зважаючи на кардинальні зміни у світі, а саме виникнення пандемії, і якщо роботодавці прагнуть мати висококваліфікованих, стресостійких, гнучких співробітників, зараз – найкращий час почати приділяти увагу психологічному стану й комфорту фахівців. Світ змінюється, і необхідно знати механізми підвищення працездатності працівників, тому що ефективність діяльності буде залежати саме від готовності прийняти ці зміни.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. McLellan L. Lawyer Mental Health Is Facing Its Greatest Challenge, But Increased Empathy May Be the Byproduct. URL: <https://www.law.com/americanlawyer/2020/10/02/lawyer-mental-health-is->

[facing-its-greatest-challenge-but-increased-empathy-may-be-the-byproduct/](https://www.law.com/americanlawyer/2020/10/02/lawyer-mental-health-is-facing-its-greatest-challenge-but-increased-empathy-may-be-the-byproduct/).

2. Звіт міністра внутрішніх справ Арсена Авакова на засіданні Верховної Ради України. *Портал МВС*. URL: <https://mvs.gov.ua/uk/ministry/media/zvit-ministravnutrisnix-sprav-arsena-avakova-na-pozacergovomu-zasidanni-verhovnoyi-radi-ukrayini>.

3. Agatstein J., Arnold Z., Dempsey R., Sonnenfeldt J., Weiss J. Falling through the cracks. URL: <https://ru.scribd.com/doc/252727812/Falling-Through-the-Cracks>.

4. COVID-19 CORONAVIRUS PANDEMIC. URL: [https://www.worldometers.info/coronavirus/?utm\\_campaign=homeAdvegas1?](https://www.worldometers.info/coronavirus/?utm_campaign=homeAdvegas1?)

5. Поваренков Ю.П. Системогенетическая концепция профессионального становления человека. *Идея системности в современной психологии* / Под ред. В.А. Барабанщикова. Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 360–384.

6. Александрова О.Н. Психология социальной работы. Санкт-Петербург : Изд. Питер, 2002. 352 с.

7. COVID-19 disrupting mental health services in most countries. *WHO survey*. URL: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>.

8. COVID-19 Burnout? Bar Groups Can Help. URL: <https://www.jdsupra.com/legalnews/covid-19-burnout-bar-groups-can-help-19363/>.

9. Dudiak Z. Lawyers Concerned for Lawyers continues to assist Pa.'s legal and judicial professionals and their families. URL: <https://www.acba.org/Portals/0/pdf/TLJ/LJ-25-120420.pdf>.

10. 40% українських компаній планують сохрानить удаленный вид работы – опрос. URL: <https://biz.liga.net/ekonomika/all/novosti/40-ukrainskih-kompaniy-planiruyut-sohranit-udalenny-vid-raboty-opros>.

11. Survey shows many remote workers concerned about their mental health. URL: <https://www.safetyandhealthmagazine.com/articles/20694-survey-shows-many-remote-workers-concerned-about-their-mental-health>.

12. Stogner J, Lee Miller B., McLean K. Police Stress, Mental Health, and Resiliency during the COVID-19 Pandemic. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12103-020-09548-y>.

13. Newschannel 3, T.H. (2020). Battle Creek Police Department works to reduce mental strain during pandemic. *WWMT*. URL: <https://wwmt.com/news/local/local-police-department-works-to-reduce-mental-strain-during-pandemic> (accessed: 05.17.2020).

14. Benedek D.M., Fullerton C., Ursano R.J. First responders: Mental health consequences of natural and human-made disasters for public health and public safety workers. *Annual Review of Public Health. PubMed. Annu Rev Public Health*. 2007. No. 28. P. 55–68. DOI: 10.1146/annurev.publhealth.28.021406.144037.

15. Sandeep Grover, corresponding author Swapnajeet Sahoo, Devakshi Dua, Aseem Mehra, and Ritu Nehra. Psychological Impact of COVID-19 Duties During Lockdown on Police Personnel and Their Perception About the Behavior of the People: an Exploratory Study from India. *National Center for Biotechnology Information*. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7643718/#CR4>.

16. Из 139 стран, имеющих планы и стратегии в области охраны психического здоровья, менее половины сообщают о том, что они приведены в соответствие с конвенциями в области прав человека. ВОЗ. URL: <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>.

17. Microsoft даст сотрудникам по \$1200 долларов, чтобы те не выгорали на дистанционной

работе. *Business Insider*. URL: <https://hromadske.ua/ru/posts/microsoft-dast-sotrudnikam-po-dollar1200-dollarov-chtoby-te-ne-vygorali-na-distancionnoj-rabote-business-insider>.

18. Moon M.M., Jonson C.L. (2012). The influence of occupational strain on organizational commitment among police: A general strain theory approach. *Journal of Criminal Justice*. 2012. No. 40 (3). P. 249–258.