

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.151.15>

**ПРЕДПОЧИТАЕМЫЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ СУДЕБНЫХ ПРИСТАВОВ В КОНТЕКСТЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ**

Научная статья

**Проскурякова Л.А.<sup>1</sup>, Рыбакова В.О.<sup>2,\*</sup>, Миленьева И.С.<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>ORCID : 0000-0002-9583-9161;

<sup>1,2,3</sup> Кемеровский государственный университет, Новокузнецк, Российская Федерация

\* Корреспондирующий автор (valentina.nvk[at]mail.ru)

**Аннотация**

Эффективность работы судебных приставов во многом зависит от их способности управлять стрессом и поддерживать психологическое равновесие посредством использования эффективных копинг-стратегий, выбор которых может способствовать развитию способности противостоять отрицательным факторам профессиональной среды, в частности, в виде профессионального выгорания. С целью изучения взаимосвязи копинг-стратегий с профессиональным выгоранием у сотрудников отдела судебных приставов реализовано эмпирическое исследование, в котором приняли участие 40 сотрудников Отдела службы судебных приставов по Орджоникидзевскому и Кузнецкому районам г. Новокузнецка. Эмпирический материал был получен путем применения психодиагностических методик: «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан; опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса; «Эмоциональное выгорание», В. В. Бойко; «Диагностика эмоционального выгорания» К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой), методов математико-статистической обработки данных (коэффициент корреляции К. Пирсона). В процессе корреляционного анализа полученных данных мы выявили статистически значимые взаимосвязи между копинг-стратегиями и профессиональным выгоранием у сотрудников отдела судебных приставов. Выявлена обратная связь копинг-стратегий разрешение проблем и поиск социальной поддержки с истощением, с редуциацией профессиональных достижений и общим эмоциональным выгоранием. Также обнаружена сильная обратная связь копинг-стратегии поиск социальной поддержки с деперсонализацией, редуциацией профессиональных достижений и общим эмоциональным выгоранием. Имеется обратная связь копинг-стратегий поиск социальной поддержки и принятие ответственности. Практическая значимость полученных результатов заключается в использовании их специалистами-психологами в разработке профилактических и коррекционных программ, повышении профессиональной эффективности, прогнозировании и профилактики профессионального выгорания, в просветительских мероприятиях для работы с личным составом и созданию программ психологической поддержки по обучению сотрудников эффективным копинг-стратегиям, что позволит им более успешно справляться со стрессовыми ситуациями и уменьшит риск профессионального выгорания.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, профессиональное выгорание, профессиональная деятельность, судебные приставы, ФССП.

**PREFERRED COPING STRATEGIES OF BAILIFFS IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL BURNOUT**

Research article

**Proskuryakova L.A.<sup>1</sup>, Rybakova V.O.<sup>2,\*</sup>, Milenteva I.S.<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>ORCID : 0000-0002-9583-9161;

<sup>1,2,3</sup> Kemerovo State University, Novokuznetsk, Russian Federation

\* Corresponding author (valentina.nvk[at]mail.ru)

**Abstract**

The effectiveness of bailiffs' work largely depends on their ability to manage stress and maintain psychological balance through the use of effective coping strategies, the choice of which can contribute to the development of the ability to resist negative factors of the professional environment, in particular, in the form of professional burnout. In order to study the correlation between coping strategies and professional burnout among the employees of the bailiff department, an empirical study was carried out with the participation of 40 employees of the bailiff service department for Ordzhonikidzevsky and Kuznetskiy districts of Novokuznetsk. The empirical material was obtained by applying psychodiagnostic techniques: "Coping strategies indicator" by D. Amirkhan; questionnaire "Coping strategies" by R. Lazarus; "Emotional burnout" by V. V. Boyko; "Diagnosis of emotional burnout" by K. Maslach, S. Jackson (adapted by N. E. Vodopyanova), methods of mathematical and statistical data processing (correlation coefficient by K. Pearson). In the process of correlation analysis of the obtained data, we have identified statistically significant interrelations between coping strategies and professional burnout among employees of the bailiff department. An inverse correlation of coping strategies problem-solving and search for social support with exhaustion, with reduction of professional achievements and general emotional burnout was detected. There is also a strong inverse relationship of coping-strategies of search for social support with depersonalization, reduction of professional achievements and general emotional burnout. There is an inverse relationship of coping-strategies search for social support and acceptance of responsibility. Practical significance of the obtained results lies in their use by psychologists in the development of preventive and corrective programmes, improvement of professional effectiveness, forecasting and prevention of professional burnout, in educational activities for work with personnel and creation of psychological support programmes to

train employees in effective coping strategies, which will allow them to cope more successfully with stressful situations and reduce the risk of professional burnout.

**Keywords:** coping strategies, professional burnout, professional activity, bailiffs, FBS.

### **Введение**

Судебные приставы относятся к профессиям с высокими требованиями и наличием стрессовых ситуаций. Психологическое состояние государственных служащих, в частности судебных приставов, играет ключевую роль в их работе. Сложные взаимодействия с должниками, необходимость принятия трудных решений, соблюдение сроков и постоянное давление со стороны общества могут оказывать значительное влияние на психоэмоциональное состояние работников. Так, например, судебные приставы могут сталкиваться с негативной реакцией граждан, которые не всегда адекватно воспринимают свои обязательства перед законом. Это может проявляться в форме агрессии, недовольства или даже угроз, что создает дополнительное давление на сотрудников данной службы. В таких ситуациях им нужно не только сохранять спокойствие, но и демонстрировать профессионализм, чтобы обеспечить безопасное и конструктивное разрешение конфликтов. Поэтому для сотрудников отдела судебных приставов, работающих в условиях высокой ответственности и эмоциональных нагрузок, риск выгорания возрастает многократно.

Эффективность работы судебных приставов во многом зависит от их способности управлять стрессом и поддерживать психологическое равновесие, посредством использования эффективных копинг-стратегий. Выбор адекватных ситуаций копинг-стратегий работниками судебных приставов может способствовать развитию навыков противостоять отрицательным факторам профессиональной среды, не снижая продуктивности деятельности и не нанося ущерба своему здоровью, что крайне важно, чтобы избежать профессионального выгорания. Применение таких стратегий, как поиск социальной поддержки, положительная переоценка, принятие ответственности и т.д., могут способствовать как снижению стресса, так и повысить общую удовлетворенность работой, что, в свою очередь, способствует снижению риска развития профессионального выгорания. В связи с этим актуализируется проведение исследования по выявлению предпочитаемых копинг-стратегий судебными приставами с разным уровнем профессионального выгорания с целью выявить между исследуемыми показателями взаимосвязи и определить алгоритмы психологической поддержки сотрудников с наличием профессионального выгорания и неэффективными копинг-стратегиями.

### **Методы и принципы исследования**

Ретроспективное исследование проведено в Отделе службы судебных приставов по Орджоникидзевскому и Кузнецкому районам г. Новокузнецка. Выборку составили 40 сотрудников отдела судебных приставов, из которых 76% женщин и 24% мужчин. Преобладающее число респондентов (34%) обладают опытом работы от 1 года до 3 лет.

Использованы: теоретический анализ литературы, профессиографический анализ, психодиагностическое тестирование, методы математико-статистической обработки данных (корреляционный анализ Пирсона, сравнение полученных эмпирических значений с критическими ( $t_{кр} = 0,312$ , при  $p \leq 0,05$ ;  $t_{кр} = 0,403$ , при  $p \leq 0,01$ )). Применены психодиагностические методики: «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан, опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса, «Эмоциональное выгорание», В. В. Бойко; «Диагностика эмоционального выгорания» К. Маслач, С. Джексон (в адаптации Н. Е. Водопьяновой). Различия считали статистически значимыми при  $p \leq 0,05$ . Расчёты выполнены в свободной программной среде вычислений R (v.3.6.0).

### **Изложение основного материала**

Мы рассмотрели различные взгляды ученых на понятие «копинг-стратегий». Р. Лазарус рассматривал копинг в рамках теории стресса, и как механизм, направленный на его преодоление, а также в контексте адаптации, то есть как деятельность человека по поддержанию равновесия между внешними требованиями и внутренними ресурсами. Д. Амирханом утверждал, что предпочтения индивида в выборе стратегий совладания с трудностями остаются неизменными на протяжении всей его жизни, независимо от типа стрессовой ситуации [1]. Дж. Эдвардс отметил, что человек может сознательно разрабатывать набор копинг-стратегий, анализируя возможные результаты каждого из них и выбирая те, которые минимизируют стресс и улучшают общее самочувствие.

Профессиональное выгорание К. Маслач рассматривает в качестве синдрома, который определяет эффективность работы профессионала, специфику его взаимодействие с людьми в рамках профессии [1], [8].

По мнению В. В. Бойко, эмоциональное выгорание является усвоенным стереотипом профессионального поведения, результатом которого является истощение эмоциональных, энергетических и творческих ресурсов, используемых человеком для успешного выполнения им профессиональных задач [8]. Н. Е. Водопьянова и Е. С. Старченкова предлагают понимать под профессиональным выгоранием неблагоприятные реакции человека на профессиональные стрессы, приводящие к истощению физических и моральных сил человека, снижению его энергетического потенциала и ухудшению состояния здоровья [4], [5].

В результате проведенного психологического анализа профессиональной деятельности судебных приставов были определены требования к профессионально важным качествам субъекта труда, среди которых важное место принадлежит необходимости преобладания конструктивных копинг-стратегий, т.к. сотрудники отдела судебных приставов вынуждены работать с людьми в сложных и конфликтных ситуациях, что способствует появлению стресса и эмоционального напряжения [6]. Используя конструктивные копинг-стратегии, сотрудники могут предотвратить накопление эмоционального стресса и избежать его негативных последствий [9]. Также наличие эмоциональной устойчивости помогает судебным приставам устанавливать границы во взаимоотношениях с другими людьми и умение эффективно управлять своими эмоциями, что помогает им избегать переутомления, конфликтов и перегрузки эмоциональным контактом [3], [7].

Первоначально нами были определены предпочитаемые копинг-стратегии и уровень профессионального выгорания среди сотрудников ФССП (таб. 1).

Таблица 1 - Результаты психодиагностического исследования копинг-стратегии и уровня профессионального выгорания у сотрудников ФССП

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.151.15.1>

Психологический показатель		Уровень (%)			M±m (Балл)
		Высокий	Средний	Низкий	
Копинг стратегии	Решение проблем (Д. Амирхан)	8	40	52	24,65±4,41
	Поиск социальной поддержки (Д. Амирхан)	0	75	25	23,65±4,63
	Поиск социальной поддержки (Р. Лазарус)	5	75	20	12,18±4,72
	Самоконтроль (Р. Лазарус)	0	68	32	13,08±5,72
	Положительная переоценка (Р. Лазарус)	12	55	33	13,73±5,13
	Принятие ответственности (Р. Лазарус)	15	25	60	9,52±2,79
Профессиональное выгорание	Напряжение (В. В. Бойко)	0	30	70	12,28±1,84
	Резистенция (В. В. Бойко)	75	25	0	13,23±1,8
	Истощение (В. В. Бойко)	0	40	60	45,43±12,38
	Истощение (К. Маслач)	0	35	65	27,70±12,05
	Деперсонализация (К. Маслач)	0	42	58	16,58±6,68
	Редукция (К. Маслач)	60	35	0	25,85±12,16
	Профессиональное выгорание (К. Маслач)	2	37	61	77,35±29,68

Данные продемонстрировали наличие профессионального выгорания у сотрудников (37% средний уровень), которое характеризуется эмоциональным истощением (35-40% – средний уровень), неадекватным избирательным эмоциональным реагированием (75% – высокий уровень) и адекватной оценкой результатов собственного труда, достигнутых профессиональных достижений. Наиболее предпочитаемые положительные копинг-стратегии среди сотрудников это «решение проблем» (8% – высокий уровень), «Положительная переоценка» (12% – высокий уровень) и «Принятие ответственности» (15% – высокий уровень).

На следующем этапе исследования проведен корреляционный анализ. Чем выше копинг-стратегии разрешение проблем и поиск социальной поддержки, тем ниже истощение ( $r = -0,318$ ;  $r = -0,376$ ;  $p \leq 0,05$ ), чем выше копинг-стратегия разрешение проблем, тем ниже редукция профессиональных достижений и общее эмоциональное выгорание ( $r = -0,330$ ;  $r = -0,335$ ;  $p \leq 0,05$ ), чем выше копинг-стратегия поиск социальной поддержки, тем ниже деперсонализация, редукция профессиональных достижений и общее эмоциональное выгорание ( $r = -0,425$ ;  $r = -0,571$ ;  $r = -0,455$ ;  $p \leq 0,01$ ), чем выше копинг-стратегия самоконтроль, тем ниже профессиональное выгорание ( $r = -0,313$ ;  $p \leq 0,05$ ), чем выше копинг-стратегии поиск социальной поддержки, принятие ответственности и положительная переоценка, тем

ниже истощение ( $r = -0,356$ ;  $r = -0,319$ ;  $p \leq 0,05$ ;  $r = -0,429$ ;  $p \leq 0,01$ ), чем выше копинг-стратегии поиск социальной поддержки и положительная переоценка, тем ниже деперсонализация ( $r = -0,352$ ;  $r = -0,380$ ;  $p \leq 0,05$ ), чем выше копинг-стратегии поиск социальной поддержки и принятие ответственности, тем ниже редукция профессиональных достижений ( $r = -0,565$ ;  $r = -0,506$ ;  $p \leq 0,01$ ), чем выше копинг-стратегии поиск социальной поддержки и принятие ответственности, тем ниже общее эмоциональное выгорание ( $r = -0,598$ ;  $p \leq 0,01$ ;  $r = -0,364$ ;  $p \leq 0,05$ ). Таким образом, установлено, что имеется обратная связь копинг-стратегий разрешение проблем и поиск социальной поддержки с истощением, с редукцией профессиональных достижений и общим эмоциональным выгоранием. Также обнаружена сильная обратная связь копинг-стратегии поиск социальной поддержки с деперсонализацией, редукцией профессиональных достижений и общим эмоциональным выгоранием. Имеется обратная связь копинг-стратегий поиск социальной поддержки и принятие ответственности.

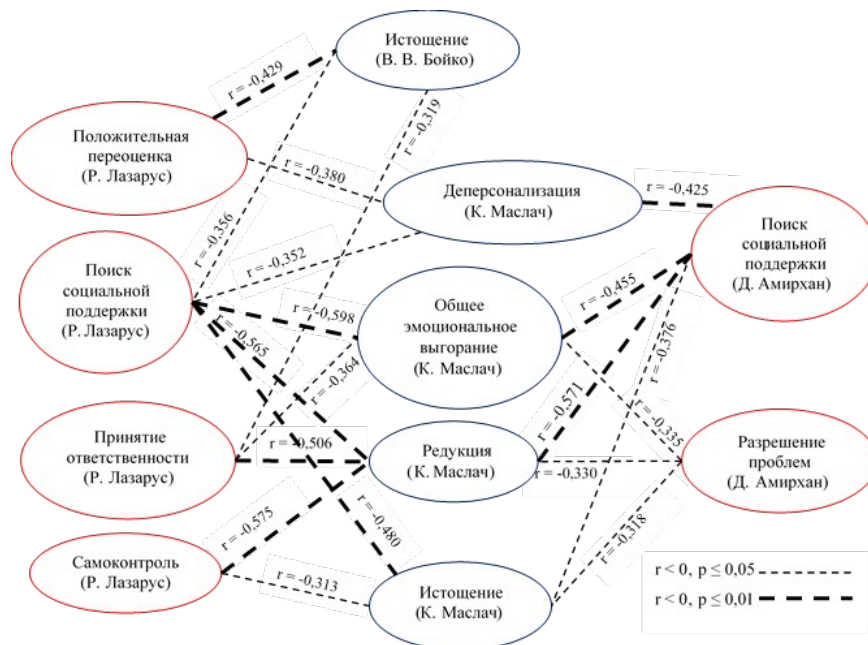


Рисунок 1 - Корреляционная плеяда связи между копинг-стратегиями с профессиональным выгоранием у сотрудников отдела судебных приставов

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.151.15.2>

Таким образом, мы считаем, что если приставы будут использовать в своей профессиональной деятельности такие копинг-стратегии, как социальной поддержки, разрешение проблем, самоконтроль, положительная переоценка, принятие ответственности, то эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений и общий показатель профессионального выгорания будет гораздо ниже.

### Заключение

По итогам психодиагностического тестирования можно заключить, что для обследуемых сотрудников службы судебных приставов характерно обладать ориентацией на самостоятельное разрешение актуальных трудностей, сниженной саморегуляцией и недостаточным использованием социальной поддержки при решении проблем. В результате диагностики показателей профессионального выгорания определено, что респонденты характеризуются наличием эмоционального истощения, негативизмом по отношению к окружающим людям и адекватной оценкой результатов собственного труда, достигнутых профессиональных достижений.

В процессе корреляционного анализа полученных данных мы выявили статистически значимые взаимосвязи между копинг-стратегиями и профессиональным выгоранием у сотрудников отдела судебных приставов. Чем выше копинг-стратегии социальной поддержки, разрешения проблем, самоконтроля, положительной переоценки, принятия ответственности, тем ниже эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция профессиональных достижений и общий показатель профессионального выгорания.

Результаты проведенного исследования могут быть использованы специалистами-психологами в разработке профилактических и коррекционных программ, направленных на повышение профессиональной эффективности, прогнозирование и профилактику профессионального выгорания у судебных приставов, а также при создании программ психологической поддержки по обучению сотрудников эффективным копинг-стратегиям, что позволит им более успешно справляться со стрессовыми ситуациями и уменьшит риск профессионального выгорания.

**Конфликт интересов**

Не указан.

**Рецензия**

Сообщество рецензентов Международного научно-исследовательского журнала  
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.151.15.3>

**Conflict of Interest**

None declared.

**Review**

International Research Journal Reviewers Community  
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.151.15.3>

**Список литературы / References**

1. Беккер И.Е. Гендерная специфика профессиональной психологической пригодности к владению оружием сотрудников отдела охраны / И.Е. Беккер, Л.А. Проскурякова, Л.В. Аргентова // Международный научно-исследовательский журнал. — 2024. — № 1 (139). — URL <https://research-journal.org/archive/1-139-2024-january/10.23670/IRJ.2024.139.53> (дата обращения: 01.12.2024). — DOI: 10.23670/IRJ.2024.139.53.
2. Бусыгина И.С. Внутриличностные ресурсы стрессоустойчивости личности / И.С. Бусыгина, Е.В. Распопин // Вестник Южно-Уральского государственного университета. — 2023. — Т. 6. — № 2. — С. 93–97.
3. Бутенко Т.В. Психическое выгорание и трудовая мотивация персонала / Т.В. Бутенко // Молодой ученый. — 2019. — № 11. — С. 157–161.
4. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практическое пособие / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 343 с.
5. Водопьянова Н.Е. Стресс-менеджмент / Н.Е. Водопьянова. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 283 с.
6. Евдокимов В.И. Оценка влияния проактивного копинг-поведения на профессиональное выгорание персонала / В.И. Евдокимов, Г.Н. Ролдугин, Н.В. Хмелинина // Вестник психотерапии. — 2019. — № 31. — С. 100–111.
7. Камнева Е.В. Копинг-поведение и профессиональное выгорание сотрудников органов внутренних дел / Е.В. Камнева // Современные научные исследования и инновации. — 2019. — № 8. — С. 25–31.
8. Князев В.Н. Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке / В.Н. Князев, К.А. Ремизова // Вестник университета. — 2017. — № 5. — С. 181–189.
9. Проскурякова Л.А. Коррекция профессионального выгорания сотрудников МВД тренингом по развитию эмоционального интеллекта / Л.А. Проскурякова, И.С. Милентьева, П.Н. Хаимова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. — 2023. — № 3-4-1. — С. 91–99.
10. Lazarus R.S. Transactional theory and research on emotion and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman // Eur. J. Pers. — 1997. — № 1. — P. 278–298.

**Список литературы на английском языке / References in English**

1. Bekker I.E. Gendernaja specifika professional'noj psihologicheskoj prigodnosti k vladeniju oruzhiem sotrudnikov otdela ohrany [Gender specificity of professional psychological suitability for weapon possession of security officers] / I.E. Bekker, L.A. Proskurjakova, L.V. Argentova // Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal [International Research Journal]. — 2024. — № 1 (139). — URL <https://research-journal.org/archive/1-139-2024-january/10.23670/IRJ.2024.139.53> (accessed: 01.12.2024). — DOI: 10.23670/IRJ.2024.139.53. [in Russian]
2. Busygina I.S. Vnutrichnostnye resursy stressoustojchivosti lichnosti [Intrapersonal resources of personality stress resistance] / I.S. Busygina, E.V. Raspopin // Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta [Bulletin of South Ural State University]. — 2023. — Vol. 6. — № 2. — P. 93–97. [in Russian]
3. Butenko T.V. Psihicheskoe vygoranie i trudovaja motivacija personala [Mental burnout and labour motivation of personnel] / T.V. Butenko // Molodoj uchenyj [Young Scientist]. — 2019. — № 11. — P. 157–161. [in Russian]
4. Vodop'janova N.E. Sindrom vygoranija. Diagnostika i profilaktika : prakticheskoe posobie [Burnout syndrome. Diagnostics and prevention : practical manual] / N.E. Vodop'janova, E.S. Starchenkova. — Moscow : Yurait Publishing House, 2018. — 343 p. [in Russian]
5. Vodop'janova N.E. Stress-menedzhment [Stress-management] / N.E. Vodop'janova. — Moscow : Yurait Publishing House, 2018. — 283 p. [in Russian]
6. Evdokimov V.I. Ocenka vlijanija proaktivnogo koping-povedenija na professional'noe vygoranie personala [Evaluation of the influence of proactive coping behaviour on professional burnout] / V.I. Evdokimov, G.N. Roldugin, N.V. Hmelinina // Vestnik psihoterapii [Bulletin of Psychotherapy]. — 2019. — № 31. — P. 100–111. [in Russian]
7. Kamneva E.V. Koping-povedenie i professional'noe vygoranie sotrudnikov organov vnutrennih del [Coping behaviour and professional burnout of internal affairs officers] / E.V. Kamneva // Sovremennye nauchnye issledovanija i innovacii [Modern Scientific Research and Innovations]. — 2019. — № 8. — P. 25–31. [in Russian]
8. Knjazev V.N. Sovremennoe sostojanie problemy jemocional'nogo vygoranija v psihologicheskoj nauke [Current state of the problem of emotional burnout in psychological science] / V.N. Knjazev, K.A. Remizova // Vestnik universiteta [Bulletin of University]. — 2017. — № 5. — P. 181–189. [in Russian]
9. Proskurjakova L.A. Korrekcija professional'nogo vygoranija sotrudnikov MVD treningom po razvitiju jemocional'nogo intellekta [Correction of professional burnout among the employees of the Ministry of Internal Affairs by training in the development of emotional intelligence] / L.A. Proskurjakova, I.S. Milent'eva, P.N. Haimova // Psihologija. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovanija [Psychology. Historical and Critical Reviews and Modern Research]. — 2023. — № 3-4-1. — P. 91–99. [in Russian]

10. Lazarus R.S. Transactional theory and research on emotion and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman // Eur. J. Pers. — 1997. — № 1. — P. 278–298.