

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 1. С. 39–46. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University, 2021, vol. 27, № 1, pp. 39–46. ISSN 2073-1426

Научный обзор

УДК 159.9.072

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-39-46>

## АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ СОХРАНЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА В РОССИЙСКИХ УЧЕБНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

**Красникова Ольга Владимировна**, кандидат биологических наук, Приволжский исследовательский медицинский университет, Нижний Новгород, Россия, [lala-g@yandex.ru](mailto:lala-g@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0002-4425-1819>

**Катунова Валерия Валерьевна**, кандидат биологических наук, Приволжский исследовательский медицинский университет, Нижний Новгород, Россия, [katunova@mail.ru](mailto:katunova@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-7775-1545>

**Божкова Елена Димитрова**, кандидат медицинских наук, Приволжский исследовательский медицинский университет, Нижний Новгород, Россия, [readytotalk@mail.ru](mailto:readytotalk@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-4662-3601>

**Аннотация.** В обзоре рассмотрена проблема психологического здоровья педагогов в российских учебных организациях: школах, колледжах, вузах, интернатах. Проанализированы и структурированы современные литературные данные о проведенных психологических исследованиях здоровья преподавателей в различных образовательных учреждениях России, отмечена их специфика и сходства. В работе поднимается вопрос о важности мониторинга актуального состояния педагогов; рассматриваются такие показатели психологического нездоровья, как эмоциональное выгорание, психическая дезадаптация, деперсонализация. Отмечен неуклонный рост и неутешительная динамика увеличения численности педагогов, испытывающих профессиональное выгорание. Рассмотрены варианты оказания психологической поддержки педагогам школ и вузов (индивидуальные и групповые тренинги; сеансы саморефлексии; изучение специальной литературы); оценен результат апробации программы психологической помощи. Отмечены возможные перспективы развития Медицинского университета Нижнего Новгорода в контексте проблематики сохранения и развития психологического здоровья педагога. Установлено, что направленное применение комплекса психологических мероприятий, сохраняющих и развивающих здоровье педагогических работников, оказывает влияние не только на состояние участников образовательного процесса, но и гарантирует эффективность их деятельности, тем самым определяя успешность системы образования в целом.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье педагога, эмоциональное выгорание, психическая дезадаптация, психологическая поддержка.

**Для цитирования:** Красникова О.В., Катунова В.В., Божкова Е.Д. Анализ проблемы сохранения и развития психологического здоровья педагога в российских учебных организациях // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 2. С. 39–46. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-39-46>

Scientific review

## ANALYSIS OF THE PROBLEM OF PRESERVATION AND DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF A PEDAGOGUE IN RUSSIAN EDUCATIONAL ORGANISATIONS

**Olga V. Krasnikova**, Candidate of Biological Sciences, Privolzhsky Research Medical University, Nizhny Novgorod, Russia, [lala-g@yandex.ru](mailto:lala-g@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0002-4425-1819>

**Valeria V. Katunova**, Candidate of Biological Sciences, Privolzhsky Research Medical University, Nizhny Novgorod, Russia, [katunova@mail.ru](mailto:katunova@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0002-7775-1545>

**Elena D. Bozhkova**, Candidate of Medical Sciences, Privolzhsky Research Medical University, Nizhny Novgorod, Russia, [readytotalk@mail.ru](mailto:readytotalk@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0003-4662-3601>

**Abstract.** The review examines the problem of psychological health of pedagogues in Russian educational organisations – schools, colleges, universities, boarding schools. The analysed and structured modern literature data on psychological studies of pedagogues' health in various educational institutions of Russia noted their specificity and similarities. The work will raise the issue of the importance of monitoring the current state of pedagogues; such indicators of psychological ill health as emotional burnout, mental maladjustment, depersonalisation are considered. There has been a steady growth and

disappointing dynamics of an increase in the number of pedagogues experiencing professional burnout. The options for providing psychological support to pedagogues of schools and universities were considered (individual and group trainings; self-reflection sessions; study of special literature); the result of approbation of the psychological assistance programme was evaluated. Possible prospects for the development of the Medical University of Nizhny Novgorod in the context of the problems of preserving and developing the psychological health of a pedagogue are noted. It has been established that the targeted use of a complex of psychological measures that preserve and develop the health of pedagogic workers not only affects the state of the participants in the educational process, but also guarantees the effectiveness of their activities, thereby determining the success of the education system as a whole.

**Keywords:** psychological health of pedagogue, emotional burnout, mental disadaptation, psychological support

**For citation:** Krasnikova O.V., Katunova V.V., Bozhkova E.D. Analysis of the problem of preservation and development of psychological health of a pedagogue in Russian educational organisations. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2021, vol. 27, № 1, pp. 39–46 (In Russ.). <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-1-39-46>

**П**сихологическое здоровье является предпосылкой полноценного функционирования и развития человека на разных этапах его онтогенеза, служит условием адекватного выполнения индивидом социальных функций и ролей, достижения жизненных целей и решения насущных проблем, дает человеку жизненную силу, возможность конструктивного развития на протяжении всей жизни.

Сохранение психологического здоровья учителя во многом определяет не только его психологическое благополучие, но и эффективность функционирования современной образовательной системы в широком смысле. Психологическое здоровье студентов и других участников образовательного процесса напрямую зависит от уровня психологического здоровья педагога. По утверждению современной психолого-педагогической науки, именно педагог является главным субъектом учебного процесса. Поэтому, рассуждая о вопросе психологического здоровья, верна формула «психологически здоровый учитель – психологически здоровые дети» [Перышкова: 290]. Поэтому актуальным остается вопрос мониторинга психо-эмоционального состояния педагогических работников.

**Цель исследования:** анализ современного состояния проблемы сохранения и развития психологического здоровья педагога в российских учебных организациях.

#### **Материалы и методы**

Авторами статьи был проведен анализ современной российской литературы по данной проблеме за период 2011–2021 гг. с использованием следующих баз данных: eLibrary, Pubmed, поисковой системы Google Scholar. Всего проанализировано более 50 источников, из них наиболее информативные – 16 источников – включены в список литературы. В качестве основного метода анализа источников литературы использовался контент-анализ. За единицы анализа были приняты понятия, выраженные в отдельных терминах: «психологическое здоровье педагога», «психологическая поддержка педагога», «эмоциональное выгорание» и др.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Приоритетным направлением в решении проблемы повышения психологической культуры и укрепления психологического здоровья может стать восприятие педагогом психоэмоционального состояния как важнейшей ценности своей личности; изменение пассивного отношения к проблеме и активного отношения к здоровью у каждого учителя. Эта проблема весьма индивидуальная и многосторонняя. По словам Л.М. Митиной, именно профессиональное здоровье учителя – залог успешной работы системы образования и ее стратегической миссии. Следы стресса накладывают свои отпечатки на личность педагога и вызывают отрицательное отношение к работе, постоянную утомляемость, рассеянность, апатию, неудовлетворенность профессиональной деятельностью, снижают качественные и количественные показатели результативности труда [Перышкова: 291].

#### **Профилактика нарушения психологического здоровья педагога**

Важным аспектом работы по сохранению психологического здоровья является овладение приемами саморефлексии. Дыхательная гимнастика, аутогенная тренировка, концентрация и визуализация, расслабление – одни из самых распространенных и действующих практик, позволяющих «более рационально и эффективно распределять свои силы в течение рабочего дня, правильно управлять своими эмоциями» [Перышкова: 292].

Психологический статус педагога требует постоянной переоценки, так как с годами он претерпевает различную динамику. Поэтому важно постоянно проводить корректировку отношения учителя к собственному психологическому здоровью, научить его сохранять и развивать. Одним из возможных путей решения данного вопроса может стать проведение специальных обучающих семинаров в рамках курсов институтов повышения квалификации.

Также важным элементом сохранения психологического здоровья педагога является борьба с «синдром выгорания», в которой главная роль принадле-

жит, прежде всего, непосредственно сотруднику. Если этот синдром является обязательным признаком личности учителя, то такому профессионалу необходима профессиональная психологическая поддержка [Семиздралова: 130].

Психологическая поддержка, как правило, включает своевременное информирование педагога об индивидуальных особенностях его личности, а также о том, насколько эти особенности стимулируют или тормозят эффективную профессиональную педагогическую деятельность и раскрывают ли они возможности педагога быть конкурентоспособным. Такая поддержка предусматривает добровольные занятия педагога с целью корректировки и развития своих способностей к самоконтролю, самооценке, самодиагностике, а также развития готовности к самосовершенствованию. Таким педагогам для самоутверждения нужно оказать реальную поддержку в организации индивидуального образа жизни и мышления, активности и общения [Семькин, Лебедчук: 74].

По мнению авторов, «психологическая поддержка – это система организационных, социально-психологических и психолого-педагогических мероприятий, направленных на оптимизацию деятельности учебной организации, осуществляемых в рамках психологической службы» [Бакланов, Потапов: 2].

Ключевыми моментами психологической помощи являются ее недирективность и охват всех элементов образовательного процесса: обучающихся, учителей, управленческих и административных служб. Известны случаи серьезных противоречий и конфликтов между членами управленческого аппарата и преподавателями, вызванные незнанием специфики и функций учебной организации или самого процесса управления этой учебной организацией.

При выявлении психологических отклонений для педагога нужно сформировать такие условия, чтобы он мог и хотел думать о состоянии своего психологического здоровья и стремился его усовершенствовать. Такие аспекты психоэмоциональной сферы, как самоконтроль, самооценка, а также стрессоустойчивость, нуждаются в периодическом контроле и коррекции вне зависимости от возраста и, следовательно, опыта работы педагога. На практике широко распространены индивидуальные, групповые и коллективные формы работы по сохранению и укреплению психологического здоровья педагогов. К ним относятся: психологические способы самозащиты в условиях «негативного общения»; способы релаксации, комнаты и методы психологической разгрузки; персональная и групповая психотерапия, психотренинги.

Однако «только наличие ясной и осознанной жизненной перспективы, миссии – смысла жизни – является важнейшим условием сохранения, поддержания и психологического развития здоровья педагога.

Смысл жизни является потенциалом для стимуляции творчества, оптимистического настроения, формирования интереса к своему будущему как к полному самореализации. Таким образом, целенаправленное применение комплекса психологических мероприятий, сохраняющих и развивающих здоровье педагогических работников, оказывает влияние не только на состояние участников образовательного процесса, но и гарантирует эффективность их деятельности, тем самым определяя успешность системы образования в целом» [Печеркина, Синякова, Чуракова: 27].

#### **Изучение психологического здоровья педагогов как актуальная проблема современного образования**

Актуальным становится изучение психологического здоровья педагогов, в связи с чем растет количество работ, посвященных данным исследованиям. Так, например, авторами рассмотрены такие важные аспекты психики, как психологические факторы мотивации и стимулирования преподавательской деятельности, совладающее поведение, профессиональное изучение изменений и деструкций в динамике педагогической деятельности и особенностей развития синдрома эмоционального выгорания (СЭВ), которое, по мнению К. Маслач, «включает эмоциональное истощение, деперсонализацию (цинизм) и снижение профессиональных достижений» [Куприянова, Дашиева, Карауш: 88].

Факторами эмоционального истощения педагога являются: «постоянное напряжение, активация сил для практических действий, повышенная ответственность перед обучающимися, постоянный контроль за несколькими одновременными составляющими учебного процесса, работа с разными возрастными категориями учеников, с разным уровнем подготовки, информационная перегрузка и т. д. Также важными и сильными компонентами воздействия на психоэмоциональное состояние педагогов оказывает организационный климат в коллективе и отношение администрации. Зачастую административный аппарат не поддерживает своих сотрудников, в коллективе отсутствуют единство и сплоченность, присутствуют внутренние межличностные конфликты, жесткий контроль, отстраненность от принятия решений и т. д. Такой пул негативных факторов оказывает губительное воздействие на психологическое состояние всех участников коллектива» [Третьякова, Мухлынина: 57].

Интересное исследование факторов эмоционального выгорания среди педагогических работников колледжа было проведено сотрудниками Российского государственного профессионально-педагогического университета. В качестве методов изучения эмоционального выгорания использовали самые распространенные психодиагностические тесты: диагностику профессионального «выгорания» по К. Маслачу

и С. Джексона (адаптировано Н.Е. Водопьяновой); диагностика эмоционального «выгорания» личности В.В. Бойко; определение психического «выгорания» (А.А. Рукавишников); «Интегральная оценка эффективности профессиональной деятельности учителя» Н.П. Фетискина. В тестировании приняли участие 63 учителя колледжа. По результатам исследования выяснилось, что для большинства учителей характерен авторитарный стиль поведения. Такие данные полностью совпали с реальной ситуацией межличностного взаимодействия в коллективе педагогов и способствовали разработке профилактических программ по преодолению выгорания или минимизации его последствий, включающие психологические, организационно-управленческие, экономические, корректирующие и профилактические меры по исключению или ослаблению влияния негативных психологических факторов на учителя [Третьякова: 72].

Психологический стресс, который сопровождает ежедневно педагогов на работе, весьма сильно отражается на их физическом здоровье, которое, по данным литературы, далеко от оптимального. Так, например, В.В. Бойко установил, что «из более 7 000 педагогов общеобразовательных школ с выявленным синдромом эмоционального выгорания у 30 % учителей отмечается высокий риск сердечно-сосудистой патологии, у 40 % – выявлены заболевания сосудов головного мозга, у 60% опрошенных – нарушена работа желудочно-кишечного тракта». Таким образом, работа над предотвращением эмоционального выгорания необходима, чтобы помочь педагогам сохранить не только психологическое здоровье, но и физическое [Третьякова: 76].

В течение длительного периода времени было проведено исследование психического здоровья педагогов образовательных организаций разного уровня и направления: около 300 учителей общеобразовательных школ, более 100 учителей коррекционных школ и коррекционных школ-интернатов [Сорокина, Попова: 798]. Исследователи использовали 4 общеизвестных психологических теста [Третьякова: 74]. По результатам исследования было установлено, что независимо от типа школ в 70 % случаев у педагогов выявлены психодезадаптивные состояния. В 15 % случаев у педагогов наблюдались психические расстройства, требующие медицинского вмешательства. Процент учителей, признанных здоровыми, составил 15 %. Таким образом, независимо от системы образования, типа образовательного учреждения профессиональная деятельность учителя абсолютно одинаково влияет на состояние психического здоровья учителей. Любые выявленные отклонения требуют срочного принятия необходимых мер по сохранению и укреплению здоровья учителя.

Синдром эмоционального выгорания рассматривается авторами как признак психической дезадаптации педагогов. В работе [Сорокина, Попова: 799] установлено, что в зависимости от стажа работы проявляются различные стадии эмоционального выгорания. Так, например, «для учителей со стажем работы до 10 лет характерны симптомы эмоционального истощения и деперсонализации, а для педагогов со стажем работы более чем 15 лет – выражено снижение профессиональных достижений». Оказалось, что педагогов можно распределить на две группы в зависимости от формирования синдрома эмоционального выгорания: развивающийся (70 %) и уже сформированный (30 %).

Такие результаты проведенной работы определяют важность организации психопрофилактических мероприятий с педагогическим коллективом, которые позволили бы оптимизировать работу педагогов. Авторы исследования предложили «комплекс валеологических образовательных программ по повышению квалификации учителей по вопросам здорового образа жизни и стрессоустойчивости, а при выявлении симптомов эмоционального выгорания были предложены и психокоррекционные программы. Были организованы обучающие тренинги и семинары не только для педагогов, но и членов структуры администрации». По рекомендациям психологов-специалистов учителя использовали приемы аутотренинга, позволяющие контролировать настроение и самочувствие, в связи с чем успеваемость в профессиональной сфере повысилась.

Очевидно, что залогом психологического благополучия педагога является постоянное психолого-педагогическое образование, непрерывное повышение квалификации и формирование культуры профессионального роста и развития. Таким образом, одна из самых важных составляющих профилактики психических расстройств – поддержание психического и физического здоровья самими педагогами [Сорокина, Попова: 800].

В работе М.А. Мокаевой проанализированы «основные признаки психологического нездоровья: невротизм, высокий уровень тревожности, наличие внутреннего конфликта, низкие показатели актуализации и др». Тестирование огромной выборки преподавателей по самым разным дисциплинам (более 600 человек) показало (согласно методике «Шкала реактивной (ситуативной) и личностной тревожности Спилбергера – Ханина»), что от 50 до 65 % преподавателей имеют высокий уровень ситуативной тревожности, при которой успешная деятельность просто невозможна. Психокоррекционная работа помогла снизить высокий уровень негативного отношения к себе [Мокаева: 38].

Такие факты также соответствуют наблюдениям Л.М. Митиной «о новом профессионально-личност-

ном смысле жизни, возникающем на основе анализа, рефлексии и являющемся динамической характеристикой». Так, например, в эксперименте среди участников, использующих саморефлексию, было отмечено изменение взглядов и мотивов при распределении ресурсов для сохранения и укрепления собственного социально-психологического здоровья. Это говорит о том, что система занятий расширяет оценку различных внешних и внутренних возможностей для укрепления здоровья [Серафимович: 3].

Особенно важно проводить анализ и коррекцию психоэмоционального состояния педагогов, работающих с обучающимися-инвалидами.

Такой педагог должен обладать рядом характеристик, таких как толерантность, позитивный настрой, быть эмоционально устойчивым и т. д. Для оценки состояния психологического здоровья такого педагога применяли «Шкалу субъективного благополучия», адаптированную в психодиагностической лаборатории Ярославского государственного университета. Добровольный опрос по проблеме саморазвития педагогов в форме групповой консультации провели среди 40 учителей, обучающихся на курсах повышения квалификации, дважды в течение трех лет. В 40 % случаев учителя имели критическое состояние психологического здоровья, при повторном тестировании – 50 %. Такие данные говорят об ухудшении психоэмоционального состояния педагогов, работающих с детьми-инвалидами. Для коррекции таких состояний были рекомендованы рефлексивные семинары с элементами расслабляющих эмоций упражнений. В процессе таких тренингов среди преподавателей была отмечена положительная динамика тяжелых состояний, появлялась потребность и желание в саморазвитии и преодолении жизненных трудностей. Заключительное тестирование показало положительные данные: 70 % преподавателей имели другой (адаптивный) уровень субъективного благополучия. Таким образом, необходимо не только периодически проводить мониторинг психологического статуса педагога в российской системе образования с учетом текущих требований к его деятельности, но и целенаправленно организовывать меры по предупреждению ухудшения эмоционального состояния педагога [Ларионова: 101].

Другой коллектив авторов создал методическое руководство, в котором представлена комплексная программа коррекции психологического состояния педагогов для всех учебных заведений: университетов, школ, колледжей и др. Авторами предложены «практические занятия и тренинги по физическому, психологическому, профессиональному здоровью, творчеству, а также способы саморегуляции не только своего психологического здоровья, но и успешности педагогической деятельности» [Москвина: 18].

С 2013 года в Томском политехническом университете внедрена обязательная система самооценки и аттестации профессорско-преподавательского состава (ППС) вуза, в основе которой заложены модели компетенций преподавателей. Предпосылкой к созданию такой системы стали требования повышения качества образовательного и научного процессов. Руководство вуза осознавало, что соответствие таким высоким стандартам возможно лишь только в случае наличия эффективного и конкурентоспособного профессорско-преподавательского состава, о котором зачастую руководство не имеет никакого представления. Важной отличительной чертой зарубежной практики работы с персоналом в вузе является существование отделов и служб, формирующих кадровую политику на всех этапах, а не только на уровне найма сотрудника. В российских институтах такие отделы только начинают формироваться. Поэтому руководство Томского политехнического университета при создании системы самооценки педагогов на основе компетенций оценивали ее как реальный инструмент повышения эффективности коммуникаций между руководством и его подразделениями с ППС.

Интересно отметить тот факт, что успешное внедрение такой системы стало возможным только при поддержке руководства вуза. Авторам разработки было дано разрешение на проведение разъяснительных семинаров, встреч, конференций с преподавателями различных кафедр [Дульзон, Васильева: 63].

#### **Оказание психологической поддержки педагогическим работникам в Нижнем Новгороде**

Ряд вузов Нижнего Новгорода также предоставляет услуги психологической помощи студентам и преподавателям. Например, кабинет психологической помощи Лингвистического университета, обеспечивающий психологическую поддержку учебного процесса, помощь профессорско-преподавательскому составу университета в рамках успешной педагогической деятельности, создание условий для поддержания оптимального статуса психологического здоровья всех участников образовательного процесса в форме индивидуальных консультаций, семинаров, тренингов по текущим вопросам учебной деятельности, межличностного взаимодействия, адаптации к условиям жизни, преодоления кризисных ситуаций, достижения эмоциональной устойчивости и др.

Психологическую поддержку оказывает также Мининский университет, Университет Н.И. Лобачевского, позволяющие решать такие психологические проблемы участников образовательного процесса, как чувство одиночества, конфликты в семье, адаптация к новым условиям, трудности в построении межличностных отношений, тревога или депрессия, стрессы, кризисные состояния и т. д.

Однако оказываемая психологическая поддержка педагогов не является профессиональной и не может в полной мере дать тот эффективный результат, который так остро необходим для улучшения качества образования.

Стоит отметить Приволжский исследовательский медицинский университет, который решает проблемы психологического и психического здоровья не только своих студентов, но и студентов других вузов.

Медицинский университет объективно рассматривает участвующих в учебном процессе на разных курсах обучения с учетом тех трудностей, с которыми они сталкиваются во время образовательного процесса – от проблемы адаптации до проблемы выгорания и потери мотивации. Также ПИМУ помогает разобраться обучающимся с текущими психологическими проблемами, такими как личные проблемы, страхи, неадекватная самооценка, трудности в принятии решения и т. д., оказывающими довлеющее влияние на психоэмоциональное состояние студента и, соответственно, эффективность обучения.

В настоящее время дополнительный стресс вызывают ситуации, связанные с ограничениями из-за пандемии COVID-19. Изоляция, изменение формата учебной нагрузки, снижение уровня общения со сверстниками и учителями на фоне постоянных опасений за свое здоровье оказывают существенное негативное влияние на психологическое благополучие как студентов, так и преподавателей.

С целью психологической помощи обучающимся вузов Нижнего Новгорода Институт клинической психологии ПИМУ предлагает следующие мероприятия: вебинары с элементами тренинга по актуальным вопросам психологического благополучия, индивидуальные консультации психологов и психотерапевтов по запросу.

Однако подобная психологическая поддержка для педагогов в учебных организациях Нижнего Новгорода отсутствует. В связи с этим весьма перспективной является организация Медицинским университетом качественной психологической поддержки и для преподавателей вуза, которая включала бы в себя решение не только проблем личного и межличностного характера, но и вопросов психологического здоровья преподавателя, напрямую влияющих на его профессиональную деятельность. Опыт, знания и навыки штатных психологов, сотрудников-клиницистов Медицинского университета с их грамотным системным пониманием здоровья человека определяют ключевую роль в решении этого вопроса для системы образования в целом [Божкова, Коновалов: 37; Поздышева, Катунова: 58].

#### **Заключение**

Вопрос изучения и корректировки психологического здоровья педагогов является в настоящее время

весьма острым и открытым. Ведь именно от преподавателя зависит качество и доступность получаемых знаний, а также успешность образовательной системы в целом. Поэтому так важно проводить регулярный мониторинг психо-эмоционального состояния педагогов в учебных организациях и оказывать своевременную психологическую помощь. Во многих Российских образовательных организациях активно внедряются программы психологической поддержки учителей. Ведь только психологически здоровый педагог может сформировать вокруг себя комфортную образовательную атмосферу, которая так необходима для успешного и эффективного обучения.

#### **Список литературы**

*Бакланов К.В., Потапов Д.А.* Система психологического сопровождения развития креативности будущих педагогов // Бюллетень международного центра «Искусство и образование»: Профессиональное образование. 2016. № 2. С. 1–10.

*Божкова Е.Д., Коновалов А.А.* Анализ современного международного опыта организации психологической и психиатрической помощи в условиях школы (обзор) // Медицинский альманах. 2020. № 1 (62). С. 36–46.

*Дульзон А.А., Васильева М.* Система самооценки и оценки компетенций научно-педагогических кадров // Высшее образование в России. 2014. № 5. С. 61–72.

*Куприянова И. Е., Дашиева Б.А., Карауш И.С.* Качество жизни и психическое здоровье педагогов, работающих в различных системах образования (общее, коррекционное, инклюзивное) // Вестник ТГПУ. 2013. № 11 (139). С. 87–93.

*Ларионова М.А.* Психологическое здоровье педагога российской образовательной системы // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2017. С. 99–103. DOI 10.17238/issn1998-5320.2017.30.99.

*Мокаева М.А.* Психологическое здоровье педагога как условие его эффективной деятельности // Педагогическое образование в России. 2011. № 3. С. 37–41.

*Москвина М.В.* Теория и практика психологического здоровья для педагогов всех типов образовательных учреждений: учебное пособие // Международный журнал экспериментального образования. 2013. № 9. С. 17–20.

*Перышкова С.А.* Проблема сохранения психологического здоровья педагога в современном обществе // Экологическая педагогика: проблемы и перспективы в свете развития технологий индустрии. 2017. № 4. С. 290–295.

*Печеркина А.А., Синякова М.Г., Чуракова Н.И.* Технологии поддержки профессионального здоровья учителя: монография: Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург: [б. и.], 2011. 158 с.

Поздышева Л.Н., Катунцова В.В. Интеграция кадровой и психологической оценки компетентности педагога ДОУ // Мир педагогики и психологии. 2017. № 3 (8). С. 56–70.

Семиздралова О.А. Психологическое здоровье педагога и пути его сохранения // Народное образование. 2010. № 1. С. 130–135.

Семькин В.А., Лебедчук П.В. Саморазвитие личности преподавателя аграрного вуза как основа становления его профессионализма // Педагогика. 2015. № 1. С. 74–76.

Серафимович И.В. Социально-психологическое здоровье педагогов и метакогнитивные процессы // Мир науки: интернет-журнал. 2018. Т. 6. № 1. С. 1–10.

Сорокина Л.В., Попова О.А. Психологическое здоровье педагогов, факторы, его определяющие // Вестник ТГУ. 2012. Т. 17, № 2. С. 797–801.

Третьякова В.С. Исследование синдрома эмоционального выгорания в педагогической среде // Психология профессионального развития. 2019. № 2. С. 71–85.

Третьякова В.С., Мухлынина О.В. Управленческая деятельность по преодолению профессиональных деформаций педагогов колледжа // Профессиональное образование и рынок труда. 2019. № 1 (36). С. 55–65.

## References

Baklanov K.V., Potapov D.A. [Sistema psikhologicheskogo soprovozhdeniya razvitiia kreativnosti budushchikh pedagogov]. *Byulleten' mezhdunarodnogo tsentra "Iskusstvo i obrazovaniye": Professional'noye obrazovaniye* [Bulletin of the International Center "Art and Education": Professional Education], 2016, № 2, pp. 1–10. (In Russ.)

Bozhkova E.D., Konovalov A.A. *Analiz sovremennogo mezhdunarodnogo opyta organizatsii psikhologicheskoy i psikiatricheskoy pomoshchi v usloviyakh shkoly (obzor)* [Analysis of modern international experience in organizing psychological and psychiatric care in a school setting (review)]. *Meditinskiy al'manakh* [Medical Almanac], 2020, vol. 1, № 62, pp. 36–46. (In Russ.)

Dulzon A.A., Vasilyeva O.M. *Sistema samootsenki i otsenki kompetentsiy nauchno-pedagogicheskikh kadrov* [The system of self-assessment and assessment of the competence of scientific and pedagogical personnel]. *Vyssheye obrazovaniye v Rossii* [Higher education in Russia], 2014, № 5, pp. 61–72. (In Russ.)

Kupriyanova I.E., Dashieva B.A., Karaush I.S. *Kachestvo zhizni i psikhicheskoye zdorov'ye pedagogov, rabotayushchikh v razlichnykh sistemakh obrazovaniya (obshcheye, korrektsionnoye, inklyuzivnoye)* [Quality of life and mental health of pedagogues working in various education systems (general, correctional, inclusive)]. *Vestnik TGPU* [Bulletin of TSPU], 2013, vol. 11, № 139, pp. 87–93. (In Russ.)

Larionova M.A. *Psikhologicheskoye zdorov'ye pedagoga rossiyskoy obrazovatel'noy sistemy* [Psychological health of the pedagogue of the Russian educational system]. *Nauka o cheloveke: gumanitarnyye issledovaniya* [Science about man: humanitarian research], 2017, pp. 99–103. DOI 10.17238 / issn1998-5320.2017.30.99. (In Russ.)

Mokaeva M.A. *Psikhologicheskoye zdorov'ye pedagoga kak usloviye yego effektivnoy deyatel'nosti* [Psychological health of a pedagogue as a condition for his effective activity]. *Pedagogicheskoye obrazovaniye v Rossii* [Pedagogical education in Russia], 2011, № 3, pp. 37–41. (In Russ.)

Moskvina M.V. *Teoriya i praktika psikhologicheskogo zdorov'ya dlya pedagogov vseh tipov obrazovatel'nykh uchrezhdeniy (uchebnoye posobiye)* [Theory and practice of psychological health for pedagogues of all types of educational institutions (textbook)]. *Mezhdunarodnyy zhurnal eksperimental'nogo obrazovaniya* [International Journal of Experimental Education], 2013, № 9, pp. 17–20. (In Russ.)

Peryshkova S.A. *Problema sokhraneniya psikhologicheskogo zdorov'ya pedagoga v sovremennom obshchestve* [The problem of preserving the psychological health of a pedagogue in modern society]. *Ekologicheskaya pedagogika: problemy i perspektivy v svete razvitiya tekhnologiy industrii* [Environmental pedagogy: problems and prospects in the light of the development of industry technologies], 2017, № 4, pp. 290–295. (In Russ.)

Pecherkin A.A., Sinyakova M.G., Churakova N.I. *Tekhnologii podderzhki professional'nogo zdorov'ya uchitelya* [Technologies for supporting the professional health of teachers]: monograph: Ural. state ped. un-t. Yekaterinburg, [b. i.], 2011, 158 p. (In Russ.)

Pozdysheva L.N., Katunova V.V. *Integratsiya kadrovoy i psikhologicheskoy otsenki kompetentnosti pedagoga DOU* [Integration of personnel and psychological assessment of the competence of a preschool pedagogue]. *Mir pedagogiki i psikhologii* [World of pedagogy and psychology], 2017, vol. 3, № 8, pp. 56–70. (In Russ.)

Semizdralova O.A. *Psikhologicheskoye zdorov'ye pedagoga i puti yego sokhraneniya* [Psychological health of a pedagogue and ways of preserving it]. *Narodnoye obrazovaniye* [Public education], 2010, № 1, pp. 130–135. (In Russ.)

Semykin V.A., Lebedchuk P.V. *Samorazvitiye lichnosti prepodavatelya agrarnogo vuza kak osnova stanovleniya yego professionalizma* [Self-development of the personality of an agricultural university teacher as the basis for the formation of its professionalism]. *Pedagogika* [Pedagogy], 2015, № 1, pp. 74–76. (In Russ.)

Serafimovich I.V. *Sotsial'no-psikhologicheskoye zdorov'ye pedagogov i metakognitivnyye protsessy* [Sociopsychological health of pedagogues and metacognitive processes]. *Mir nauki: internet-zhurnal* [World of Science: internet journal], 2018, vol. 6, № 1, pp. 1–10. (In Russ.)

Sorokina L.V., Popova O.A. *Psikhologicheskoye zdorov'ye pedagogov, faktory yego opredelyayushchiye* [Psychological health of pedagogues, its determining factors]. *Vestnik TGU* [Vestnik TSU], 2012, vol. 17, № 2, pp. 797–801. (In Russ.)

Tretyakova V.S. *Issledovaniye sindroma emotsional'nogo vygoraniya v pedagogicheskoy srede* [Research of the emotional burnout syndrome in the pedagogical environment]. *Psikhologiya professional'nogo razvitiya* [Psychology of professional development], 2019, № 2, pp. 71–85. (In Russ.)

Tretyakova V.S., Mukhlynina O.V. *Upravlencheskaya deyatel'nost' po preodoleniyu professional'nykh deformat-*

*siy pedagogov kolledzha* [Management activity to overcome professional deformations of college pedagogues]. *Professional'noye obrazovaniye irynok truda* [Professional education and labor market], 2019, vol. 1, № 36, pp. 55–65. (In Russ.)

*Статья поступила в редакцию 13.02.2021; одобрена после рецензирования 26.04.2021; принята к публикации 12.05.2021.*

*The article was submitted 13.02.2021; approved after reviewing 26.04.2021; accepted for publication 12.05.2021.*