

УДК 343.1.

*Дільна З. Ф.*

*кандидат юридичних наук,  
доцент кафедри кримінально-правових дисциплін  
(Львівський державний університет внутрішніх справ)*

## **ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ СУДДІ: ПОНЯТТЯ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ**

**Постановка проблеми.** Явище професійного вигорання на сьогоднішній день є досить поширеним, і це зумовлено постійним розвитком суспільства та відповідно урізноманітненням професій та вимог до відповідних фахівців. Тим паче, що стосується професій із типу «людина-людина», адже головним завданням спеціалістів цього типу професії і так би мовити основною умовою для здійснення ними своєї діяльності ефективно є взаємодія з людьми, вміння знаходити спільну мову, спілкуватись, тобто фактично мати дуже розвинені саме комунікативні якості. Особливо гостро та досить часто із проблемою професійного вигорання зустрічаються саме представники судової влади – професійні судді. Тим більше, це пов'язано із тим, що суспільство перебуває в стані реформування судової та правоохоронної системи, відповідно спостерігається доволі підвищена увага до суддів, а також ставляться високі вимоги до судді як професіонала, як особи, яка

---

© Дільна З. Ф., 2020

© Національний університет «Острозька академія», 2020

- 
- Дільна З. Ф. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

здійснює правосуддя та насамперед покликаний здійснювати правозахисну функцію. Окрім того, не є секретом той факт, що в суспільстві склалась тенденція недовіри до судової влади. Це, власне, ще більше поглиблює емоційний стрес у роботі суддів.

Причини, за яких таке професійне вигорання може виникнути можуть бути доволі різноманітними, проте їх детальне дослідження та розуміння дасть змогу сформуванню окремих способів та шляхів його подолання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблемі емоційного вигорання загалом, а також суддів зокрема присвячували свої праці такі вчені, як Бедь В.В., Л.М. Балабанов, Батуров Г.П., Булатевич Н.М., Водоп'янов Н.М., Глазиріна Ф.В., Данильян О.Г., Казміренко Л. І., Коновалова В. О., Клименко Н. Г., Кудрявцев І.А., Радутний Н.В., Романюк Б., Строгович М.С., Сорочотягіна І.М., Семашко І.В., Татенко В.О., Шепітько В.Ю., Шиханцов Г.Г. тощо.

**Постановка завдання.** Метою статті є дослідження поняття та ознак професійного вигорання судді, з'ясування його причин, а також умов, які є сприятливими для його розвитку, і відповідно виокремлення на основі цього шляхів подолання такого негативного явища.

**Виклад основного матеріалу.** Перед тим, як перейти до дослідження поняття та причин емоційного вигорання судді, слід звернутись до з'ясування поняття емоційного вигорання загалом. Власне вигорання, як термін було введено ще у 1974 році американським психіатром Х. Дж. Фрюденбергером. Зокрема він намагався охарактеризувати психологічний стан здорової людини, яка у ході здійснення своєї діяльності може перебувати у процесі постійного напруженого спілкування. Також, у 1976 році психолог К. Маслаш розкривала суть стану емоційного вигорання, насамперед як синдром

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право»*. 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.

фізичного та емоційного виснаження, включаючи розвиток негативної самооцінки, критичного ставлення до роботи та втрату розуміння і співчуття по відношенню до клієнтів[1]. Загалом науковці, ще на початках дослідження такого явища як вигорання, виходили з того, що його ознаками є стан душевних мук людини при відчутті безпорадності. Вже пізніше симптоми були дещо розширені, і вважалось, що такий стан є психосоматичним, і відповідно він передує хворобі. Якщо звернутись до Міжнародного класифікатора хвороб, то такий синдром емоційного вигорання відносять до категорії стресу[2].

Феномен емоційного вигорання розглядається в науці у 4 видах моделей. Так, однофакторна модель представляє емоційне вигорання як стан виснаження (психічного, емоційного), причиною якого є перебування в емоційно-напружених ситуаціях протягом тривалого часу. Відповідно до двофакторної моделі, синдром вигорання розуміється, як емоційне виснаження (нервові напруження, скарги на самопочуття тощо) та деперсоналізація (проявляється як зміна ставлення до себе та свого оточення). Трьохфакторна модель розглядає синдром вигорання як такий, що складається з емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції особистісних досягнень. І нарешті чотирьохфакторна модель, в якій деперсоналізація пов'язана з роботою та з реципієнтами, а емоційне виснаження – з психологічним кліматом в колективі та з вмінням індивіда протистояти стресу[3, с. 65].

Синдром емоційного вигорання характеризується насамперед наявністю факту виснаження, як емоційного, так і розумового, і може проявлятися у втраті інтересу до роботи, відсутності бажання займатись певною діяльністю тощо. Небезпека такого явища полягає насамперед у тому, що воно проявляється не відразу, а поступово, і певною мірою має латентний характер. Відповідно важливо не ігнорувати ознаки такого

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

вигорання та відповідно вживати необхідних заходів на ранніх стадіях його прояву. Зокрема ознаками професійного вигорання є такі симптоми, як: 1) наявність стану хронічної втоми; 2) знижується працездатність, з'являється небажання виконувати роботу; 3) відсутність інтересу до роботи, незадоволення своєю роботою; 4) розчарування у своїй професії; 5) наявність частих фізичних хвороб; 6) підвищена дратівливість, спалахи гніву; 7) зменшення розумових здібностей, неуважність у роботі, допущення помилок; 8) небажання та страх перед новими підходами та методами в роботі; 9) небажання контактувати з оточенням, уникнення нових знайомств тощо. У поведінці, такі симптоми можуть проявлятися у таких діях, як: 1) постійна зміна настрою, всплески емоцій; 2) знижується продуктивність роботи та зникає ініціатива щось робити; 3) втрата комунікативних зв'язків із колегами, а також і поза межами роботи – з друзями, рідними, сім'єю; 4) вживання алкоголю, надмірне паління тощо. Виходячи із наведених ознак, можна стверджувати, що професійне вигорання є такою сукупністю негативних переживань, які значною мірою впливають як на самопочуття особи, її працездатність, так і на її поведінку, в тому числі і відносно інших людей.

Що стосується професії судді, то питання їх професійного вигорання постає доволі гостро і є надважливим для обговорення виходячи із того, що саме особистість судді є тим визначальним фактором, від якого залежить ефективне здійснення правосуддя і відповідно який є гарантом захисту прав та законних інтересів осіб. Виправдано вважати, що особа, яка вже набула статусу судді, повинна не зупинятись у своєму професійному розвитку, а діяти в напрямку самовдосконалення, підвищувати свою майстерність, оперативно реагувати на зміни, відповідати вимогам часу, уникати емоційного вигорання та професійної деформації [4, с. 201].

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

Варто зазначити, що відповідно до Міжнародного рейтингу професій, які є небезпечними для життя та здоров'я, професія судді вже багато років є в першості серед професій, які пов'язані з високим психогенним ризиком. В чому ж причина таких негативних показників? Власне у тому, що професія судді пов'язана із величезними навантаженнями на нервову систему, а також окрім того має негативний емоційний та психічний фон. Негативними факторами у професії судді, які істотно впливають на його емоційний стан є: 1) фактор часових меж (тобто встановлені строки розгляду справ, відповідно наявність скарг у деяких випадках щодо їх недотримання); 2) часте домінування саме негативних емоцій над позитивними, що в майбутньому призводить до сильної емоційної напруженості як на роботі, так і поза її межами; 3) відповідальність за ухвалення прийнятих суддею рішень тощо. У науці можна знайти виокремлення такі причини емоційного вигорання суддів, які власне класифікують на дві групи: 1) суб'єктивні (індивідуальні) – пов'язані з особливостями особистості, віком, системою життєвих цінностей, переконаннями, способами і механізмами індивідуального психологічного захисту, з особистим ставленням до виконуваних видів діяльності, взаємовідносинами з колегами, учасниками судового процесу, членами своєї сім'ї. Сюди можна віднести і високий рівень очікування результатів своєї професійної діяльності, високий рівень відданості моральним принципам, необхідність відповісти на прохання відмовою, схильність до самопожертви тощо. Найбільше схильні до «емоційного вигорання», як правило, найкращі працівники – ті, хто найбільш відповідально ставиться до своєї роботи, переживає за свою справу, вкладає в неї душу; 2) об'єктивні (ситуаційні) – безпосередньо пов'язані зі службовими обов'язками[5, с. 126].

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

Суддя, в умовах сьогодення піддається постійному тиску як від колег, керівництва, так і від адвокатів, прокурорів, а також (і мабуть найбільше) – від громадських активістів, журналістів, у яких інтерес до суддів є доволі високим, в тому числі і до їх позасудової діяльності. Все це породжує стан постійного стресу у судді, незважаючи на існування принципу незалежності суддів, зміст якого власне у тому, що судді, здійснюючи діяльність щодо правосуддя, не можуть піддаватись будь-якому впливу чи тиску або втручання у їх роботу, а також існування відповідальності за неповагу до судді. Відомі також і випадки фізичного тиску на суддів, коли мова йде про барикадування залів судових засідань, погроз різного характеру. Відповідно для кожного судді наслідки таких дій можуть бути різними і звичайно залежать від стресостійкості кожного. Негативним фактором, що призводить до емоційного виснаження суддів є недовіра та постійна критика їх роботи, що має наслідком періодичні обговорення на рівні керівництва держави необхідності реформування судової системи, впровадження нових методів перевірки суддів на професійність тощо. З огляду на це, постійно очікуючи якихось змін, судді перебувають у стані постійного стресу, адже це не додає впевненості їм у професійному майбутньому і викликає почуття страху, незахищеності.

Для тих, хто думає, що суддею бути легко, мабуть невідомий той факт, що суддя повинен постійно перебувати у стані демонстрування високих як професійних стандартів, так і поведінки, в тому числі і поза межами робочого місця, відповідно постійно намагатись не зрадити довіру громадян до суду, як органу, що є незалежним, неупередженим та чесним. Тобто суддя завжди працює під пильною оцінкою оточуючих. Відповідна особа, яка бажає стати суддею вже наперед розуміє, які обмеження її чекають та вимоги до неї будуть ставитись, в тому числі

- 
- Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право»*. 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.

суспільством. Професія судді вимагає від особистості не тільки постійного самовдосконалення, а й свідомого самообмеження. В деяких випадках дуже сильний емоційний фактор – «присутність глядачів» – сприяє успішному виконанню професійних завдань, в інших може викликати дезорганізацію дій судді, призвести до помилок у діяльності [5, с. 313].

Суддя, як представник судової влади не може дозволити собі проявляти емоції в ході розгляду справи, не може допускати висловлювань щодо сторін та інших учасників провадження, окрім тих, які стосуються самого процесу її розгляду. Загалом, навіть незважаючи на те, як себе почуває суддя, чи наявні в нього певні внутрішні особистісні переживання - це не повинно впливати на його роботу. Тобто фактично йому не дозволено проявляти жодні особисті емоції чи переживання, а керуватись лише виключно нормами закону. Очевидно, що в таких умовах психологічно працювати нелегко. Варто наголосити і на доволі таки конфліктній атмосфері, в якій зазвичай відбуваються судові розгляди справ. Так, мова йде як про конфлікти, за якими суддя безпосередньо спостерігає (які відбуваються між сторонами), котрі як правило (якщо це не представники сторін, які мають юридичну освіту) не мають знань законодавства, не знають процесуальні вимоги до порядку розгляду справ, а також фактично ще раз ніби «пережививають» ті емоції, той конфлікт, який між ними відбувся, так і конфлікти, коли емоції сторін можуть бути адресовані і до судді безпосередньо та проявляти у критиці його рішень, звернення до його особистісних рис, негативних побажань як щодо судді, так і його рідних тощо. Одночасно, виступаючи учасником такого конфлікту, суддя повинен також вміти врегульовувати його, при цьому зберігати спокій, бути психологічно стійким, толерантним та мати витримку. Разом з

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

тим, не піддаватись на жодні провокації. Отже, з огляду на вищенаведене, вбачаємо, що проблема професійного вигорання є похідною від зовнішнього та внутрішнього тиску на суддів.

Розпізнати професійне вигорання у суддів можна за такими ознаками, як: 1) зміни в поведінці, а зокрема посилюється небажання виходити на роботу, спостерігаються часті запізнення, недотримання трудової дисципліни, дещо сповільнений розгляд справ, прагнення до усамітнення, збільшується вживання кави, алкоголю, часте паління, втрачається здатність відновити сили за вихідні; 2) зміни в емоційній сфері, зокрема втрата почуття гумору, виникає постійне відчуття вини, підвищена дратівливість на роботі та вдома, з'являється почуття байдужості, а з часом – безсилля; 3) зміни в мисленні: наполегливо з'являється думка звільнитись, знижується здатність до тривалої концентрації уваги, виникає ригідність мислення, посилюються підозрілість та недовірливість, з'являється негативне ставлення до службових обов'язків, домінує стурбованість про власні потреби; 4) зміни в стані здоров'я: порушення сну, підвищується чутливість до інфекційних захворювань, незначна хвороба може протікати тривалий час, втома та відчуття виснаження супроводжують особу весь робочий день[3, с. 66].

Відтак, важливо розуміти і знати, яким чином можна протидіяти такому негативному явищу, як професійне вигорання, а також чи можливо його попередити. Отже, загалом можна говорити про важливість саме профілактичних заходів щодо попередження професійного вигорання суддів і запропонувати наступні: 1) удосконалення процедури відбору кандидатів на посаду судді шляхом перевірки їх психологічної готовності до здійснення такого роду діяльності; 2) психологічна та емоційна підготовка кандидатів на посаду

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*



судді в ході їх навчання в Національній школі суддів, а саме шляхом проходження курсу психологічної адаптації до майбутньої діяльності судді (наприклад як себе поводити у конфліктних, стресових ситуаціях); 3) налагодження нормальних довірчих відносин між керівництвом та колективом суддів, що сприяло б існуванню сприятливої соціально-психологічної для роботи атмосфери; 4) розумний розподіл обсягу навантаження на суддів; 5) стабільна система законодавчого регулювання діяльності судової системи і суддів зокрема; 6) періодична організація психологічних тренінгів для суддів, а також тренінгів щодо питань, які стосуються самовдосконалення та професійного розвитку; 7) дотримання суддею здорового способу життя.

На думку деяких науковців, з метою збереження потенціалу соціально-психологічного здоров'я працівників судових органів надзвичайну актуальність має створення в структурі судових органів спеціальної служби з профілактики професійних психологічних ризиків. Власне одним із завдань програми має стати створення служби довіри, розробки спеціальних тренінгових комплексів, направлених на психологічне розвантаження, зняття втоми тощо, а також загальна профілактика синдрому вигорання. До функціональних обов'язків служби повинні увійти розробка методологічних основ, періодичне діагностування окремих працівників та загального клімату в колективі, проведення багаторівневої профілактичної програми та низка інших заходів. Так, пропонувалось два етапи: на першому – повинно проводитись анкетування суддів, а на другому – відповідно аналіз отриманих результатів на підставі яких вже можуть складатись певні профілактичні програми тощо[3, с. 67]. Виправдано вважати, що така профілактика професійного вигорання буде насамперед сприяти

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

підвищенню якості виконання суддею своїх обов'язків, дозволить оптимізувати його роботу тощо.

На сьогодні так звана служба психологічної підтримки суддів існує, проте лише у вигляді кабінету психолога при Національній школі суддів, який відкрився у 2015 році, і де власне судді та інші представники апарату суду можуть отримати кваліфіковану психологічну допомогу. Тобто такий собі центр надання психологічної допомоги. І як пояснила психолог цього центру, Савченко Анна, існують непоодинокі випадки, коли до неї за допомогою звертаються представники з різних судів різних регіонів України, в тому числі різні за віком. В своєму інтерв'ю одному із видань, вона зазначила: «Я дуже позитивно оцінюю той факт, що у суддів з'явилася можливість сформуванню власне уявлення про психологічну допомогу. Це важливо, зокрема, з огляду на вже сформований стереотип у суспільстві, що суддя – це, такий собі еталон людини, наділеної владними повноваженнями. Вважається, що суддя повинен відповідати певному образу і з цим дуже непросто справлятися насамперед самим суддям. Серед суддів існує певне упередження, що звертатися по допомогу до психолога – це визнавати власну неспроможність впоратися з проблемою. Але насправді це свідчить про психологічну зрілість особистості та високий рівень професіоналізму. Адже це питання відповідальності перед собою та іншими. Чим довше людина, яка відчуває певні психологічні складності, зволікає з отриманням професійної психологічної допомоги, тим суттєвіші згубні наслідки. У випадку з суддями, це ще й наслідки для суспільства, адже він покликаний служити людям. І треба мати мужність, щоб визнати межі власної компетенції та своєчасно звернутися за допомогою до фахівця»[6].

- Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

**Висновки.** З огляду на важливість психологічної підтримки та допомоги професійним суддям, видається важливим створення центрів чи кабінетів психолога у кожному регіоні країни, а не лише у столиці. Окрім того, доцільно проводити і он-лайн лекції, тренінги, які стосувалися б теми впливу стресових ситуацій на психіку, шляхи протидії цьому, а також питань професійного вигорання та деформації суддів.

Загалом не применшуючи значення профілактичних заходів щодо запобігання явища професійного вигорання судді, варто також наголосити на важливості заходів щодо його протидії. З огляду на ознаки та прояви такого професійного вигорання, варто відмітити два основних способи протидії: 1) якщо мова йде ще про ранню стадію, тобто появу лише перших симптомів вигорання, то суддя фактично може допомогти собі сам, використовуючи методи саморегуляції, розуміння себе самого, прислуховування до себе, до своїх бажань, вміння керувати своїми емоціями та почуттями, а також мати адекватну самооцінку; 2) якщо особа перебуває у стані професійного вигорання на такому етапі, що сама впоратись з цим вже не зможе, тоді необхідною є кваліфікована допомога відповідних спеціалістів.

### *Список використаних джерел*

1. Maslach C. and Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. Journal of 18.Rada R. E., C.Johnson-Leong. Stress, burnout and depression among dentists. // JADA. 2004. 135 pp.

2. Міжнародний класифікатор хвороб МКХ 10. URL.: <http://www.surgery.org.ua/Documents/Details/aa535505-419d-4d67-a9e7-5c6d4b8f1ced?title=MizhnarodniiKodifikatorKhvorobMkKh10> (дата звернення: 20.11.2020 р.)

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.

3. [Черновський О.К.](#) Професійна втома або синдром емоційного вигорання працівників органів суду. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 18 : Економіка і право*. 2012. Вип. 17. С. 63-68.

4. Беляєва С. Професійне вигорання: шляхи запобігання. Слово Національної школи суддів України. 2014. № 3 (8). С. 121–146.

5. Чуева Е.Н. Психологическая культура как составляющая профессиональной компетентности судьи. *Современные проблемы судоустройства и организации судебной деятельности в Российской Федерации*: материалы Междунар. науч.-практ. конф. (Екатеринбург, 12–13 апр. 2012 г.). Екатеринбург : Урал. гос. юрид. акад., 2013. С. 310–316

6. Ініціаторами ідеї психологічної допомоги виступили самі судді. Центр суддівських студій. URL.: <http://www.judges.org.ua/dig8446.htm> (дата звернення: 20.11.2020 р.)

### **Дільна З.Ф.**

#### ***Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання***

У статті розглядається питання щодо поняття та ознак професійного та емоційного вигорання як негативного соціального явища, зокрема і суддів, як представників судової гілки влади. Досліджені ознаки професійного вигорання, в тому числі поведінкові ознаки такого явища. Вказано, що синдром емоційного вигорання характеризується насамперед наявністю факту виснаження, як емоційного, так і розумового, і може проявлятися у втраті інтересу до роботи, відсутності бажання займатись певною діяльністю тощо.

У статті наведено ряд факторів, що свідчать про важливість застосування саме профілактичних заходів щодо попередження професійного вигорання суддів і запропоновано зокрема ряд таких

▪ Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

заходів. Наголошено також і на заходах протидії такому негативному явищу і важливість серед них саме отримання психологічної підтримки та допомоги суддями.

**Ключові слова:** суддя, професійне вигорання, емоційне вигорання, стрес, психологічна допомога, конфлікт

*Дільна З.Ф.*

***Профессиональное выгорание судьи : понятие и пути преодоления***

В статье рассматривается вопрос относительно понятия и признаков профессионального и эмоционального выгорания как негативного социального явления, в частности и судьи, как представителя судебной ветки власти. Исследованные признаки профессионального выгорания, в том числе поведенческие признаки такого явления. Указано, что синдром эмоционального выгорания характеризуется в первую очередь наличием факта истощения, как эмоционального, так и умственного, и может проявляться в потере интереса к работе, отсутствием желания заниматься определенной деятельностью и тому подобное.

В статье приведен ряд факторов, которые свидетельствуют о важности применения именно профилактических мер относительно предупреждения профессионального выгорания судьи и предложен в частности ряд таких мер. Отмечено также и меры противодействия такому негативному явлению и важность среди них именно получения психологической поддержки и помощи.

**Ключевые слова:** судья, профессиональное выгорание, эмоциональное выгорание, стресс, психологическая помощь, конфликт

- 
- Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія»*. Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.

*Dilna Z.F.*

*Professional burning down of judge : concept and ways of overcoming*

In the article a question is examined in relation to a concept and signs of the professional and emotional burning down as the negative social phenomenon, in particular and judges, as representatives of judicial branch of power. Investigational signs of the professional burning down, including поведінкові signs of such phenomenon. It is indicated that the syndrome of the emotional burning down is characterized first of all by the presence of fact of exhaustion, both emotional and mental, and can show up in the loss of interest in work, by absence of desire to carry on certain activity and others like that.

And actually the danger of such phenomenon consists first of all in that it shows up not at once, but gradually, and up to a point has latent character. To the article the row of factors that testify to importance application self of prophylactic measures in relation to warning of the professional burning down of judges and the row of such measures is offered in particular is driven. It is marked also and on the measures of counteraction to such negative phenomenon and importance among them exactly опримання of psychological support and help

Taking into account importance of psychological support and help to the professional judges, creation of centers or cabinets of psychologist seems important in every region of country, but not only in the capital. Except that, it is expedient to conduct and on-line a lecture, training that would touch themes of influence of stress situations on a psyche, ways of counteraction to it, and also questions of the professional burning down and deformation of judges.

- 
- Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право». 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.*

**Key words:** judge, professional burning down, emotional burning down, stress, psychological help, conflict

- 
- Дільна З. Ф.. Професійне вигорання судді: поняття та шляхи подолання. *Часопис Національного університету «Острозька академія». Серія «Право»*. 2020. № 2(22) : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lj.oa.edu.ua/articles/2020/n2/20dzftsp.pdf>.