

# Исследование психологического благополучия педагогов



## ЖДАНОВА

**Наталья Евгеньевна,**  
кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии образования и профессионального развития Российского профессионально-педагогического университета, Екатеринбург



## МУХЛЫНИНА

**Ольга Викторовна,**  
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии образования и профессионального развития Российского профессионально-педагогического университета, Екатеринбург

### Аннотация

В статье рассматривается феномен психологического благополучия педагогов как интегральное социально-психологическое образование. Представлены результаты исследования психологического благополучия педагогов по уровню образования, приведены личностные характеристики педагогов, необходимые для выполнения эффективной педагогической деятельности

### Ключевые слова:

педагогическая деятельность, психологическое благополучие педагогов, личность, самопринятие, личностный рост

В настоящее время большое внимание уделяется качеству образования, индивидуальному подходу к развитию каждого ребенка на разных ступенях образования. В связи с введением ФГОС и ФГТ в дошкольное образование возрастают требования к профессионализму педагогов, которое, в свою очередь, во многом зависит от их психологического благополучия.

Успех деятельности педагога и создание безопасной образовательной среды для воспитанников во многом зависит от его готовности выполнять свои функции. Компетентный педагог умеет определять содержание своих действий и выбирать методы их реализации. В ходе освоения педагогической деятельности у педагогов развиваются педагогические способности, умения, навыки, профессионально важные качества, но только психологически благополучный педагог способен эффективно осуществлять свою профессиональную деятельность.

Только педагог, способный поддерживать эмоциональный баланс, не поддаваться негативным эмоциям в постоянно изменяющихся условиях, может обеспечить созидательную, развивающую, психологически безопасную атмосферу — как для

Жданова Н. Е., Мухлынина О. В. Исследование психологического благополучия педагогов // Профессиональное образование и рынок труда. — 2019. — № 2. — С. 14–17.

саморазвития, так и для развития его коллег и воспитанников. Если педагог умеет взаимодействовать со всеми участниками образовательной среды, его можно считать психологически благополучным.

Всемирная организация здравоохранения определяет понятие «благополучие» не только как отсутствие болезней или физических дефектов, но и как состояние полного физического, умственного и социального благополучия [2].

Активное исследование психологического благополучия обусловлено зарождением позитивной психологии. Данное направление предполагает изучение ресурсов и потенциала личности, т. е. ее позитивного функционирования. В целом, в исследованиях разных авторов психологическое благополучие рассматривается как позитивная оценка себя и собственной жизни, субъективное состояние удовлетворенности своим трудом, своей жизнью, доминирующее психическое состояние.

В понимании психологического благополучия в психолого-педагогической науке выделяются два основных подхода — гедонистический (Д. Кайнемен, Н. Брэдбурн, Э. Динер, Н. Шварц, М. Аргайл) и эвдемонистический (А. Вотермен, К. Рифф, Р. Райан, Э. Диси). Сторонники первого рассматривают психологическое благополучие как преимущественно внешне обусловленные позитивные переживания. Представители эвдемонистического подхода описывают психологическое благополучие как результат развития и саморазвития личности.

В своей работе мы опираемся на теорию К. Рифф, согласно которой психологическое благополучие понимается как «базовый субъективный конструкт, отражающий восприятие и оценку своего функционирования с точки зрения вершины потенциальных возможностей человека» [4]. К. Рифф выделила основные конструкты психологического благополучия: самопринятие, личностный рост; автономия или независимость; компетентность в управлении средой; умение устанавливать позитивные отношения с окружающими; наличие жизненных целей.

Структуры актуального и идеального психологического благополучия различны. В ряде исследований отмечается, что чем выше показатель актуального психологического благополучия, тем выше уровень осмысленности жизни и тем больше актуальное психологическое благополучие приближается к идеальному психологическому благополучию. Следовательно, можно говорить, что существенным фактором благополучия могут выступать определенные жизненные и профессиональные (трудо-вые) ценностно-смысловые ориентации педагога. Однако, на наш взгляд, ценностно-смысловые характеристики личности приобретают большую значимость в процессе ее социализации. Реализуя себя, педагог находит источник удовлетворения и радости через систему личных ценностных ориентаций. В то же время система ценностей педагога способствует повышению уровня его самопринятия и автономности.

Для выявления уровня психологического благополучия педагогов, работающих в разных типах образовательных организаций, было проведено исследование на базе ряда муниципальных бюджетных образовательных организаций в рамках работы экспериментальной площадки Научного центра Российской академии образования РГППУ.

Цель исследования: диагностирование психологического благополучия педагогов в соответствии с уровнем образования, проведение сравнительного анализа между ними и описание личностных характеристик, необходимых для выполнения эффективной педагогической деятельности.

Для достижения поставленной цели была проведена диагностика 70 педагогов дошкольных организаций и педагогов дополнительного образования в возрасте от 25 до 49 лет. Выборка разделена на подвыборки по уровню образования педагогов (высшее и среднее специальное).

Эмпирическое исследование проводилось с помощью шкалы психологического благополучия К. Рифф (версия Т. Д. Шевеленкова, Т. П. Фесенко [3]), с применением математико-статистической обработки данных в статистическом пакете IBM SPSS Statistics 19.

Для сравнительного анализа был выбран критерий Манна — Уитни, поскольку в данной работе представлены независимые выборки, не соответствующие нормальному закону распределения. Данные сравнения выборки выявили значимые различия между подвыборками по некоторым шкалам.

В результате эмпирического исследования были обнаружены статистически значимые различия в подвыборках педагогов по шкале «позитивные отношения» ( $U = 385,0$ ;  $p = 0,011$ ). Выявлено, что педагоги с высшим образованием в большей степени способны к построению доверительных отношений с окружающими. У них лучше развита эмпатия, они чаще проявляют заботу о благополучии других. Возможно, это связано с тем, что при получении высшего образования, в отличие от среднего специального, много внимания уделяется изучению психологии (особенно на педагогических специальностях). Психологические знания помогают выстраивать эффективную коммуникацию.

Выявлены достоверные различия между испытуемыми с высшим и средним специальным образованием по шкале «автономия» ( $U = 431,0$ ;  $p = 0,045$ ). Респонденты с высшим уровнем образования более самостоятельны и независимы в суждениях и поступках — как в жизни, так и в профессиональной деятельности. Получив высшее образование, специалист чувствует себя увереннее в своей профессии, способен оценивать себя в соответствии с личными критериями.

Обнаружены достоверные различия в подвыборках педагогов по шкале «управление окружением» ( $U = 273,5$ ;  $p = 0,000$ ). Педагоги с высшим образованием способны занимать руководящие должности, могут эффективно воспользоваться возможностью управлять окружением. Наличие высшего образования позволяет педагогам удовлетворить личные амбиции в области управления персоналом. Такой возможности у педагогов со средним специальным образованием нет.

Выявлены статистически достоверные различия по шкале «личностный рост» ( $U = 335,5$ ;  $p = 0,002$ ). Педагоги с высшим образованием, как правило, стараются и в дальнейшем посвящать время саморазвитию и обучению. Они в большей степени открыты новому опыту, чем педагоги со средним специальным образованием.

Обнаружены достоверные различия по шкале «самопринятие» ( $U = 291,5$ ;  $p = 0,000$ ). Педагоги, имеющие высшее образование, обычно

демонстрируют позитивное отношение к себе, обладают адекватно высокой самооценкой.

Выявлены достоверные различия по шкале «психологическое благополучие» ( $U = 275,5$ ;  $p = 0,000$ ). Испытуемые с высшим образованием в большей степени испытывают психологическое благополучие, чем испытуемые со средним специальным образованием. Возможно, это связано со степенью самореализации, способностью эффективно строить взаимоотношения с окружающими.

Таким образом, существуют достоверные различия между педагогами, имеющими разный уровень образования.

В результате проведенного исследования было установлено, что уровень психологического благополучия значительно выше у педагогов с высшим образованием. Респонденты, имеющие высшее образование, в большей степени способны к построению доверительных отношений и руководству коллективом, они самостоятельны, независимы в суждениях, стремятся к саморазвитию и самосовершенствованию.

В заключение отметим, что изучение психологического благополучия как интегрального социально-психологического образования представляется перспективным научным направлением исследований. Это будет способствовать не только пониманию содержания психологического благополучия и его показателей, но и формированию у педагогов умений и навыков для сохранения своего психологического благополучия.

### *Литература*

1. Гордеева Т. О. Теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана // Психология мотивации достижения: учеб. пособие. — М.: Смысл; Академия, 2006. — С. 201–245.
2. Устав (конституция) Всемирной организации здравоохранения [Электронный ресурс] // Всемирная организация здравоохранения. URL: <https://www.who.int/ru/about/who-we-are/constitution> (дата обращения — 24.05.2019).
3. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. — 2005. — № 3. — С. 95–129.
4. Ryff C. D. Psychological Well-Being // Encyclopedia of Gerontology. — 1996. — Vol. 2. — Pp. 365–369.