

УДК 371.213.1+159.9

Изучение психологического благополучия личности педагога во взаимосвязи с его эмоционально-поведенческими качествами на примере классных руководителей

Л. Б. Козьмина*Институт развития образования Иркутской области, г. Иркутск***Аннотация.**

Введение. Статья посвящена исследованию психологического благополучия личности классных руководителей, их эмоционально-поведенческих качеств и связей между ними.

Материалы и методы. Представлены результаты исследования психологического благополучия, ассертивности и эмоционального выгорания педагогов ($n=38$), осуществляющих классное руководство в общеобразовательной школе. Методы исследования: опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко; Тест «Ассертивность личности» В. П. Шейнова; «Диагностика эмоционального выгорания личности» В. В. Бойко; методы графического представления данных, математико-статистической обработки и интерпретации данных на уровне значимости $p=0,05$ (критерий ранговой корреляции Спирмена).

Результаты исследования. Выявлены и обобщены показатели и критерии психологического и эмоционального благополучия, ассертивности поведения педагогов (критерий – уровень изучаемых качеств); определены особенности связи этих показателей. Определена роль психологического благополучия и ассертивности педагога в профилактике эмоционального выгорания.

Заключение. Проведённое исследование восполняет дефицит знаний о связи психологического благополучия педагогов с их эмоционально-поведенческими характеристиками и риском эмоционального выгорания. Перспективы дальнейшей разработки темы связаны с определением направлений психолого-педагогического и методического сопровождения классных руководителей в целях оптимизации психологического благополучия и ассертивности.

Ключевые**слова:**

ассертивность, классное руководство, личность педагога, школа, психологическое благополучие, психологическое здоровье, эмоциональное выгорание.

Для

цитирования:

Козьмина Л. Б. Изучение психологического благополучия личности педагога во взаимосвязи с его эмоционально-поведенческими качествами на примере классных руководителей // Педагогический ИМИДЖ. 2020. Т. 15. № 1 (50). С.99–111.

DOI: 10.32343/2409-5052-2021-15-1-99-111

Дата поступления
статьи в редакцию:
26 января 2021 г.

Введение

Сегодня внимание науки и педагогического сообщества направлено на проблемы психологического благополучия и безопасности детей и подростков в образовательной среде, создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья школьников, при этом психологическое благополучие педагогов остаётся за рамками современных научных исследований. Однако ключевой фигурой в формировании благоприятного психологического климата в образовательной среде является педагог. А именно педагоги, осуществляющие функции классного руководителя, профессионально-личностные качества и психологическое состояние которых влияют и на коммуникативно-личностное развитие школьников, и на психологический климат в классе и в школе в целом. При этом психологическая безопасность является одним из условий качества образования, определённых федеральными документами.

Как указано в методических рекомендациях Министерства образования РФ [11], целью деятельности классного руководителя является «создание условий для саморазвития и самореализации личности обучающегося, его успешной социализации в обществе», среди прочих стоит задача создания «благоприятных психолого-педагогических условий для развития личности, самоутверждения каждого обучающегося, сохранения неповторимости и раскрытия его потенциальных способностей», а формулировка коммуникативных функций содержит «содействие общему благоприятному психологическому климату в коллективе класса», «регулирование межличностных отношений между обучающимися», «помощь в формировании и развитии коммуникативных качеств учеников» [там же]. Исходя из данных рекомендаций, актуальных по сегодняшний день, классный руководитель – это не только создатель благоприятного климата и гарант безопасной образовательной среды, но и тот значимый взрослый, который, тесно взаимодействуя с детьми, учит их конструктивному общению, разрешает межличностные конфликты, мотивирует, контролирует, помогает. При этом большинство педагогов, осуществляющих данную функцию, имеют большую предметную нагрузку из-за дефицита учительских кадров. Переутомление педагогов вследствие большой нагрузки имеет негативные взаимосвязанные последствия: снижение трудовой мотивации и качества преподавания, эмоциональное выгорание педагога, ощущение личностной несостоятельности, бы-

товое и психологическое неблагополучие, утрата смыслов и ценностей педагогической деятельности, невротизация, уход из профессии, снижение социальной привлекательности профессии педагога и его образа в глазах учеников, появление рисков психологической безопасности образовательной среды [1; 6; 10].

Недавно проведённое исследование в рамках образовательного проекта Яндекс «Я-учитель» [3], в котором приняли добровольное участие 38 тыс. учителей, показало, что у 75 % опрошенных присутствуют симптомы выгорания вне зависимости от стажа педагогической деятельности. Сложившаяся (острая) фаза эмоционально-волевого истощения выявлена у 38 % педагогов. Эти результаты эксперты объяснили объективными трудностями, с которыми столкнулись педагоги, работая с детьми дистанционно.

Таким образом, можно констатировать, что существуют определённые риски безопасности образовательной среды и взаимодействия субъектов образовательных отношений, связанные с психологическим и эмоциональным неблагополучием педагогов. Это диктует необходимость изучения личностных факторов педагогов группы риска и поиск психолого-педагогических и организационных методов оптимизации психологического благополучия классных руководителей.

Обзор литературы

Психологическое благополучие педагога долгое время рассматривалось в научной литературе с позиции психологического здоровья (И. В. Дубровина; С. А. Сысоева, 2009 и др.), профессиональной деформации личности педагога (Е. И. Орлова, 2013; А. В. Логинова 2015; О. Б. Михайлова, 2016; Е. И. Сапего, В. Я. Янчук, 2017), психического выгорания педагогов и его влияния на психологическое благополучие учащихся (В. Н. Феофанов, 2009). Причём подавляющее число этих исследований касалось педагогов, работающих с особыми детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья [13].

Психологическое благополучие понимается как многофакторный конструкт, как сложное субъективное переживание человека, содержащее эмоциональные оценки актуальных и потенциальных аспектов своей жизни [4]. Разработчик данной темы К. Рифф рассматривала психологическое благополучие как наличие совокупности специфических качеств личности, позволяющих позитивно функционировать, в том числе и профессионально, более успешно, чем при их отсутствии или недостаточности [19]. К. Рифф подчёркивает, что психологическое благополучие обусловлено преимущественно особенностями отношения личности к себе и окружающему миру, то есть является в своей основе субъективным, и что внешние объективные показатели благополучия, такие как показатели здоровья, уровень дохода и пр., не оказывают доминирующего влияния на переживание человеком состояния благополучия [6]. Показывая связь психологического благополучия с работой, общественной деятельностью, опытом семейной жизни, она приводит факты о том, что психологическое благополучие как своеобразное защитное свойство личности позволяет снизить риск заболеваний и даже продлить человеку жизнь [20]. Результаты наших исследований также показали наличие связи психологического благополучия студентов-психологов с академической успеваемостью и успешностью на производственной практике [4].

Эмоциональное выгорание педагога формируется как защитная реакция на стрессы, психотравматические ситуации в образовательном пространстве, что приводит к эмоциональному отдалению от учеников, негуманному отношению к ним, общему снижению эффективности в работе [2]. Оно представляет собой приобретённый стереотип профессионального поведения, который, с одной стороны, включает в себя защитное поведение, дозирование и экономное использование своих ресурсов, с другой – отрицательно сказывается на выполнении педагогической деятельности, на межличностных отношениях со всеми субъектами образовательных отношений [13].

Существуют определённые личностные характеристики, которые являются факто-

рами риска развития профессионального выгорания. Так, Е. Махер и К. Кондо [9] выделяют две группы личностных качеств, негативно сказывающихся на межличностных отношениях и приводящих к выгоранию: агрессивная конкурентность и выраженная доминантность личности со слабой эмпатией.

Важными качествами педагогов, защищающих их от выгорания, являются устойчивая позитивная самооценка и уверенность в себе, которые ярче всего проявляются в ситуациях сравнения и конкуренции, которых достаточно много в работе учителя. Такие ситуации являются наиболее стрессогенными для неуверенных в себе педагогов, с нестабильной самооценкой. Внешне это может проявляться как плохо скрываемое раздражение или зависть в адрес коллег или учащихся, более успешных или благополучных [2]. Зачастую из сниженного самоуважения возникает трудоголизм как гиперкомпенсация неудовлетворённости или реализация завышенной мотивации успеха (вплоть до перфекционизма), стремление всё и всегда делать лучше других. При этом любое снижение результатов труда или его оценки, даже по объективным причинам, может вызвать неадекватную реакцию: от ухода в себя и депрессивных переживаний до поиска виноватого и направления в его адрес резких агрессивных выпадов, попыток самоутверждения за счёт учеников или родителей [7].

Ассертивность – это твёрдость без агрессии в ситуации общения, «способность уверенно отстаивать свои права, не попирая при этом прав других» [18, с. 147]. В. Каппони и Т. Новак определяют ассертивность как интегративную личностную черту – «независимость от оценок других и возможность самостоятельно регулировать собственное поведение» [5], что, по сути, является характеристикой зрелости личности. Ассертивное поведение – это основа конструктивного подхода в межличностном взаимодействии и общении, здоровая альтернатива манипулятивного и агрессивного поведения [15; 18]. Поэтому так важно его изучение для педагогов, выполняющих функцию классного руководства.

Зарубежные исследователи (С. Бишоп и др.) выявили связи ассертивного поведения с психическим здоровьем, самоэффективностью, самооценкой и чувством собственного достоинства [18]. Отечественные авторы (А. А. Леонтьев, В. И. Крючков, С. А. Степанов и др.) [17] также считают ассертивность личностной характеристикой, причём довольно стабильной, включающей в себя эмпатию, ответственность за собственную жизнь, способность осознавать свои сильные и слабые стороны.

М. Н. Дудина [3], рассматривая педагогические аспекты ассертивности личности в концепции психолого-педагогической фасилитации, считает развитие ассертивности у детей важной целью и результатом образования, акцентируя внимание педагогов на необходимости освоения соответствующих интерактивных и инновационных педагогических технологий. Но, на наш взгляд, осведомлённости педагогов в области теоретико-методологических основ и технологий данной концепции недостаточно для развития у детей такого системообразующего свойства личности, как ассертивность. Более важен личный пример педагога, его способность и готовность к самовыражению без самоутверждения за счёт ученика, открытость в общении без нарушения личностных границ, смелость и настойчивость без психологического давления, доверие и вера в себя и в детей.

Так, И. В. Лебедева [5] в своём исследовании доказывает, что психологическое сопровождение развития ассертивности детей на основе комплексного (когнитивного, эмоционального и поведенческого) подхода приводит к позитивным изменениям в структуре индивидуально-психологических свойств, мотивационной и ценностно-смысловой сферах личности. «Ассертивному поведению можно научиться, – пишет С. Бишоп, – при этом повышение ассертивности личности коррелирует с повышением её удовлетворённости межличностными отношениями [18].

Теоретический анализ научной литературы за десять лет помог выявить дефицит

исследований, касающихся личности классных руководителей, и отсутствие работ, посвящённых связи психологического благополучия, эмоционального выгорания и ассертивности личности педагогов, что определило выбор темы нашего исследования и обуславливает его новизну.

В рамках данной статьи мы рассматриваем психологическое благополучие, ассертивность личности и эмоциональное благополучие как интегративные характеристики личности педагога, которые максимально отражаются на качестве профессиональной деятельности и межличностных отношениях с субъектами образовательных отношений.

Цель исследования – изучить психологическое благополучие личности классных руководителей во взаимосвязи с эмоциональным благополучием и ассертивностью поведения.

Материалы и методы исследования

Методы исследования: теоретический анализ научных источников, метод тестирования, метод графического представления результатов, методы математической и статистической обработки данных (RS). При тестировании использовались методики: «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф в адаптации П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленковой [14]; Тест «Ассертивность личности» В. П. Шейнова [16]; «Диагностика эмоционального выгорания» В. В. Бойко [9]. Исследование осуществлялось по принципу добровольного участия. Выборку составили 38 классных руководителей общеобразовательных школ г. Ангарска. Характеристика выборки: 100 % женщины в возрасте от 22 до 62 лет (ср.=39,4 г.) со стажем руководства детским коллективом от полугода до 42 лет (ср.=28,7)

Результаты исследования

Выявлена доля педагогов (18 % в среднем по группе (М) и 21 % по индексу) с высоким уровнем психологического благополучия (табл. 1). Большинство педагогов (63 % – нормативные значения ИПБ; М = 67 %) чувствуют себя психологически благополучными, удовлетворены своей жизнью, структура их терминальных ценностей отличается большей конкретностью и реализуемым характером.

Таблица 1

Показатели психологического благополучия классных руководителей (%)

Table 1

Indices of psychological well-being of class teachers (%)

| | Шкалы | Низкие | Нормативные | Высокие |
|---|--|-----------|-------------|-----------|
| 1 | Позитивное отношение к окружающим | 11 | 68 | 21 |
| 2 | Автономия | 42 | 42 | 16 |
| 3 | Управление средой | 11 | 73 | 16 |
| 4 | Личностный рост | 11 | 73 | 16 |
| 5 | Цели в жизни | 0 | 79 | 21 |
| 6 | Самопринятие | 14 | 70 | 16 |
| | <i>М =</i> | <i>14</i> | <i>67</i> | <i>18</i> |
| | Индекс психологического благополучия (ИПБ) | 16 | 63 | 21 |

Как видно из таблицы 1, сильными сторонами в структуре психологического благополучия педагогов являются: цели в жизни (79 % нормативные и 21 % выс. знач.) позитивное отношение к окружающим (68 % и 21 % соответственно). Т.е. педагоги ценят и видят смысл в своём прошлом и настоящем опыте, умеют выстраивать доверительные отношения с окружающими, способны к эмпатии и близости, умеют находить



компромиссы во взаимоотношениях. Слабым конструктом в структуре психологического благополучия педагогов является автономия – 42 % педагогов очень зависимы от ожиданий и оценок окружающих, мало опираются на себя и свои стандарты поведения при принятии важных решений, не способны противостоять социальному давлению.

Выявлена также и группа «риска» ($M=14\%$), чьи показатели по нескольким конструктам психологического благополучия находятся в зоне низких значений. Обобщённая характеристика психологически неблагополучного педагога: неспособность к преодолению каждодневных трудностей (проблем), переживание невозможности изменить или улучшить условия своей жизнедеятельности; переживание личностной стагнации, чувство скуки и незаинтересованности в жизни, нежелание приобретать новые установки и способы поведения; недовольство и разочарование в себе, непринятие своих качеств; чувство бессмысленности жизни, дефицит смысловых ориентаций и убеждений.

Определение степени сформированности стадий эмоционального стресса педагогов представлено на рис. 1.

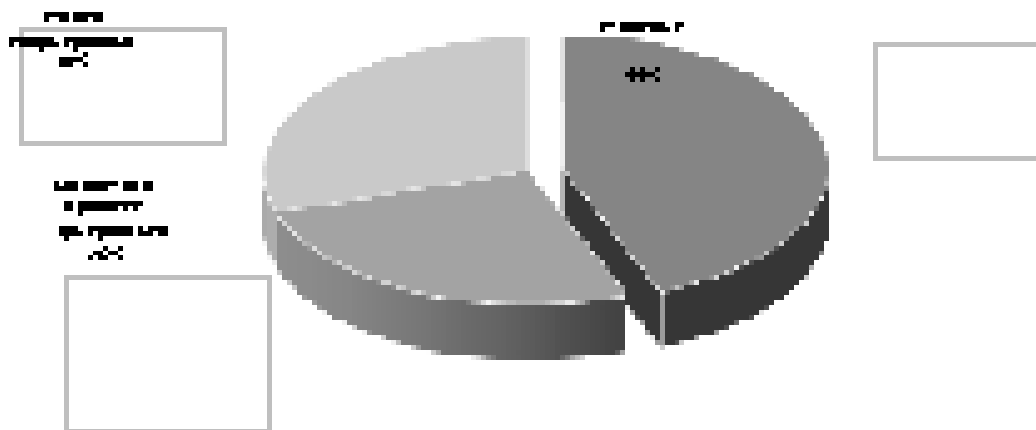


Рис. 1. Распределение стадий эмоционального выгорания классных руководителей

Fig. 1. Distribution of stages of emotional burnout in class teachers

Для половины опрошенных (рис. 1) характерна стадия формирования эмоционального выгорания – 26 %, сформированная стадия у 30 %, у 44 % педагогов эмоциональное состояние в норме.

Наше исследование проводилось до пандемического локдауна, и есть возможность сравнить полученные показатели с результатами изучения эмоционального выгорания в рамках программы «Я-учитель» в октябре 2020 г. [8]. Так, в нашем исследовании фаза истощения наблюдается у 32 %, а в исследовании Яндекс – у 75 % педагогов. Сопоставление этих данных косвенно свидетельствует о том, что именно изменение условий образовательной среды стали теми факторами профессиональной деятельности, которые повлияли на снижение эмоционального благополучия учителей.

Распределение показателей эмоционального выгорания классных руководителей по симптомам (фазам) представлено на рис. 2.

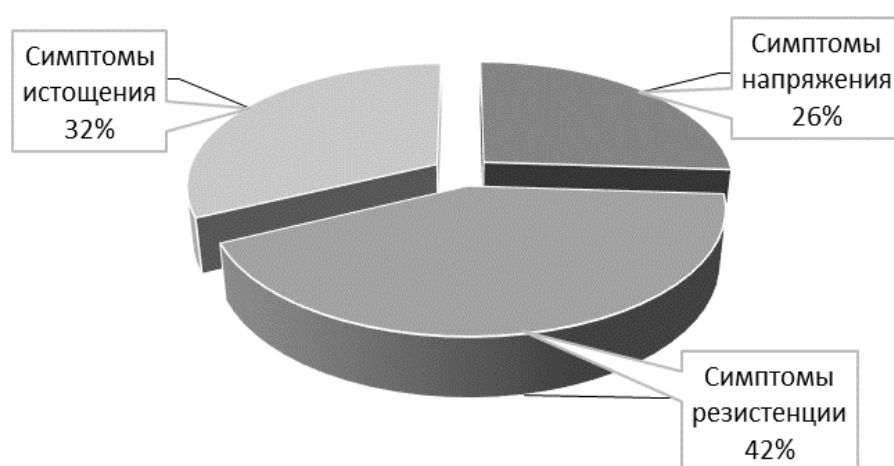


Рис.2. Распределение симптомов эмоционального выгорания педагогов
Fig. 2. Distribution of symptoms of emotional burnout in teachers

У 26 % педагогов (рис. 2) выявлены симптомы напряжения – предвестника начала формирования синдрома профессионального выгорания, характеризующегося ощущением «загнанности» и повышения тревоги «не справиться с работой» [2]. Симптомы резистенции (сопротивления стрессу) обнаружены у 42 % учителей. Сложившаяся фаза резистентности связана с неадекватным избирательным эмоциональным реагированием, эмоционально-нравственной дезориентацией, расширением сферы экономии эмоций и с редукцией профессиональных обязанностей. У 32 % педагогов наблюдаются симптомы истощения: более или менее выраженное падение общего энергетического тонуса, ослабление нервной системы, эмоциональная отстранённость, деперсонализация, психосоматические и психовегетативные нарушения, чувство эмоционального перенапряжения и опустошённости ресурсов.

На рисунке 3 представлены результаты изучения ассертивности поведения классных руководителей.

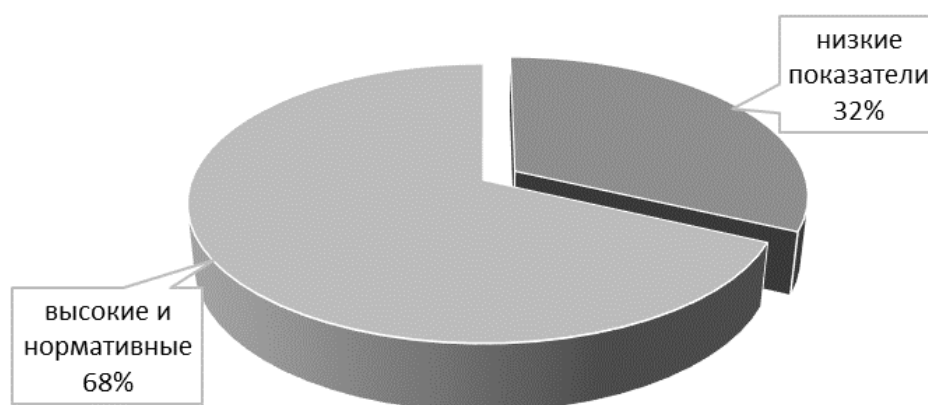


Рис.3. Распределение показателей ассертивности классных руководителей
Fig. 3. Distribution of indices of assertiveness in class teachers

Как мы видим (рис. 3), у 68 % опрошенных наблюдаются высокие или нормативные качества ассертивности личности. Исходя из интерпретации результатов опросника

[16], это педагоги со сложившимся мнением о себе и своём поведении, оценивающие себя реалистично, что является хорошей основой для взаимодействия с окружающими. Они достаточно независимы, при этом относятся с вниманием, уважением к людям, самостоятельны, достигают желаемой цели, не причиняя вреда окружающим, точно знают, чего хотят, идут к цели, опираясь на свои собственные силы, уверены в себе, действуют чётко и решительно. У трети учителей (32 %) ассертивность слабая, они слишком зависимы от окружающих, не всегда самостоятельны, не уверены в себе, в профессиональных ситуациях часто испытывают сомнения и опасения в выборе стратегии поведения, поэтому нуждаются в советах со стороны опытного педагога и психологической поддержке.

Далее представлены результаты корреляционного анализа изучаемых качеств личности педагогов, полученные с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена на 5 % от уровня достоверности ($p \leq 0,05$) данных (табл. 2).

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа

Table 2

Results of the correlation analysis

| № | | Эмоциональное выгорание | | | Ассертивность $R_s; p$ |
|---|-----------------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------|
| | | Напряжение $R_s; p$ | Резистентность $R_s; p$ | Истощение $R_s; p$ | |
| 1 | Позитивное отношение к окружающим | -0,356; 0,287 | -0,622; 0,047 | -0,124; 0,357 | 0,529; 0,037 |
| 2 | Автономия | -0,322; 0,546 | 0,152; 0,541 | 0,368; 0,211 | 0,561; 0,024 |
| 3 | Управление средой | -0,549; 0,050 | -0,358; 0,157 | 0,331; 0,117 | 0,842; 0,001 |
| 4 | Личностный рост | -0,173; 0,471 | 0,241; 0,412 | 0,347; 0,298 | 0,227; 0,318 |
| 5 | Цели в жизни | 0,239; 0,124 | 0,129; 0,258 | -0,398; 0,067 | 0,480; 0,671 |
| 6 | Самопринятие | 0,368; 0,187 | -0,481; 0,050 | -0,271; 0,131 | 0,604; 0,002 |
| 7 | Напряжение | | | | -0,681; 0,017 |
| 8 | Резистентность | | | | -0,539; 0,031 |
| 9 | Истощение | | | | -0,581; 0,018 |

Статистический анализ (табл. 2) позволил выявить прямую корреляцию ассертивности поведения педагогов с конструктами психологического благополучия: позитивным отношением к окружающим ($p=0.037$); автономией ($p=0.024$); управлением средой ($p=0,001$) и самопринятием ($p=0.002$). Таким образом, чем выше ассертивность педагога, тем выше позитивное отношение к другим и к себе, реалистичнее самооценка, открытость и гибкость в общении, умелость в преодолении трудностей на пути реализации целей, ощущение собственной компетентности, независимость в оценках от мнения большинства.

Выявлена обратная взаимосвязь конструктов психологического благополучия и эмоционального выгорания – фазы напряжения и управления средой ($p=0,05$). Эти результаты свидетельствуют о том, что чем больше у педагога способов управления различными видами деятельности, чем выше способность добиваться желаемого через преодоление различных препятствий, тем менее характерно для него тревожное напряжение, переживание неудовлетворённости собой и ощущение непреодолимого давле-

ния обстоятельств. Выявлена также обратная связь фазы резистентности и двух шкал психологического благополучия: позитивного отношения к окружающим ($p=0,047$) и самопринятия ($p=0,05$). Это говорит о том, что чем выше позитивное отношение к себе и к другим, чем выше самопринятие, тем меньше проявляется сопротивление к профессиональному общению, усталости от контактов, попыток оградить себя от общения с детьми и коллегами.

Обнаружена также обратно пропорциональная связь показателей ассертивного поведения с симптомами эмоционального выгорания педагогов: напряжением ($p=0,017$), резистентностью ($p=0,031$) и истощением ($p=0,018$). Постоянная неуверенность в себе и нерешительность в действиях по отношению к большому ряду педагогических ситуаций связана с усилением проявления таких признаков, как нервно-психическое напряжение и рост неудовлетворённости и недовольства (в т. ч. собой); избирательное эмоциональное реагирование с проявлениями равнодушия, чёрствости, жёсткости по отношению к ученикам; потеря сил на проявление эмпатии, на побуждение детей к дисциплине и познавательной активности; появление большого числа негативных эмоций в адрес субъектов образовательных отношений; снижение качества профессиональной деятельности, её ценности и значимости для себя.

Заключение

Исследование показало, что педагоги, выполняющие функции классного руководителя и имеющие высокий уровень психологического благополучия и ассертивности, не склонны к эмоциональному выгоранию, легко принимают на себя ответственность за собственное поведение, демонстрируют самоуважение и уважение к другим, уверены в себе, эффективно общаются. Классные руководители с низким уровнем психологического благополучия и уровнем ассертивности являются «группой риска» по развитию синдрома эмоционального выгорания и соматизации психологических проблем, что неблагоприятно сказывается на качестве профессиональной деятельности и общении.

Проведённое исследование восполняет дефицит знаний о связи психологического благополучия с эмоционально-поведенческими характеристиками педагогов, выявляет психологические характеристики риска эмоционального выгорания. Перспективы дальнейшей разработки темы связаны с определением направлений психолого-педагогического и методического сопровождения классных руководителей в целях оптимизации психологического благополучия и ассертивности.

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

Список литературы

1. Баева И. А., Баев Н. Н., Гаязова Л. А. Безопасность как психолого-педагогический ресурс образовательной среды и условие психологического благополучия ученика и учителя // Научное мнение. 2013. № 4. С. 183–196.
2. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания; 2-е изд. М.: Питер, 2008. 336 с.
3. Дудина М. Н. Ассертивность личности как цель, процесс и результат в образовании // Специальное образование. 2020. № 2 (58). С. 132–149.
4. Козьмина Л. Б. Динамика психологического благополучия студентов-психологов: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Ярославль, 2014. 21 с.
5. Лебедева И. В. Психологические детерминанты ассертивности личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Красноярск, 2015. 205 с.
6. Миниурова С. А., Заусенко И. В. Личностные детерминанты психологического благополучия педагога // Педагогическое образование в России. 2013. № 1. С. 94–101.

7. Митина Л. М., Митин Г. В., Анисимова О. А. Профессиональная деятельность и здоровье педагога: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / под общ. ред. Л. М. Митиной. М.: Академия, 2005. 362 с.
8. Мишина В. Двигатель внутреннего выгорания [Электронный ресурс] // Газета Коммерсант. 22.12.2020. № 235. С. 5. URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4625823> (дата обращения: 13.01.2021).
9. Молокозедов А. В., Слободчиков И. М., Удовик С. В. Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности. М.: Левъ, 2018. 250 с.
10. Образовательная среда школы как фактор психического развития учащихся / под ред. В. В. Рубцова, Н. И. Поливановой. М. -Обнинск: ИГ-СОЦИН, 2007. 288 с.
11. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (с изменениями и дополнениями от 05.08.2016) [Электронный ресурс]: Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н. URL: <http://base.garant.ru/70535556/#ixzz6jPR6Hp2y> (дата обращения: 01.09.2020).
12. Об утверждении методических рекомендаций об осуществлении функций классного руководителя педагогическими работниками государственных общеобразовательных учреждений субъектов РФ и муниципальных общеобразовательных учреждений [Электронный ресурс] Приказ Министерства образования и науки РФ от 03.02.2006 № 21. URL: <http://www.zakonpro.ru/content/base/part/485196> (дата доступа: 01.09.2020).
13. Феофанов В. Н. Психическое выгорание специальных педагогов и его влияние на психологическое благополучие учащихся с отклонениями в развитии : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10. Нижний Новгород, 2009. 27 с.
14. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика 2005. № 3. С. 95–129.
15. Шейнов В. П. Ассертивное поведение: преимущества и восприятие // Современная зарубежная психология. 2014. Т. 3. № 2. С. 107–120.
16. Шейнов В. П. Взаимосвязи ассертивности с психологическими и социально-психологическими характеристиками личности // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2018. Т. 15. № 2. С. 147–161. DOI: 10.22363/2313-1683-2018-15-2-147-161
17. Шейнов В. П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 107–116.
18. Bishop S. Develop Your Assertiveness. Kogan Page Publishers. 2013. P. 168.
19. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited [Electronic resource] // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69 (4). Pp. 719–727. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers.aspx?referenceid=1850913> (mode of access: 12.02.2021). DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
20. Ryff C. D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia // Psychother Psychosom. 2014. N. 83(1):10-28. DOI : 10.1159/000353263

References

1. Baeva I.A., Baev N.N., Gayazova L.A. Bezopasnost' kak psikhologo-pedagogicheskij resurs obrazovatel'noj sredy i uslovie psikhologicheskogo blagopoluchiya uchenika i uchitelya // Nauchnoe mnenie [Security as a psychological and pedagogical resource of the educational environment and the condition for psychological well-being of the student and teacher]. 2013. no. 4. pp. 183-196. (in Russian)
2. Vodopyanova N., Starchenkova E. Sindrom emotsional'nogo vygoraniya [The syndrome of emotional burnout]. 2nd edition. Publishing House "Lev", 2008. 336 p. (in Russian)

3. Dudina M.N. Assertivnost' lichnosti kak tsel', protsess i rezul'tat v obrazovanii // Spetsial'noe obrazovanie [Assertiveness of personality as a goal, process and result in education] [Special Education]. 2020. no. 2. pp. 132-149. (in Russian)
4. Kozmina L.B. Dinamika psikhologicheskogo blagopoluchiya studentov-psikhologov [Dynamics of psychological well-being of psychology students]. Cand. sci. diss. abstr. Yaroslavl'. 2014. 21 p. (in Russian).
5. Lebedeva I.V. Psikhologicheskie determinanty assertivnosti lichnosti [Psychological determinants of personality assertiveness]. Cand. sci. diss. Siberian State Technological University. Krasnoyarsk, 2015. pp. 205 (in Russian)
6. Miniurova S.A., Zausenko I.V. Lichnostnye determinanty psikhologicheskogo blagopoluchiya pedagoga [Personal determinants of psychological well-being of a teacher] Pedagogical education in Russia. 2012. no. 1. pp. 94-101. (in Russian)
7. Mitina L.M., Mitin G.V., Anisimova O.A. Professional'naya deyatel'nost' i zdorov'e pedagoga [Professional activity and health of a teacher: textbook for university students./ ed. by L.M. Mitina]. M.: Akademiya, 2005. (in Russian)
8. Mishina V. Dvigatel' vnutrennego vygoraniya [The engine of internal burnout] // Gazeta Kommersant Available at: <https://www.kommersant.ru/doc/4625823> (accessed: 13.01.2021). (in Russian)
9. Molokoyedov A.V., Slobodchikov I.M., Udovik S.V. [Emotional burnout in professional activity]. M.: Publishing House "Lev", 2018. p. 252. (in Russian)
10. Obrazovatel'naya sreda shkoly kak faktor psikhicheskogo razvitiya uchashchikhsya [Educational environment of the school as a factor of students' mental development] / ed. by V.V. Rubtsov, N. I. Polivanova. - Moscow-Obninsk: IG-SSOTSIN, 2007. 288 p. (in Russian)
11. Prikaz Ministerstva truda i sotsial'noj zashchity RF ot 18 oktyabrya 2013 g. N 544n «Ob utverzhdenii professional'nogo standarta "Pedagog (pedagogicheskaya deyatel'nost' v sfere doskol'nogo, nachal'nogo obshchego, osnovnogo obshchego, srednego obshchego obrazovaniya) (vospitatel', uchitel')» s izmeneniyami i dopolnениyami ot 05.08.2016 [Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation of October 18, 2013 N 544n "On approval of the professional standard "Teacher" (pedagogical activity in the field of preschool, primary general, basic general, secondary general education) (educator, teacher)] with amendments and additions of 05.08.2016 Available at: <http://base.garant.ru/70535556/#ixzz6jPR6Hp2y> (accessed: 01.09.2020) (in Russian)
12. Prikaz Ministerstva obrazovaniya i nauki RF ot 03.02.2006 № 21 «Ob utverzhdenii metodicheskikh rekomendatsiy ob osushchestvlenii funktsiy klassnogo rukovoditelya pedagogicheskimi rabotnikami gosudarstvennykh obshcheobrazovatel'nykh uchrezhdenij sub"ektov RF i munitsipal'nykh obshcheobrazovatel'nykh uchrezhdenij» [Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation of 03.02.2006 № 21 "On approval of methodological recommendations on the performance of the class teacher functions by pedagogical workers of the state educational institutions of subjects of the Russian Federation and municipal educational institutions"] Available at: <http://www.zakonprost.ru/content/base/part/485196> (accessed: 01.09.2020) (in Russian)
13. Feofanov V.N. Psikhicheskoe vygoranie spetsial'nykh pedagogov i ego vliyanie na psikhologicheskoe blagopoluchie detej s otkloneniyami v razvitii [Mental burnout of special teachers and its impact on the psychological well-being of children with developmental disabilities]. Cand.sci.diss. abstr. Nizhny Novgorod State Pedagogical University. Nizhny Novgorod, 2009. 27 p. (in Russian)
14. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti // Psikhologicheskaya diagnostika (obzor konceptsiy i metodika issledovaniya [Psychological well-being of the individual/Psychological diagnostics (review of concepts and methods of research)]. 2005. no. 3. pp. 95-129 (in Russian)
15. Sheinov V.P. Assertivnoe povedenie: preimushchestva i vospriyatie // Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya [Assertive behavior: advantages and perception / Modern For-

eign Psychology], 2014. no. 2. pp. 107-120 (in Russian)

16. Sheinov V.P. Vzaimosvyazi assertivnosti s psikhologicheskimi i sotsial'no-psikhologicheskimi kharakteristikami lichnosti // Vestnik RUDN. Seriya: Psikhologiya i pedagogika [Interrelationships between assertiveness and psychological, and socio-psychological characteristics of personality // Bulletin of the RUDN. Series: Psychology and Pedagogy], 2018. vol. 15. no. 2, pp. 147-161 (in Russian)

17. Sheinov V.P. Razrabotka testa assertivnosti, udovletvoryayushchego trebovaniyam nadezhnosti i validnosti // Voprosy psikhologii [Development of an assertiveness test that meets the reliability and validity requirements]. 2014. no. 2. pp. 107-116 (in Russian)

18. Bishop S. Develop Your Assertiveness. Kogan Page Publishers, 2013. 168 p.

19. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of Personality and Social Psychology. 1995. col. 69(4). pp. 719–727. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

20. Ryff C.D. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. Psychother Psychosom. 2014. no.83(1):10-28. DOI: 10.1159/000353263

Psychological Well-Being of Teacher's Personality in Relation to Their Emotional and Behavioral Qualities on the Example of Class Teachers

Lyudmila B Kozmina

Institute for the Development of Education Irkutsk region, Irkutsk

Abstract. Introduction. *The paper is devoted to the research of the psychological well-being of class teachers, their emotional and behavioral qualities, and the relationships between them.*

Materials and methods. *The paper presents the findings indicating the psychological well-being, assertiveness, and emotional burnout of teachers (n=38) who carry out class management in a comprehensive school. The research methods are the questionnaire of the Ryff Scale of psychological well-being adapted by T.D. Shevelonkov, and P.P. Fesenko; Sheynov's Test "Assertiveness of personality"; "Diagnostics of emotional burnout of personality" by V.V. Boyko; methods of graphical data representation, mathematical and statistical processing, and data interpretation at the level of significance $p=0.05$ (Spearman's rank correlation coefficient).*

The results of the study. *The study has identified and generalized the psychological and emotional well-being indices and criteria and assertiveness of teachers' behavior (criterion is the level of the studied qualities); and determined the features of the correlation between these indices. The role of teacher's psychological well-being and assertiveness in the prevention of emotional burnout is determined.*

Conclusion. *The study fills the gaps in the knowledge about the relationship between the psychological well-being of teachers and their emotional and behavioral characteristics and the risk of emotional burnout. The prospects for further development of the topic are related to the directions of psychological, pedagogical, and methodological support to be determined to optimize the psychological well-being and assertiveness of class teachers.*

Keywords: : assertiveness, class management, teacher's personality, school, psychological well-being, psychological health, emotional burnout.

**Людмила Борисовна
Козьмина**

*кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогики
и психологии*

*ORCID [https://orcid.org/
0000-0002-6590-3118](https://orcid.org/0000-0002-6590-3118) 664007*

*Институт развития образования
Иркутской области*

*664007, Россия, г. Иркутск,
ул. Красноказахья, 10 А*

*тел.: +7(3592)500904
e-mail: lbkozmina@iro38.ru*

**Lyudmila B.
Kozmina**

*Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor of the Department of
Pedagogy and Psychology*

*ORCID [https://orcid.org/
0000-0002-6590-3118](https://orcid.org/0000-0002-6590-3118) 664007*

*Institute of Education
Development of Irkutsk Region*

*10 A Krasnokazachiya St, Irkutsk,
664007, Russia*

*tel.: +7(3592)500904
e-mail: lbkozmina@iro38.ru*