

УДК 159.942.2

DOI: 10.18384/2949-5105-2024-1-34-47

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ УЧИТЕЛЯ

Печеркина А. А., Коваленко А. А.

Уральский федеральный университет имени первого Президента России

Б. Н. Ельцина

620000, Свердловская обл., г. Екатеринбург, пр-т Ленина, д. 51,

Российская Федерация

Аннотация

Цель – выявить особенности эмоционального благополучия учителя с разным стажем работы и на разных ступенях преподавания.

Процедура и методы. В исследовании использовались следующие диагностические методики: шкала позитивного и негативного аффекта (Е. Н. Осин); шкала дифференциальных эмоций (К. Изард); опросник профессионального выгорания К. Маслач, С. Джексона (адаптация Н. Е. Водопьяновой); опросник удовлетворённости трудом (А. В. Батаршев); методика диагностики субъективного благополучия личности (Р. М. Шамионов, Т. В. Бескова). Для математической обработки полученных результатов использовался Н-критерий Краскела-Уоллиса.

Результаты. По результатам сравнительного анализа установлено, что с увеличением стажа работы в школе у учителя повышается индекс позитивных эмоций и уровень профессиональной ответственности. Более эмоционально благополучными являются учителя со стажем работы от 1 года до 5 лет и более 20 лет. Учителя, преподающие в начальной школе и среднем звене, более эмоционально благополучны, чем педагоги старшего звена.

Теоретическая и/или практическая значимость. Полученные результаты могут использовать педагоги-психологи при проведении программ профилактики эмоционального выгорания учителей.

Ключевые слова: аффект, благополучие, удовлетворённость трудом, эмоциональное благополучие, эмоциональное выгорание

FEATURES OF THE EMOTIONAL WELL-BEING OF THE TEACHER

A. Pecherkina, A. Kovalenko

Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin

pr-t Lenina, 51, Sverdlovsk region, Yekaterinburg, 620000, Russian Federation

Abstract

Aim is to identify the features of the emotional well-being of teachers with different work experience and at different levels of teaching.

Procedure and methods. The following diagnostic methods were used in the study: the scale of positive and negative affect (E. N. Osin); the scale of differential emotions (K. Izard); questionnaire of professional burnout K. Maslach, S. Jackson (adaptation by N. E. Vodopyanova);

questionnaire of job satisfaction (A. V. Batarshev); methodology for diagnosing subjective well-being of a person (Shamionov R. M., Beskova T. V.). For mathematical processing of the results obtained, the Kraskel-Wallis H-criterion was used.

Results. According to the results of the comparative analysis, it was found that with an increase in the length of work at school, the teacher's index of positive emotions and the level of professional responsibility increases. Teachers with work experience from 1 to 5 years and more than 20 years are more emotionally prosperous. Teachers who teach in elementary and middle school are more emotionally well-off than senior teachers.

Research implications. The results obtained can be used by educational psychologists in conducting programs for the prevention of emotional burnout of teachers.

Keywords: affect, well-being, job satisfaction, emotional well-being, emotional burnout.

Введение

Рассмотрение различных аспектов эмоциональной сферы в современных условиях приобретает особую значимость. В условиях, когда уровень неопределённости будущего возрастает, когда количество трансформационных изменений увеличивается и скорость происходящих событий постоянно нарастает, важно сохранять эмоциональную устойчивость и стабильность.

Следует отметить, что эмоции являются центральным звеном в жизнедеятельности человека. Они помогают сформировать поведение, которое способствует достижению поставленных целей¹. В процессе деятельности человек в первую очередь следует за эмоциональной реакцией, а не за тем, что говорят ему рассудок и логика.

В этой связи вопросы формирования эмоционального благополучия становятся актуальными.

В настоящее время содержание эмоционального благополучия рассматривается с нескольких позиций. Так, ряд авторов рассматривает данный феномен как положительную направленность эмоционального самочувствия

[3; 25]. Б. Л. Фредриксон считает, что именно позитивные эмоции способствуют повышению уровня эмоционального благополучия и формированию устойчивости личности [26].

Ю. Б. Григорова, С. В. Чернобровкина и Т. М. Мазура полагают, что эмоциональное благополучие выражается не только в знаке эмоциональных реакций, но и в способности человека продуктивно регулировать данные проявления [9; 23].

В качестве отдельного направления можно выделить рассмотрение эмоционального благополучия как «интегрального переживания, в котором сфокусировались чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон личности» [15, с. 51].

В ряде научных исследований эмоциональное благополучие личности рассматривается как синоним понятия «здоровье». Так, И. В. Дубровина² и Л. В. Тарабакина [22] считают, что эмоциональное благополучие можно приравнять к понятию «эмоциональное здоровье», которое входит в структуру психологического здоровья. Преобразование отрицательных эмо-

¹ Michael D., Robinson E. R., Watkins E. Harmon-Jones. Handbook of cognition and emotion. New York: The Guilford Press, 2013. 594 p.

² Дубровина И. В., Данилова Е. Е., Прихожан А. М. Психология: учебник. М.: Академия, 2001. 460 с.

ций в положительно окрашенные реакции осуществляется за счёт эмоционального здоровья. Необходимость данной составляющей реализуется через сохранение единого отношения к себе и к миру и может способствовать адаптации личности к неблагоприятным условиям.

Аналогичное представление разделяют С. М. А. Ламерс, Л. Болье, Г. Дж. Вестерхоф, Ф. Смит, Э. Т. Больмейер [27], которые также считают, что эмоциональное благополучие соотносится с понятием «здоровье».

Можно также выделить ряд работ, в которых эмоциональное благополучие рассматривается в контексте межличностных отношений. Так, Д. Гоулман считает, что эмоциональное благополучие включает в себя способность понимать, выражать, управлять собственными эмоциями и реагировать на эмоции других с пользой для самого человека и окружающих [8].

Г. А. Урунтаева¹, В. В. Одинцова и Н. М. Горчакова [14] рассматривают эмоциональное благополучие с позиции чувства защищённости, детерминирующего доброжелательное отношение человека к другим людям и определяющего компетенцию, обеспечивающую доступ к регуляции и изменениям не поддающихся адаптациям эмоций.

Обобщив вышесказанное, можно говорить о том, что эмоциональное благополучие представляет собой интегральный показатель, включающий переживание большого спектра положительных эмоций, приводящих к ощущению комфорта, удовлетворённости жизненными и профессиональ-

ными сферами, и детерминирующий конструктивные, позитивные отношения с собой и окружающими людьми.

Следует отметить, что эмоциональное благополучие является значимым аспектом при построении прежде всего межличностных отношений, поэтому влияет на выполнение профессиональной деятельности, предполагающей активное взаимодействие с людьми.

Одной из таких профессий выступает деятельность учителя. Специфика педагогической деятельности заключается в формировании субъект-объектных отношений, в которых субъект педагогической деятельности – педагог, объект педагогической деятельности – учащийся. Цели, задачи и методы обучения в педагогической деятельности определяются прежде всего социальными факторами, которые реализуются через межличностные отношения².

При этом эмоциональное состояние учителя играет важную роль в достижении целей, задач и методов в процессе обучения. По мнению Л. М. Митиной, наличие положительных эмоций повышает эффективность учебного процесса, а их отсутствие вызывает у учащегося и педагога коммуникативные трудности. Благоприятная эмоциональная атмосфера способствует развитию у школьников творческих и познавательных способностей³. Согласно исследованиям, эмоциональное состо-

¹ Урунтаева Г. А. Дошкольная психология: учебное пособие. М.: Академия, 2001. 336 с.

² Врублевская Е. Г., Горданова И. А., Дехаль С. Г. Педагогика временного детского коллектива: учебное пособие. Владивосток: Всероссийский детский центр «Океан», 2002. 328 с.

³ Митина Л. М., Асмаковец Е. С. Эмоциональная гибкость учителя: учебное пособие. М.: Московский психолого-социальный институт, 2001. 190 с.

яние ученика и учителя взаимосвязано, при этом необходимо идти «к здоровью ученика через здоровье учителя» [4, с. 84]. Это способствует позитивному взаимодействию и повышению эмоционального благополучия всех участников образовательного развития.

Поэтому особую значимость приобретает изучение эмоционального благополучия в контексте педагогической деятельности, которая имеет большую социальную значимость и от успешности реализации которой зависит то, какими знаниями и качествами будет обладать подрастающее поколение [7]. Ведь негативные эмоциональные проявления педагога влияют на эмоциональный климат всего учебного коллектива [17].

Н. В. Сиврикова, Е. Г. Черникова, Н. А. Соколова отмечают, что «учителя с меньшим стажем работы менее удовлетворены как отдельными сторонами, так и в целом образовательным процессом в школе» [19, с. 88]. Напротив, учителя, имеющие большой стаж работы в школе, более удовлетворены образовательным процессом. В работе Т. Г. Сырицо отмечено, что наиболее эмоционально стабильные учителя те, которые преподают в начальной школе [20].

На наш взгляд, ключевое значение в контексте педагогической деятельности играет стаж работы и та ступень образования, на которой преподаёт учитель (начальная школа, среднее звено, старшее звено). Учитывая, что исследования эмоционального благополучия учителя носят ограниченный характер, соответственно, такие факторы, как стаж работы и ступень преподавания, в них практически не представлены [6; 12].

Цель исследования заключается в выявлении особенностей эмоционального благополучия учителя с разным стажем работы и на разных ступенях преподавания.

Выборка и методы исследования

Данное исследование основано на положениях позитивной психологии как наиболее оптимальной для рассмотрения содержания эмоционального благополучия.

Использованы также положения концепции профессионального развития личности Э. Ф. Зеера, в рамках которой рассматриваются стадии профессионального развития личности, зависящие от конкретных социальных обстоятельств и ситуаций, определяющих профессиональный выбор человека и его отношение к профессии.

Эмпирическое исследование проводилось на базе трёх общеобразовательных школ г. Нижнего Тагила. В исследовании участвовали 100 учителей, из которых 12 мужчин (12%) и 88 женщин (88%). Возрастной диапазон составил от 23 до 62 лет, средний возраст – 36,8 лет.

Участники исследования заполняли психодиагностические методики онлайн в Google-форме.

Выборка была разделена на группы в соответствии с представлением о стадиях профессионального развития и соответствующим им стажем работы:

- 1) стаж работы учителя от 1 года до 5 лет (стадия профессиональной адаптации);
- 2) стаж работы учителя от 6 до 10 лет (стадия первичной профессионализации);
- 3) стаж работы учителя от 11 до 20 лет (стадия вторичной профессионализации);

4) стаж работы учителя более 20 лет (стадия профессионального мастерства)¹.

В результате по стажу педагогической деятельности было сформировано пять групп: от 1 года до 5 лет – 33% педагогов, от 5 до 10 лет – 24% педагогов, от 10 до 20 лет – 22% педагогов, более 20 лет – 21% педагогов.

По ступени преподавания было сформировано три группы: учителя начальной школы (16%), учителя среднего звена (57%), учителя старшего звена (27%).

При проведении исследования использовались следующие методики: шкала позитивного и негативного аффекта (адаптация Е. Н. Осина); шкала дифференциальных эмоций (К. Изард); опросник профессионального выгорания (К. Маслач, С. Джексон, в адаптации Н. Е. Водопьяновой); методика определения удовлетворённости трудом (А. В. Батаршев); методика диагностики субъективного благополучия личности (Р. М. Шамионов, Т. В. Бескова).

Для математической обработки полученных результатов использовался *H*-критерий Краскела-Уоллиса.

Результаты и их обсуждение

Рассмотрение результатов начнём с определения различий в показателях эмоционального благополучия по стажу работы. Для этого использовался непараметрический критерий Краскела-Уоллиса (табл. 1).

Результаты сравнительного анализа показали статистически значимые различия по параметру «индекс позитивных эмоций» ($H=16,68$; $p=0,002$), проявляющиеся в степени позитивного эмоционального отношения учителя к той ситуации, в которой он находится. Исследуемый признак наиболее выражен в группах, имеющих опыт профессиональной деятельности от 1 года до 5 лет и более 20 лет.

По мнению Э. Ф. Зеера, на стадии профессиональной адаптации педагог осваивает новую социальную и профессиональную роль, знакомится с коллегами и приобретает профессиональный опыт². Соответственно,

Таблица 1 / Table 1

Эмоциональное благополучие учителей в соответствии со стажем работы / Emotional well-being of teachers in accordance with work experience

Показатели эмоционального благополучия	Стаж работы				Критерий Краскела-Уоллиса (H)	Уровень значимости (p)
	От 1 до 5 лет	От 5 до 10 лет	От 10 до 20 лет	Более 20 лет		
Индекс позитивных эмоций	29,4	27,9	23,9	29,2	16,68	0,002
Профессиональная ответственность	1,1	1,1	1,4	1,4	9,34	0,05

Источник: данные авторов.

¹ Зеер Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие. М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. С. 22.

² Зеер Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие. М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. 336 с.

находясь на начальном этапе профессионального пути, учитель полон ожиданий, и это сопровождается позитивным настроением.

На стадии профессионального мастерства для учителей характерны высокая творческая и социальная активность личности, повышение уровня профессиональной активности, что приводит к поиску новых и эффективных способов выполнения деятельности учителем. И, что немаловажно, этот поиск также сопровождается позитивным эмоциональным отношением.

При стаже работы от 5 до 10 лет у учителей происходит незначительное снижение показателя «индекс позитивных эмоций» по сравнению с учителями, стаж работы которых от 1 года до 5 лет. В работе А. С. Силакова показано, что проявление эмоций на разных этапах становления личности педагога зависит от выбора стиля взаимодействия с учениками. При этом важно отметить, что преобладание позитивных или негативных эмоций будет связано с выбором стиля взаимодействия после пяти лет педагогической деятельности. Так, если у педагога после 5 лет педагогической деятельности преобладают установки на взаимодействие с учащимися, у него будут доминировать позитивные эмоциональные реакции. Если подтверждается разочарование в учениках, у педагога будет происходить переход к дистанцированному и жёсткому общению с ними, поэтому индекс позитивных эмоций снизится [21].

Наименьшие значения индекса позитивных эмоций зафиксированы в группе учителей, имеющих опыт профессиональной деятельности от 10 до 20 лет. Это может объясняться тем,

что для учителей со стажем работы 11–15 лет характерен «педагогический кризис», характеризующийся возникновением противоречия между желанием что-то изменить (методика преподавания, стиль взаимодействия с учащимися) и его возможностями.

Динамика изменения параметра «индекс позитивных эмоций» показала, что у молодых педагогов преобладают позитивные эмоции, потом идёт их незначительное снижение, а после 20 лет профессиональной деятельности в школе они вновь доминируют. Несколько отличную точку зрения имеет Т. Г. Сырицо [20]. В её исследовании показано, что у учителей на первых этапах профессиональной деятельности повышается переживание таких эмоций, как гнев и страх. С повышением педагогического стажа стремление к проживанию радости увеличивается, а к переживанию негативных эмоций снижается. Автор полагает, что чем больше профессиональный опыт педагога, тем ниже вероятность допустить ошибку, которая появляется в ходе педагогической деятельности.

Статистически значимые различия также зафиксированы по показателю «профессиональная ответственность» ($H = 9,34$; $p = 0,05$), который наиболее выражен в группах учителей со стажем работы от 10 до 20 лет и более 20 лет. Возможно, это связано с тем, что на стадиях вторичной профессионализации и профессионального мастерства формируются профессиональный менталитет и высокий уровень выполнения профессиональной деятельности. Это согласуется с результатами, полученными в исследовании Е. Ю. Ароновой. Автором показано, что учителя, имеющие больший

стаж работы, отличаются такими характеристиками, как планомерность, структурирование деятельности и самоорганизация, что указывает на то, что опытные педагоги устанавливают определённые принципы и правила осуществления педагогической деятельности. При этом высокий уровень самоорганизации позволяет достигать результатов без приложения большого количества волевых усилий [2].

В исследовании О. В. Фадеевой и Т. Ф. Модиной отмечено, что наличие большого стажа работы позволяет учителю с уверенностью утверждать, что имеющаяся квалификация полностью соответствует должности и он более удовлетворён профессиональной деятельностью [24]. Соответственно, допускается говорить о том, что с увеличением стажа работы увеличивается профессиональная ответственность учителя.

В работе А. С. Полякова был исследован параметр профессиональной ответственности у учителей начальных

классов в зависимости от изменения стажа работы. Автором установлено, что с повышением стажа работы учителям свойственно в большей степени контролировать возникающие в ходе учебного процесса моменты, что позволяет им ощущать себя более ответственными. Следовательно, чем выше стаж работы учителя начальных классов, тем выше уровень контроля будет проявляться в структуре профессиональной ответственности [18].

Таким образом, полученные результаты указывают на то, что показатели эмоционального благополучия чувствительны к стажу работы по таким параметрам, как наличие позитивных эмоций и степень ответственности при выполнении педагогической деятельности.

Далее рассмотрим результаты сравнительного анализа показателей эмоционального благополучия в зависимости от ступени преподавания (начальная, средняя, старшая школа) (табл. 2).

Таблица 2 / Table 2

Эмоциональное благополучие учителей в соответствии со ступенью образования / Emotional well-being of teachers in accordance with the level of education

Показатели эмоционального благополучия	Ступень образования			Критерий Краскела-Уоллиса (H)	Уровень значимости (p)
	Начальная школа	Среднее звено	Старшее звено		
Деперсонализация	6,9	7,8	9,5	5,9	0,05
Редукция личных достижений	31,8	33,9	30,5	6,68	0,04
Эмоциональное благополучие	3,9	3,9	3,5	8,59	0,01
Удовлетворённость взаимоотношениями с руководством	5,2	4,4	5,0	8,02	0,02
Профессиональная ответственность	1,3	1,0	1,4	6,29	0,04

Источник: данные авторов.

Статистически значимые различия зафиксированы по показателям «деперсонализация» ($N = 5,9$; $p = 0,05$) и «редукция личных достижений» ($N = 6,68$; $p = 0,04$), которые наиболее выражены в группе «старшее звено». Полученные результаты можно объяснить тем, что учителям, преподающим в старших классах, необходимо обеспечить учащихся организационно-методическими и социально-психологическими условиями для успешной подготовки к выпускным экзаменам и сдаче ЕГЭ. Однако не все школьники прилагают самостоятельные усилия при подготовке к экзаменам, что в итоге может привести к невысокому итоговому результату. В сложившихся условиях учитель может дистанцироваться от учеников, не видя от них желания прилагать усилия и ожидая самого худшего, и, как следствие, это может привести к развитию деперсонализации, проявляющейся в утрате способности позитивно воспринимать окружающих людей и события в жизни, а также в появлении ощущения тревоги и страха [10].

У учителей данной группы также возникают незаинтересованность в результатах своего труда, нежелание совершенствовать свою профессиональную деятельность, склонность недооценивать результаты профессиональных достижений, что приводит к формированию редукции личных достижений в педагогической деятельности [16].

В ходе исследования также выявлены различия по показателю «эмоциональное благополучие» ($N = 8,59$; $p = 0,01$). Установлено, что уровень исследуемого параметра выше у учителей, которые работают с учащими-

ся начальной школы и среднего звена. Полученные результаты совпадают с мнением Т. Г. Сырицо [20]. Автор отмечает, что повышенный уровень проявления эмоциональности наблюдается у педагогов начальных классов, что связано с особенностями возрастного периода и объясняется тем, что школьники данного звена проявляют большую отзывчивость и доброжелательность к учителю.

По показателю «удовлетворённость взаимоотношениями с руководством» ($N = 8,02$; $p = 0,02$) также установлено статистически достоверное различие. Так, наибольшая удовлетворённость трудом зафиксирована у учителей начальной школы. Это, возможно, объясняется тем, что в структуре администрации школы дифференцировано управление каждым звеном. Отсутствие чётко поставленных задач от администрации, чрезмерный контроль со стороны руководства или, наоборот, отсутствие контроля и внимания к результатам работы учителя могут влиять на удовлетворённость взаимоотношениями учителя с руководством¹.

В работе Л. А. Ларионовой отмечено, что удовлетворённость трудом у учителя связана с ценностями, направленными либо на внутренний мотив (общественная и личная значимость; общение с руководством и другими людьми), либо на внешний (заработок, боязнь осуждения). Так, у учителей начальной школы преобладают ценности, направленные на внутренний мотив, которые повышают показатели

¹ Самоукина Н. В. Психология профессиональной деятельности: учебное пособие. СПб.: Питер, 2003. 224 с.

удовлетворённости педагогической деятельностью [13].

По показателю «профессиональная ответственность» ($H = 6,29$; $p = 0,04$) наибольшее значение зафиксировано в группе учителей старшего звена. Возможно, это обусловлено тем, что учителя старшего звена в большей степени несут ответственность за обеспечение организационно-методических и социально-психологических условий для успешной подготовки учащихся к выпускным экзаменам. В исследовании О. И. Ефремовой показано, что администрация школы положительно оценивает учителей, у которых учащиеся занимают призовые места в различных конкурсах и показывают высокую успеваемость в течение года. Успеваемость учащихся может повышаться вследствие увеличения учебных нагрузок, мотивации на работу с репетиторами, а также систематического выполнения тестовых заданий. Все вышеуказанные параметры формируют повышенный уровень профессиональной ответственности у учителей, работающих со старшеклассниками [11].

Следует отметить, что показатель «профессиональная ответственность» зависит как от стажа работы, так и от уровня преподавания. В исследованиях учёных данному показателю в педагогической деятельности отводится особое место. Так, в работе Е. И. Алферовой и Э. Ф. Зеера показано, что в условиях изменений в системе российского образования возрастает роль ответственности педагога. Результаты исследования показывают, что в зависимости от стажа работы ответственное поведение учителей реализуется неоднозначно.

У ряда педагогов в связи с приобретением опыта результатом является формирование неудовлетворённости в профессиональном самовыражении и ложное восприятие ответственности. Другая группа учителей, напротив, с увеличением стажа работы достигает профессионального самовыражения путём активного развития и принятия на себя ответственности [1]. Профессиональная ответственность интерпретируется как параметр, зависящий от многих переменных, к числу которых относится опыт. А. С. Поляковым профессиональная ответственность трактуется как сложный феномен, который формируется у учителя постепенно, в процессе адаптации к трудовой деятельности [18].

В работе С. С. Быковой показано, что профессиональная ответственность раскрывается через нравственный компонент. Нравственный компонент представлен через потребность отношения к ребёнку как к наивысшей ценности. Типологические особенности личности учащихся разных возрастов имеют свои особенности, что меняет отношение педагога к нему [5]. Всё вышеобозначенное доказывает чувствительность параметра «профессиональная ответственность» в педагогической деятельности к стажу работы и ступени преподавания.

Заключение

Роль эмоционального благополучия учителя сложно недооценить, т. к. от него зависят профессиональные результаты учителя, проявляющиеся в учебных достижениях учеников.

В качестве особенностей эмоционального благополучия учителя можно выделить следующие:

1. Установлено, что стаж работы проявляет чувствительность по таким показателям эмоционального благополучия, как «индекс позитивных эмоций» и «профессиональная ответственность». Более эмоционально благополучными являются те, кто имеет педагогический стаж от 1 года до 5 лет и более 20 лет. Для эмоционально благополучных учителей характерным является преобладание позитивных эмоций и профессиональной ответственности.

2. Учителя, работающие на разных ступенях образования, различаются по степени выраженности показателей эмоционального благополучия. Учителя начальной школы и среднего звена более эмоционально благополучны, чем педагоги старшего звена. Для них характерным является от-

сутствие эмоционального выгорания, удовлетворённость взаимоотношениями с руководством, проявление профессиональной ответственности.

Следует отметить необходимость дальнейшего изучения особенностей эмоционального благополучия учителей за счёт увеличения объёма выборки и расширения ступеней образования. Так, изучение эмоционального благополучия педагогов школ и учреждений среднего профессионального образования позволит выделить общие и специфические особенности для каждого уровня образования и на основании этого позволит разработать индивидуальные программы профилактики эмоционального выгорания педагогов.

Статья поступила в редакцию 15.01.2024

ЛИТЕРАТУРА

1. Алферова Е. И., Зеер Э. Ф. Психологические особенности ответственности учителей в процессе профессионального становления // Образование и наука. Известия Уральского отделения Российской академии образования. 2007. № 6 (48). С. 59–70.
2. Аронова Е. Ю. Оценка профессиональной деятельности педагогов в контексте жизненной удовлетворённости // Вестник педагогических наук. 2020. № 3. С. 5–15.
3. Бадулина О. И. Педагогические основы эмоционального благополучия дошкольников: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1998. 23 с.
4. Банникова Г. С., Павлова Т. С. Психологическое благополучие специалистов, работающих в системе образования мегаполиса // Психологическое сопровождение безопасности образовательной среды школы в условиях внедрения новых образовательных и профессиональных стандартов: материалы Всероссийской заочной научной интернет-конференции, Москва, 2 октября 2015 г. / под ред. И. А. Баевой. М.: Московский государственный психолого-педагогический университет, 2015. С. 84–90.
5. Быкова С. С. Профессиональная ответственность будущего педагога: содержание и структура понятия // Ярославский педагогический вестник. 2016. № 3. С. 49–53.
6. Воюшина Е. А., Постникова М. И. Психологическое благополучие педагогов с разным стажем педагогической деятельности (поколенческий аспект) // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. 2019. № 2. С. 842–850. DOI: 10.33910/herzenpsyconf-2019-2-105.
7. Гаврилова Л. В., Козлова М. А. Теоретические аспекты изучения эмоциональной сферы начинающего учителя // Преподаватель XXI век. 2018. № 1 (1). С. 88–98.
8. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ? М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022. 544 с.

9. Григорова Ю. Б. Структура эмоционального благополучия // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 1. № 1 (26). С. 331–334. DOI: 10.26140/anip-2019-0801-0082.
10. Даллакян Р. О. Факторы, способствующие образованию синдрома эмоционального выгорания, в профессиональной деятельности учителя // Инновации. Наука. Образование. 2021. № 25. С. 1378–1383.
11. Ефремова О. И. Профессиональная ответственность учителя: анализ психологических особенностей проявления // Психология обучения. 2019. № 5. С. 88–100.
12. Кондратьева О. Г. Структура синдрома эмоционального выгорания у педагогов в зависимости от стажа профессиональной деятельности // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. Т. 6. № 3 (20). С. 304–306.
13. Ларионова Л. А. Взаимосвязь ценностных ориентаций и удовлетворённости профессиональной деятельностью у учителей начальных классов // Социальная компетентность. 2021. Т. 6. № 1 (19). С. 47–59.
14. Одинцова В. В., Горчакова Н. М. Эмоциональное благополучие как интегративная характеристика эмоциональной сферы // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия 12. 2014. № 1. С. 69–77.
15. Пахалкова А. А. Эмоциональное благополучие как компонент безопасной образовательной среды // Психолог. 2015. № 1. С. 44–65. DOI: 10.7256/2409-8701.2015.1.13783.
16. Печеркина А. А., Коваленко А. А. К вопросу о необходимости изучения эмоционального благополучия молодого учителя // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции, Екатеринбург, 07–08 апреля 2022 г. Екатеринбург: Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б. Н. Ельцина, 2022. С. 77–79.
17. Погорская В. А. Субъективное благополучие педагога в учебном процессе // International journal of medicine and psychology. 2020. Т. 3. № 1. С. 74–77.
18. Поляков А. С. Взаимосвязь профессиональной ответственности и отношения к обучающимся у учителей начальных классов с разным стажем деятельности [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т. 9. № 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/12PSMN221.pdf> (дата обращения: 17.08.2023).
19. Сиврикова Н. В., Черникова Е. Г., Соколова Н. А. Удовлетворённость жизнью и образовательным процессом как предикторы социально-психологической адаптации учителей // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2017. Т. 7. № 6. С. 87–100.
20. Сырицо Т. Г. Эмоциональность как профессионально-важное качество учителя: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1997. 19 с.
21. Силаков А. С. Эмоциональная модальность деятельности педагога как фактор выбора субъект-субъектного стиля общения в системе «Учитель–ученик» [Электронный ресурс] // Учёные записки: электронный научный журнал Курского государственного университета. 2013. № 4 (28). URL: <http://scientific-notes.ru/magazine/archive/number/33> (дата обращения: 24.09.2023).
22. Тарабакина Л. В. Эмоциональное здоровье подростка: риски и возможности. М.: Московский педагогический государственный университет, 2017. 193 с.
23. Чернобровкина С. В., Мазура Т. М. Профессиональные и личностные факторы психологического благополучия сотрудников в организации // Вестник Омского университета. Серия: Психология. 2021. № 1. С. 30–39. DOI: 10.24147/2410-6364.2021.1.30-39.
24. Фадеева О. В., Модина Т. Ф. Исследование личностных ресурсов педагогов с разным педагогическим стажем // Проблемы психологического благополучия: матери-

алы Международной научной заочной конференции, Екатеринбург, 19 марта 2021 г. Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2021. С. 277–280.

25. Фрайфельд И. В. Эмоциональное благополучие как условие развития физических качеств детей 4–5 лет в процессе двигательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Екатеринбург, 2013. 23 с.
26. Fredrickson B. L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions // *American Psychologist*. 2001. № 56. P. 218–226. DOI: 10.1037//0003-066x.56.3.218.
27. Lamers S. M. A., Bolier L., Westerhof G. J. The impact of emotional well-being on long-term recovery and survival in physical illness: a meta-analysis // *Journal of Behavioral Medicine*. 2012. № 35. P. 538–547. DOI: 10.1007/s10865-011-9379-8.

REFERENCES

1. Alferova E. I., Zeer E. F. [Psychological features of a professional teacher in the process of professional development]. In: *Obrazovanie i nauka. Izvestiya Ural'skogo otdeleniya Rossijskoj akademii obrazovaniya* [Education and Science. News of the Ural Branch of the Russian Academy of Education], 2007, no. 6 (48), pp 59–70.
2. Aronova E. Yu. [Assessing the professional activities of teachers during the period of life satisfaction]. In: *Vestnik pedagogicheskikh nauk* [Bulletin of Pedagogical Sciences], 2020, no. 3, pp. 5–15.
3. Badulina O. I. *Pedagogicheskie osnovy emocional'nogo blagopoluchiya doshkol'nikov: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk* [Pedagogical foundations of emotional development of preschoolers: abstract of Cand. Sci. thesis in Pedagogy]. Moscow, 1998. 23 p.
4. Bannikova G. S., Pavlova T. S. [Psychological well-being of specialists working in the education system of a metropolis]. In: Baeva I. A., ed. *Psihologicheskoe soprovozhdenie bezopasnosti obrazovatel'noj sredy shkoly v usloviyah vnedreniya novyh obrazovatel'nyh i professional'nyh standartov: materialy Vserossijskoj zaochnoj nauchnoj internet-konferencii, Moskva, 2 oktyabrya 2015 g.* [Psychological support for the safety of the educational environment of the school in the conditions of the development of new education and professional standards: materials of the All-Russian correspondence scientific Internet conference, Moscow, 2 October 2015]. Moscow, Moscow State Psychological and Pedagogical University Publ., 2015, pp. 84–90.
5. Bykova S. S. [Professional responsibility of the future teacher: content and structure of concepts]. In: *Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik* [Yaroslavl Pedagogical Bulletin], 2016, no. 3, pp. 49–53.
6. Voyushina E. A., Postnikova M. I. [Psychological well-being of teachers with different work experience (generational aspect)]. In: *Gercenovskie chteniya: psihologicheskie issledovaniya v obrazovanii* [Herzen Readings: Psychological Research in Education], 2019, no. 2, pp. 842–850. DOI: 10.33910/herzenpsyconf-2019-2-105.
7. GavriloVA L. V., Kozlova M. A. [Theoretical aspects of studying the emotional sphere of a beginning teacher]. In: *Prepodavatel' XXI vek* [Teacher of the XXI century], 2018, no. 1 (1), pp. 88–98.
8. Goulman D. *Emocional'nyj intellekt. Pochemu on mozhnet znachit' bol'she, chem IQ?* [Emotional intelligence. Why can it matter more than IQ?]. Moscow, Mann, Ivanov i Ferber Publ., 2022. 544 p.
9. Grigorova Yu. B. [Structure of emotional stress]. In: *Azimut nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologiya* [Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology], 2019, vol. 1, no. 1 (26), pp. 331–334. DOI: 10.26140/anip-2019-0801-0082.
10. Dallakyan R. O. [Factors contributing to the syndrome of emotional burnout in the professional activity of a teacher]. In: *Innovacii. Nauka. Obrazovanie* [Innovations. The science. Education], 2021, no. 25, pp. 1378–1383.

11. Efremova O. I. [Professional responsibility of a teacher: analysis of psychological manifestations]. In: *Psihologiya obucheniya* [Psychology of education], 2019, no. 5, pp. 88–100.
12. Kondrat'eva O. G. [The structure of the emotional burnout syndrome among teachers depending on the length of professional activity]. In: *Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psihologiya* [Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology], 2017, no. 6, no. 3 (20), pp. 304–306.
13. Larionova L. A. [Interrelation of value orientations and satisfaction with the professional sphere among primary school teachers]. In: *Social'naya kompetentnost'* [Social competence], 2021, vol. 6, no. 1 (19), pp. 47–59.
14. Odincova V. V., Gorchakova N. M. [Emotional well-being as an integrative characteristic of the emotional sphere]. In: *Vestnik Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of St. Petersburg University], 2014, vol. 12, no. 1, pp. 69–77.
15. Pahalkova A. A. [Emotional well-being as a component of a safe educational environment]. In: *Psiholog* [Psychologist], 2015, no. 1, pp. 44–65. DOI: 10.7256/2409-8701.2015.1.13783.
16. Pecherkina A. A., Kovalenko A. A. [On the issue of the need to study the emotional state of a young teacher]. In: *Aktual'nye problemy ekstremal'noj i krizisnoj psihologii: materialy IV Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii, Ekaterinburg, 07–08 aprelya 2022 g.* [Current problems of extreme and crisis psychology: materials of the IV All-Russian scientific and practical conference, Ekaterinburg, April 07–08, 2022]. Ekaterinburg, Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin Publ., 2022, pp. 77–79.
17. Pogorskaya V. A. [Subjective well-being of a teacher in the educational process]. In: *International journal of medicine and psychology*, 2020, vol. 3, no. 1, pp. 74–77.
18. Polyakov A. S. [Interrelation of professional responsibility and attitude to learning among primary school teachers with different work experience]. In: *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya* [World of Science. Pedagogy and psychology], 2021, vol. 9, no. 2. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/12PSMN221.pdf> (accessed: 17.08.2023).
19. Sivrikova N. V., Chernikova E. G., Sokolova N. A. [Life satisfaction and the educational process as predictors of socio-psychological stability of teachers]. In: *Vestnik Novosibirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta* [Bulletin of the Novosibirsk Pedagogical State University], 2017, vol. 7, no. 6, pp. 87–100.
20. Syrico T. G. *Emocional'nost' kak professional'no-vazhnoe kachestvo uchitelya: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk* [Emotionality as a professionally important quality of a teacher: abstract of Cand. Sci. in Psychology]. St. Petersburg, 1997. 19 p.
21. Silakov A. S. [Emotional modality of a teacher's activity as a factor in the choice of subject-subject style of communication in the "Teacher-student" system]. In: *Uchyonye zapiski: elektronnyj nauchnyj zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta* [Scientific notes: electronic scientific journal of Kursk University], 2013, no. 4 (28), pp. 246–253.
22. Tarabakina L. V. *Emocional'noe zdorov'e podrostka: riski i vozmozhnosti* [Emotional health of a teenager: risks and opportunities]. Moscow, Moscow Pedagogical State University Publ., 2017. 193 p.
23. Chernobrovkina S. V., Mazura T. M. [Professional and personal factors of psychological behavior of employees in an organization]. In: *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya: Psihologiya* [Bulletin of Omsk University. Series: Psychology], 2021, no. 1, pp. 30–39. DOI: 10.24147/2410-6364.2021.1.30-39.
24. Fadeeva O. V., Modina T. F. [Study of personal resources of teachers with different teaching experience]. In: *Problemy psihologicheskogo blagopoluchiya: materialy Mezhdunarodnoj nauchnoj zaochnoj konferencii, Ekaterinburg, 19 marta 2021 g.* [Problems of psychological well-being: materials of the International Scientific Correspondence Conference,

- Ekaterinburg, March 19, 2021]. Ekaterinburg, Ural State Pedagogical University Publ., 2021, pp. 277–280.
25. Frajfeld I. V. *Emocional'noe blagopoluchie kak uslovie razvitiya fizicheskikh kachestv detej 4–5 let v processe dvigatel'noj deyatel'nosti: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk* [Emotional well-being as a condition for the development of physical qualities of children 4–5 years old in the process of motor activity: abstract of Cand. Sci. thesis in Psychology]. Ekaterinburg, 2013. 23 p.
26. Fredrickson B. L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. In: *American Psychologist*, 2001, no. 56, pp. 218–226. DOI: 10.1037//0003-066x.56.3.218.
27. Lamers S. M. A., Bolier L., Westerhof G. J. The impact of emotional well-being on long-term recovery and survival in physical illness: a meta-analysis. In: *Journal of Behavioral Medicine*, 2012, no. 35, pp. 538–547. DOI: 10.1007/s10865-011-9379-8.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Печеркина Анна Александровна – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой педагогики и психологии образования Уральского федерального университета имени первого Президента России Б. Н. Ельцина;

e-mail: a.a.pecherkina@urfu.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2261-2505>

Коваленко Анна Андреевна – лаборант-исследователь научной лаборатории «Центр популяционных исследований» Уральского федерального университета имени первого Президента России Б. Н. Ельцина;

e-mail: aak.bio.chim@mail.ru; ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-0918-0206>

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Anna A. Pecherkina – Cand. Sci. (Psychology), Assoc. Prof., Head of the Department of Pedagogy and Psychology of Education of Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin;

e-mail: a.a.pecherkina@urfu.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2261-2505>

Anna A. Kovalenko – Laboratory assistant-researcher of the scientific laboratory «Center for Population Research» of Ural Federal University named after the First President of Russia B. N. Yeltsin;

e-mail: aak.bio.chim@mail.ru; ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-0918-0206>

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Печеркина А. А., Коваленко А. А. Особенности эмоционального благополучия учителя // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2024. № 1. С. 34–47.

DOI: 10.18384/2949-5105-2024-1-34-47

FOR CITATION

Pecherkina A. A., Kovalenko A. A. Features of a teacher's emotional well-being. In: *Bulletin of State University of Education. Series: Psychological Sciences*, 2024, no. 1, pp. 34–47.

DOI: 10.18384/2949-5105-2024-1-34-47