

На правах рукописи

УДК: 37.015.3

КОЛЬЧУГИНА Наталья Ивановна

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ КАК РЕСУРСА
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕДАГОГА**

Специальность 5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Санкт-Петербург
2026

Работа выполнена на кафедре непрерывного психолого-педагогического образования федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ивановский государственный университет»

Научный руководитель:

доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии и социальной педагогики федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ивановский государственный университет» (Шуйский филиал)

Шмелева Елена Александровна

Официальные оппоненты:

доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии труда и организационной психологии факультета психологии федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Санкт-Петербургский государственный университет»

Водопьянова Наталия Евгеньевна

доктор психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной психологии и педагогики семьи федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет им. А.И. Герцена»

Костина Любовь Михайловна

Ведущая организация:

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова»

Защита состоится **26 мая 2026 года в 12.30** на заседании Совета по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук 33.2.018.12, созданного на базе Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, по адресу: 191186, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 48, корп. 11, ауд. 64.

С диссертацией можно ознакомиться в фундаментальной библиотеке Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена (191186, г. Санкт-Петербург, наб. р. Мойки, 48, корп. 5) и на сайте университета по адресу:

https://disser.herzen.spb.ru/Preview/Vlojenia/000001217_Disser.pdf

Автореферат разослан «___» марта 2026 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
доцент, канд.психол.н.

Баканова
Анастасия
Александровна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. В современных условиях четко обозначился социальный заказ на разработку технологий психологического обеспечения безопасности личности в образовательной среде, отраженный в ряде стратегических документов. Национальные цели и приоритеты развития Российской Федерации актуализируют создание безопасной и комфортной среды, сохранение благополучия и здоровья человека¹. Обеспечение доступной и безопасной среды в образовательной организации, включая соблюдение требований охраны труда, жизни и здоровья обучающихся и работников, стало актуальной трудовой функцией (действием), обозначенной в профессиональном стандарте руководителя образовательной организации².

Декларируется, что комфортная развивающая образовательная среда обеспечивает условия укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни всех участников образовательных отношений. Поиск ресурсов сохранения психологической безопасности педагога в образовательной среде является актуальной потребностью образовательной практики и важнейшей задачей психолого-педагогического поиска.

Включение проблем психологической безопасности личности в перечень приоритетных фундаментальных направлений исследований в области наук об образовании в РФ до 2030 года подчеркивает недостаточную теоретическую и практическую разработанность ресурсной поддержки педагогов в адаптации к профессиональным трудностям, поиску инструментов активизации их внутренних способностей, личностных качеств.

Обеспечению психологической защищенности и комфорта, профилактике внутреннего напряжения и тревожности педагога в ситуациях нарушения психологической безопасности способствует жизнестойкость личности. Жизнестойкость рассматривается как убежденность личности в готовности справиться с ситуацией и открытость всему новому, позволяющая преодолевать трудности, превращая их из потенциально травмирующего фактора в возможности активно противостоять им, использовать для личностного роста (Д.А. Леонтьев). Жизнестойкость является личностной детерминантой психологической защищенности педагога в образовательной среде – важного компонента психологической безопасности педагогов (И.А. Баева).

Степень разработанности темы. В науке сложились определенные предпосылки рассмотрения жизнестойкости и психологической безопасности личности. Фундаментальными являются положения о единстве личности и деятельности (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, А.Г. Асмолов, А.А. Бодалев, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, С.Л. Рубинштейн и др.). Существенное значение в концептуальном плане имеют системные исследования личности в

¹ О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года : Указ Президента Российской Федерации № 309 // Российская газета. – 2024. – 07 мая. – №9342.

² Об утверждении профессионального стандарта «Руководитель образовательной организации (управление дошкольной образовательной организацией и общеобразовательной организацией)» : Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 250н // Официальное опубликование правовых актов : [официальный сайт]. – Москва; 2021. – 02 сентября. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202109020036?ysclid=mj7yrrmjeu575799422> (дата обращения 09.02.2022).

трудной жизненной ситуации (Л.И. Анцыферова, Л.Р. Бурлачук, Ф.Е. Василюк и др.), положения об устойчивости личности к угрозам в образовательной среде (П.А. Кисляков, А.-Л.С. Меерсон, Е.А. Шмелева и др.).

Активное развитие получило изучение проблем психологической безопасности образовательной среды и личности в ней (И.А. Баева, Л.А. Гаязова, А.И. Донцов, В.Г. Зазыкин, Ю.П. Зинченко, О.Ю. Зотова, Г.М. Коджаспирова, И.В. Кондакова, Л.М. Костина, Т.М. Краснянская, Е.Б. Лактионова, Н.Г. Рассоха, М.Ф. Секач, А.К. Сухов, Г.Ю. Фоменко, Н.Л. Шлыкова и др.), профессионального выгорания педагогов (О.И. Бабич, Ю.В. Варданын, Н.Е. Водопьянова, А.А. Парамонов и др.), психологического благополучия и профессионального здоровья (И.В. Дубровина, А.К. Макарова, Л.М. Митина, Е.Н. Ткач и др.).

Важное значение имеют концептуальные основы жизнестойкости личности (Л.А. Александрова, С.А. Богомаз, Д.А. Леонтьев, С. Мадди, А.В. Махнач, Е.Н. Осин, Е.И. Рассказова, S.C. Kobasa и др.), разработанные с учетом профессиональной группы педагогов (Т.В. Володина, П.А. Кисляков, Е.А. Шмелева, S. Beltman, C.F. Mansfield, A. Masten, Y. Wang и др.).

В то же время требуют изучения психолого-педагогические условия развития у педагогов жизнестойкости как ресурса их психологической безопасности и благополучия в образовательной среде.

Актуальность темы исследования определяется противоречиями между:

- признанием психологической безопасности образовательной среды, здоровья и благополучия человека в качестве национальных целей и усилением психологических угроз и рисков в педагогической деятельности;
- усложняющимися требованиями к психологически безопасным взаимодействиям в образовательной среде и недостаточным использованием педагогом психологических ресурсов в их осуществлении;
- запросом на практические инструменты поддержки психологической безопасности педагогов в образовательной среде и их недостаточной разработанностью.

Интеграция данных направлений актуализирует необходимость разработки научно обоснованных ресурсов и программ развития профессиональной жизнестойкости педагога, которые обеспечивают психологическую безопасность педагога. Обозначенная актуальность и указанные противоречия позволяют сформулировать **научную проблему** – определить психолого-педагогические условия развития профессиональной жизнестойкости педагога как ресурса его психологической безопасности в образовательной среде.

Очевидно, что психологическая безопасность педагога во многом определяется готовностью продуктивно взаимодействовать в ситуациях ее нарушения, адаптироваться к профессиональным трудностям, превращая их из потенциально травмирующего фактора в возможности для личностного роста.

Цель исследования: теоретическое обоснование, выявление и эмпирическая проверка психолого-педагогических условий развития профессиональной жизнестойкости педагога как ресурса его психологической безопасности в образовательной среде.

Объект исследования: психологическая безопасность педагога в образовательной среде.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия развития профессиональной жизнестойкости как ресурса психологической безопасности педагога в образовательной среде.

Основная гипотеза. Профессиональная жизнестойкость как динамический процесс и интегративная характеристика личности, отражающая способность конструктивно справляться с трудностями, вызовами и изменениями, возникающими в образовательной среде, может выступать ресурсом психологической безопасности педагога.

Частные гипотезы.

1. Существуют различия в оценке педагогами образовательной среды, позволяющие выявить угрозы их психологической безопасности в профессиональной деятельности.

2. Существует взаимосвязь между компонентами психологической безопасности образовательной среды и детерминантами профессиональной жизнестойкости, позволяющая рассматривать ее как ресурс психологической безопасности педагога.

3. Эффективное развитие профессиональной жизнестойкости педагога возможно при реализации психолого-педагогических условий, включающих сформированность активной субъектной позиции, обогащение профессионального опыта через практико-ориентированные ситуации, актуализацию личностных ресурсов и целенаправленное сопровождение в рамках психолого-педагогической программы.

4. Программа, основанная на субъектно-деятельностном, риск-ресурсном, средовом подходах, построенная с учетом выявленных психолого-педагогических условий, приведет к значимому повышению уровня профессиональной жизнестойкости (по структурным компонентам) и психологической безопасности педагога в образовательной среде.

Задачи исследования.

1. На основе теоретического анализа уточнить понятие профессиональной жизнестойкости педагога.

2. Обосновать структурно-содержательную характеристику профессиональной жизнестойкости педагога как ресурса психологической безопасности в образовательной среде.

3. Выделить психолого-педагогические условия развития профессиональной жизнестойкости педагога.

4. Эмпирически обосновать риски и угрозы психологической безопасности в профессиональной деятельности педагога.

5. Выявить психологические детерминанты, механизмы, личностные ресурсы развития профессиональной жизнестойкости педагога.

6. Сформировать психодиагностический инструментарий для изучения профессиональной жизнестойкости педагога.

7. Выявить взаимосвязи компонентов психологической безопасности образовательной среды и профессиональной жизнестойкости педагога в ней.

8. Разработать и апробировать с учетом выявленных психолого-педагогических условий программу, направленную на развитие профессиональной жизнестойкости педагога в образовательной среде.

Методологическая и теоретическая основа исследования.

Методологическую основу исследования составили субъектно-деятельностный (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.И. Анциферова, А.Г. Асмолов, А.А. Бодалев, А.В. Брушлинский, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, С.Л. Рубинштейн и др.), риск-ресурсный (И.А. Баева, Н.Е. Водопьянова, Д.А. Леонтьев, В.И. Моросанова, С.Ф. Mansfield и др.), средовый подходы (И.А. Баева, Б.Ф. Ломов, А.В. Махнач, В.А. Ясвин, С.Ф. Mansfield, М. Ungar и др.).

Теоретической основой исследования выступили:

- теория жизнестойкости личности (Т.В. Володина, Д.А. Леонтьев, С. Мадди, Е.И. Рассказова, S.C. Kobasa, С.Ф. Mansfield и др.);
- теория психологической безопасности личности в образовательной среде (И.А. Баева, П.А. Кисляков, Л.М. Костина, Е.А. Шмелева и др.);
- теория психологического благополучия, профессионального долголетия и здоровья (И.В. Дубровина, Л.М. Митина и др.);
- положения о психологическом сопровождении субъектов образовательного процесса (А.А. Баканова, И.А. Зимняя, Е.П. Кораблина, Н.В. Кузьмина, В.А. Якунин и др.);
- теория осознанной саморегуляции (Л.П. Гримак, Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, А.С. Кузнецова, А.Б. Леонова, В.И. Моросанова и др.);
- теория самоэффективности (А. Бандура, М.И. Гайдар и др.);
- положения позитивной психологии и педагогики (А.А. Реан и др.).

В соответствии с целью и задачами исследования использовался комплекс **методов**: теоретические (понятийно-терминологический анализ, анализ научной литературы по проблеме исследования, синтез, конкретизация, метод теоретического моделирования, обобщение); эмпирические (анкетирование, психодиагностическое тестирование, формирующий эксперимент); методы математико-статистической обработки данных результатов исследования (дескриптивный, корреляционный, факторный, регрессионный, кластерный анализ, α -Кронбаха, Р. Кеттелла, Фридмана χ^2 , U-критерий Манна-Уитни, T- критерий Вилкоксона). Количественная обработка результатов исследования осуществлялась с применением статистического пакета SPSS 26, JASP 17.

Методический инструментарий представлен следующими методиками и опросниками: «Тест жизнестойкости» (С. Мадди, русскоязычная версия Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой); методика «Профессиональная жизнестойкость» (В. Могено-Jiménez, русскоязычная версия Е.А. Шмелевой, П.А. Кислякова); методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева); опросник «Профессиональное выгорание» (Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, А.Д. Наследов); методика «Шкала психологического благополучия» (К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко); опросник «Индекс хорошего самочувствия» (WHO-5) (ВОЗ); опросник совладания со стрессом (С. Carver, адаптация Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой, Е.Н. Осина); шкала самоэффективности (Р. Шварцер, М. Ерусалем, адаптация В.Г. Ромека); методика «Инвентаризация оценки курса» (М. Nehari, Н. Bender, русскоязычная версия Е.А. Шмелевой).

Экспериментальная база исследования. Психолого-педагогический эксперимент был проведен на базе ГАУДПО Ивановской области «Университет

непрерывного образования и инноваций» и общеобразовательных организаций Ивановской области (ЧОУ Новая школа г. Иваново, МОУ СШ №1 г. Фурманов, МОУ СШ №3 г. Фурманов, МОУ СШ №7 г. Фурманов, МБОУ СШ №4 г. Шуя, МБОУ Лежневская СШ №11, МКОУ Шилыковская СШ Лежневского района, МКОУ Морозовская СШ Тейковского района). На разных этапах в исследовании приняло участие 1142 педагога дошкольных, общеобразовательных организаций, колледжей Ивановской области (11,3% мужчин, 88,7% женщин, в возрасте от 20 до 76 лет, имеющих стаж педагогической деятельности в среднем 22 года, в том числе на констатирующем этапе - 511 человек, на этапе операционализации – 331 человек, на этапе адаптации методики – 218 человек, на формирующем этапе - 82 педагога региональной инновационной площадки (36 человек - экспериментальная, 46 человек – контрольная группы)).

Организация исследования. Исследование было проведено в три этапа и осуществлялось в период с 2021 по 2024 гг.:

- первый этап (2021-2022 гг.) включал анализ и обобщение научных источников по проблеме жизнестойкости и психологической безопасности педагога, определение исследовательской проблемы, ключевых подходов, методических инструментов;

- второй этап (2022-2023 гг.) был посвящен эмпирическому исследованию психологических угроз педагога в образовательной среде, выявлению взаимосвязи жизнестойкости и психологической безопасности, определению психологических детерминант, личностных ресурсов и механизмов развития профессиональной жизнестойкости педагога, разработке программы опытно-экспериментальной работы;

- третий этап (2023-2024 гг.) включал апробацию психолого-педагогической программы, оценку ее эффективности, интерпретацию и оформление результатов.

Научная новизна исследования.

1. Обосновано авторское содержание понятия профессиональной жизнестойкости педагога. Впервые представлена ее психологическая структура для обеспечения психологической безопасности педагога в образовательной среде: когнитивный, эмоционально-волевой, поведенческий компоненты и их критерии.

2. Конкретизированы факторы актуальных психологических угроз в профессиональной деятельности педагогов: общественного характера, интенсификации труда, межличностного характера, цифровизации образования.

3. Показано, что профессиональная жизнестойкость педагога обеспечивает его психологическую безопасность по критериям референтной значимости образовательной среды, удовлетворенности ее значимыми характеристиками, защищенности от психологического насилия во взаимодействии; лежит в основе сопротивляемости профессиональному выгоранию и способствует психологическому благополучию личности.

4. Определены психолого-педагогические условия развития профессиональной жизнестойкости, связанные с психологическими детерминантами (отношением к образовательной среде, субъективной значимостью угроз общественного характера), механизмами (эмоциональной саморегуляцией, самооэффективностью, самоидентификацией), личностными

ресурсами (навыками совладания, позитивным мышлением, эмоциональной устойчивостью, коммуникативными навыками, рефлексивностью и осознанностью) и построенной на их основе психолого-педагогической программой.

5. Разработан диагностический инструментарий для изучения профессиональной жизнестойкости педагога. На русскоязычной выборке педагогов адаптирована методика изучения профессиональной жизнестойкости В. Moreno-Jiménez.

Теоретическая значимость исследования состоит:

- в уточнении понятия профессиональной жизнестойкости педагога как ресурса его психологической безопасности в образовательной среде;
- в обосновании психолого-педагогических условий развития профессиональной жизнестойкости педагога;
- в разработке психолого-педагогической модели развития профессиональной жизнестойкости педагога, обогащающей комплекс теоретических положений о феномене жизнестойкости личности.

Полученные в ходе исследования результаты вносят вклад в педагогическую психологию, в развитие теоретических представлений об условиях развития профессиональной жизнестойкости личности как её важнейшего психологического ресурса и могут служить основой для дальнейших исследований.

Практическая значимость исследования состоит в том, что доказана эффективность реализации психолого-педагогических условий развития профессиональной жизнестойкости педагога, что может быть использовано в практике руководителями и педагогами образовательных организаций для обеспечения психологически безопасной среды школы. Программа развития профессиональной жизнестойкости педагога используется в образовательных организациях Ивановской области.

Разработанные методические материалы (профиль рисков, ресурсов и перспектив, программы инновационных проектов школ, дополнительные профессиональные программы повышения квалификации «Психологическая безопасность педагога в условиях реализации ФГОС и ФОП основного общего образования» и «Жизнестойкость как ресурс педагога: создание безопасной образовательной среды», тренажер, методические разработки школьных команд) апробированы на базе региональной инновационной площадки Ивановской области и могут быть использованы в воспитательной работе и в психологическом сопровождении образовательной среды школ.

Учебное пособие «Психологическая безопасность образовательной среды и ее субъектов» используется в разработке и реализации ООП ВО, дополнительных профессиональных программ повышения квалификации и профессиональной переподготовки педагогических кадров. Результаты исследования включены в учебно-методические материалы для студентов психолого-педагогического направления подготовки. Адаптированная русскоязычная версия методики «Профессиональная жизнестойкость» может быть использована в деятельности педагогов-психологов.

Положения, выносимые на защиту:

1. Профессиональная жизнестойкость педагога представляет собой динамический процесс и интегративную характеристику личности, отражающую способность конструктивно справляться с трудностями, вызовами и изменениями в образовательной среде, адаптироваться к её условиям, в том числе в ответ на возникающие угрозы нарушения психологической безопасности педагога, преобразовывать трудности в ситуации развития, обеспечивая качество профессиональной деятельности. На основе конструктивных стратегий она способствует устойчивости педагога к угрозам, профессиональному выгоранию, сохранению психологической безопасности и благополучия.

2. В структуру профессиональной жизнестойкости педагога входят когнитивный (позитивное мышление и восприятие, вера в свои силы и компетенции, установка на личностный рост и саморазвитие, готовность к изменениям, убежденность в развивающем потенциале профессии), эмоционально-волевой (увлеченность, эмоциональная устойчивость, самоконтроль, целеустремленность), поведенческий (умение анализировать ситуацию и планировать стратегии поведения, активная позиция, поиск ресурсов и поддержки, концентрация на совладании, приверженность профессии, включенность в деятельность, выстраивание эффективных коммуникаций) компоненты.

3. Значимым ресурсом психологической безопасности педагога в ответ на возникающие в образовательной среде угрозы является его профессиональная жизнестойкость, лежащая в основе устойчивости к профессиональному выгоранию, сопротивляемости внешним условиям, в том числе психотравмирующего характера, по критериям референтной значимости образовательной среды, удовлетворенности ее значимыми характеристиками, защищенности от психологического насилия во взаимодействии, способствующая психологическому благополучию.

4. Психолого-педагогическими условиями развития профессиональной жизнестойкости педагога, обеспечивающей его психологическую безопасность в образовательной среде, являются сформированность активной позиции по отношению к образовательной среде, позволяющая переосмысливать субъективную значимость психологических угроз; целенаправленное создание практико-ориентированных ситуаций для активизации самоидентификации, самоэффективности, применение техник эмоциональной саморегуляции; актуализация ключевых личностных ресурсов (навыков совладания, позитивного мышления, эмоциональной устойчивости, эффективной коммуникации и осознанности); использование в работе с педагогами специальной психолого-педагогической программы.

5. Программа развития профессиональной жизнестойкости педагога построена с учетом субъектно-деятельностного, риск-ресурсного, средового подходов и последовательно реализуется через мотивационно-целевой, проектировочно-технологический, процессуально-формирующий этапы, по направлениям психологической диагностики, просвещения, консультирования, коррекции. Программа использует технологию внутришкольного командообразования, включающую комплекс мероприятий для управленческих

команд (взаимоаудит-практикумы, проектировочный семинар, открытую экспертизу, стажировки) и для педагогов (интенсив-тренинг, групповые и индивидуальные консультации, самоаудит-практикумы, мастер-классы, ведение тренажера). В реализации психолого-педагогической программы применяются методы позитивной психологии и педагогики, педагогики диалога и сотрудничества, целеполагания и планирования, автокоммуникаций, практик внимательности и осознанности, психофизических оздоровительных гимнастик.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные теоретические положения и практические рекомендации обсуждались на международных, всероссийских и региональных научно-практических конференциях. Результаты исследования представлены в докладах на международных научно-практических конференциях «Личностные и регуляторные ресурсы человека в условиях социальных вызовов» (Москва - Ставрополь, 2023), «Учитель будущего в фокусе диалога наук и образовательных практик» (Москва, 2023), «Междисциплинарный подход к изучению благополучия человека» (Чирчик, Узбекистан, 2023), «Образование в эпоху интеллектуальных технологий: психологические ресурсы развития педагога» (Москва, 2024), на всероссийских научных конференциях «Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований» (Москва, 2023), «Психология в меняющемся мире: проблемы, гипотезы, перспективы» (Челябинск, 2023), «Психологическая безопасность и жизнестойкость в помогающем социуме» (Шуя, 2024) и др. Результаты работы используются в ГАУДПО Ивановской области «Университет непрерывного образования и инноваций» в реализации ДПП для управленческих команд и педагогов, внедрены в образовательный процесс Ивановского государственного университета для студентов направлений подготовки «Педагогическое образование» и «Психолого-педагогическое образование». Теоретико-методические основы исследования разработаны и внедрены при реализации научного проекта «Жизнестойкость в психологической безопасности специалистов социомического профиля» (грант РФФ 2022-2024 гг.).

Достоверность и обоснованность полученных результатов обеспечивалась анализом специальной научной литературы по проблеме исследования, концептуальным обоснованием формирующего эксперимента, подбором валидных психологических методов и методик, их использованием в соответствии с поставленными задачами, объемом и репрезентативностью выборки, корректным применением методов статистической обработки полученных данных.

Работа соответствует паспорту научной специальности 5.3.4 Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред, направлениям ее исследований, изложенных в пунктах 1. Психология обучающегося как субъекта образовательной среды на разных ступенях образования (дошкольного, школьного, послевузовского, переподготовки), его личностное развитие; 3. Психологические закономерности развития личности взрослого в условиях непрерывного образования, обучения, послевузовской подготовки и переподготовки. Основное содержание диссертации и результаты

исследования отражены в 25 научных публикациях, 4 из которых входят в перечень рецензируемых изданий ВАК.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и восьми приложений. Текст диссертации представлен на 207 страницах, содержит 19 таблиц и 16 рисунков.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** представлена актуальность разрабатываемой темы исследования, сформулированы предмет, объект, цель, задачи, определена гипотеза, указаны методы, этапы исследования, его научная новизна, теоретическая и практическая значимость, перечислены положения, выносимые на защиту, приведены сведения об апробации и внедрении основных результатов, обоснована достоверность данных, полученных в ходе эксперимента, обозначена структура работы.

В первой главе «Теоретические предпосылки исследования профессиональной жизнестойкости педагога» представлен теоретический анализ проблемы психологической безопасности педагога, психологических аспектов профессиональной жизнестойкости и психолого-педагогических условий ее развития.

Важным условием психологической безопасности образовательной среды является психологическая безопасность педагога, а ощущаемое им состояние защищенности и устойчивости повышает уровень психологического благополучия, устойчивости к профессиональному выгоранию, улучшает психическое здоровье.

Обобщение представлений о психологической безопасности педагога привело к пониманию ее как особого состояния, которое проявляется в способности сохранять устойчивость в ситуациях, угрожающих продуктивным взаимодействиям между участниками образовательных отношений, в сопротивляемости к негативным воздействиям в профессиональной деятельности, в удовлетворенности, защищенности и референтной значимости образовательной среды, самоэффективности и контроля над происходящим в процессе работы. Анализ личностных ресурсов, обеспечивающих психологическую безопасность педагога в образовательной среде, обусловил рассмотрение жизнестойкости педагога как одной из ее детерминант.

Современные исследования рассматривают жизнестойкость педагога и как свойство личности, и как процесс, и как сложную многоуровневую систему (Т.В. Володина, S. Beltman, C. Day, T. Kärner, C.F. Mansfield, A.S. Masten, J. Pretsch, A.A. Shafi и др.). Рассмотрение жизнестойкости педагога как динамичной структуры, которая может изменяться под воздействием внешних и внутренних факторов (Q. Gu, S.S. Luthar F. Peixoto, J. Pira, M. Wosnitza и др.), определило возможность ее развития в процессе психолого-педагогических воздействий, направленных на активизацию внутренних и внешних ресурсов.

Жизнестойкость обоснована значимым ресурсом психологической безопасности педагога в образовательной среде по показателям устойчивости к профессиональному выгоранию, совладания с трудностями, психологического и субъективного благополучия (самочувствие, благосостояние, здоровье, счастье,

успех), осознания значимости профессии и вовлеченности в неё (И.А. Баева, Т.В. Володина, И.В. Кондакова, Е.Б. Лактионова, Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова, R.M. Abdullah, S. Beltman, C. Day, L. Li, C.F. Mansfield, J. Pretsch и др.).

К личностным ресурсам жизнестойкости педагога относят навыки совладания, обеспечивающие конструктивное преодоление трудных ситуаций; эмоциональную устойчивость посредством способности распознавать и управлять эмоциями; эффективные коммуникативные навыки; позитивное мышление; рефлексивность и осознанность; саморегуляцию, способствующую управлению поведением; самоэффективность (Т.В. Володина, Н.А. Кора, С. Мадди, S. Beltman, C. Botman, T. Broadley, D. Khoshaba, C.F. Mansfield и др.).

Профессиональную жизнестойкость педагога мы определяем, как динамический процесс и интегративную характеристику личности, отражающую способность конструктивно справляться с трудностями, вызовами и изменениями в образовательной среде, адаптироваться к её условиям, в том числе в ответ на возникающие угрозы нарушения психологической безопасности, преобразовывать трудности в ситуации развития, обеспечивая качество профессиональной деятельности.

Компонентами профессиональной жизнестойкости педагога являются: когнитивный – убеждения, установки, свойства личности, которые обуславливают мотивацию на преодоление трудностей, помогают воспринимать трудные ситуации как преодолимые и видеть возможности для развития; эмоционально-волевой – эмоциональные и волевые состояния, позволяющие осуществлять контроль, управление эмоциями, своим поведением, необходимые для успешной адаптации, гибкости, сохранения психологической устойчивости; поведенческий – система действий, конструктивных стратегий поведения, помогающих активно и успешно справляться с трудностями, сохраняя при этом эмоциональную стабильность и психологическое равновесие в ситуациях нарушения психологической безопасности в образовательной среде.

Психолого-педагогическими условиями развития профессиональной жизнестойкости педагога, обеспечивающей его психологическую безопасность в образовательной среде, выступают сформированность активной позиции по отношению к образовательной среде, позволяющей переосмысливать субъективную значимость психологических угроз; целенаправленное создание практико-ориентированных ситуаций для активизации профессиональной самоидентификации, самоэффективности, применение техник эмоциональной саморегуляции; актуализация ключевых личностных ресурсов (навыков совладания, позитивного мышления, эмоциональной устойчивости, эффективной коммуникации и осознанности); использование в работе с педагогами специальной психолого-педагогической программы.

Во второй главе «Эмпирическое исследование психолого-педагогических условий развития профессиональной жизнестойкости педагога» представлен анализ, интерпретация полученных результатов исследования особенностей профессиональной жизнестойкости педагога, ее взаимосвязи с психологической безопасностью личности, психологическим благополучием, профессиональным выгоранием, стратегиями совладания.

На основе различий в оценках педагогами образовательной среды выделены факторы психологических угроз: общественного характера интенсификации труда, межличностного характера, цифровизации образования (табл. 1)

Таблица 1 - Факторная структура оценки педагогами угроз личной психологической безопасности в образовательной среде

Наименование фактора (процент дисперсии)	Переменные	Удельный вес
F1. Угрозы общественного характера (23,07%)	Депрессия	0,817
	Психологическое давление	0,724
	Эмоциональный дискомфорт	0,648
	Отсутствие социального отклика на профессию учителя	0,626
	Социальная незащищенность	0,598
	Снижение мотивации к обучению	0,588
F2. Угрозы интенсификации труда (20,75%)	Интенсивность труда	0,716
	Недостаточная финансовая обеспеченность	0,676
	Стрессогенность, психологическое напряжение	0,671
	Профессиональное выгорание	0,627
	Условия труда (ненормированный рабочий день, материально-техническое обеспечение, количество отчетности и т.д.)	0,579
	Неудовлетворенность работой	0,568
	Ухудшение здоровья	0,555
F3. Угрозы межличностного характера (16,55%)	Межличностные отношения в коллективе	0,799
	Конфликтогенность	0,751
	Неуважительное отношение учеников	0,530
	Девиянтное поведение обучающихся	0,507
F4. Угрозы цифровизации образования (11,34%)	Цифровизация образования	0,807
	Дистанционное обучение	0,731
	Недостаточность компетенций	0,582

Несмотря на преобладание позитивного отношения у 80% педагогов и высокий уровень (3,96 баллов) психологической удовлетворенности основными характеристиками образовательной среды, защищенность от психологического насилия оценена только на среднем уровне (2,78), при этом в большей степени оценена защищенность со стороны коллег (2,97) и администрации (2,96), в меньшей – со стороны обучающихся (2,42).

Обоснование психологических детерминант - субъективной значимости угроз общественного характера (принятие трансформационных изменений в обществе и понимание их позитивных последствий, низкая чувствительность к депрессии, психологическому давлению, эмоциональному дискомфорту, социальной незащищенности) и отношения к образовательной среде (понимание значимости, достоинств, развивающего потенциала педагогической деятельности, позитивное отношение к профессии педагога и желание оставаться в ней) позволило сформулировать психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога - сформированность активной позиции по отношению к образовательной среде, позволяющей переосмысливать субъективную значимость психологических угроз.

Ведущими психологическими механизмами профессиональной жизнестойкости педагога выступают механизм эмоциональной саморегуляции, связанный с удовлетворенностью значимыми характеристиками образовательной среды, защищенностью от психологического насилия во взаимодействии с учениками, коллегами и администрацией школы, с обеспечением хорошего самочувствия педагога; самоэффективности, связанный с уверенностью и способностью справляться с вызовами, стрессами, неудачами, обеспечивая устойчивость к угрозам и рискам в профессиональной деятельности; самоидентификации, обеспечивающий референтную значимость образовательной среды. Целенаправленное создание практико-ориентированных ситуаций для активизации психологических механизмов представляет психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога.

На основе корреляционного анализа установлено, что владение педагогом конструктивными копингами прямо взаимосвязано с профессиональной жизнестойкостью, и обратно с профессиональным выгоранием педагогов, а использование деструктивных копингов коррелирует со снижением психологического благополучия (рис. 1). Это позволило обосновать психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога, связанное с актуализацией ключевых личностных ресурсов (навыков совладания, позитивного мышления, эмоциональной устойчивости, эффективной коммуникации, рефлексивности и осознанности).

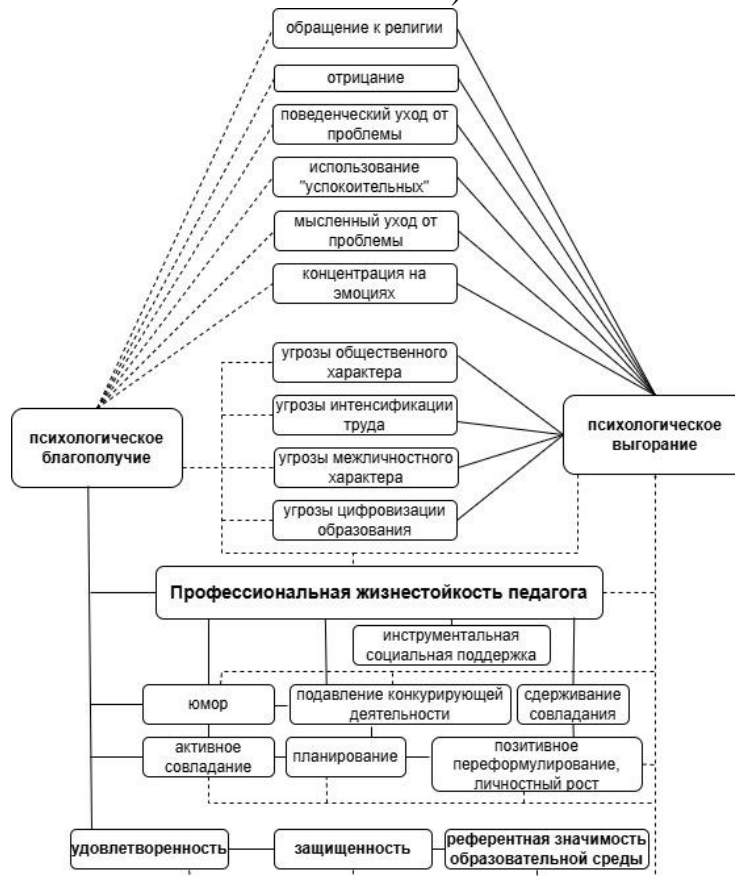


Рисунок 1 - Корреляты профессиональной жизнестойкости педагога (уровень значимости $p \leq 0,05$; "—" – прямая корреляция, "----" – обратная корреляция)

Установлено, что профессиональная жизнестойкость выступает предиктором психологической безопасности педагога в образовательной среде

($p < 0,001$) по показателям референтной значимости образовательной среды ($R^2 = 0,151$; $\beta = 0,388$), удовлетворенности её значимыми характеристиками ($R^2 = 0,040$; $\beta = 0,201$), защищенности от психологического насилия ($R^2 = 0,076$; $\beta = 0,275$); психологического благополучия ($R^2 = 0,114$; $\beta = 0,338$), а также протектором профессионального выгорания ($R^2 = 0,114$; $\beta = -0,338$), субъективной значимости угроз общественного характера ($R^2 = 0,098$; $\beta = -0,313$), интенсификации труда ($R^2 = 0,083$; $\beta = -0,288$), межличностного характера ($R^2 = 0,049$; $\beta = -0,220$), цифровизации образования ($R^2 = 0,051$; $\beta = -0,225$).

Проведенные эмпирические исследования позволили обосновать содержание компонентов профессиональной жизнестойкости. Когнитивный компонент включает позитивное мышление и восприятие, веру в свои силы и компетенции, установку на личностный рост и саморазвитие, готовность к изменениям, убежденность в развивающем потенциале профессии; эмоционально-волевой – эмоциональную устойчивость, увлеченность, самоконтроль, целеустремленность; поведенческий – умение анализировать ситуацию, планировать стратегии поведения, активную позицию, поиск ресурсов и поддержки, концентрацию на совладании, приверженность профессии, включенность в деятельность, выстраивание эффективных коммуникаций.

В ходе исследования адаптирована русскоязычная версия методики изучения профессиональной жизнестойкости (В. Moreno-Jiménez), включающая три шкалы: вовлеченность, контроль, принятие риска. Проверка надежности шкал с использованием коэффициента α -Кронбаха показала, что они имеют достаточные показатели внутренней согласованности ($\alpha > 0,7$). Применение конфирматорного факторного анализа (метод максимального правдоподобия) позволило доказать приемлемое согласие трехфакторной модели опросника: $\chi^2 = 224,547$, $df = 87$; $p < 0,001$; $RMSEA = 0,085$; $CFI = 0,913$; $TLI = 0,895$. Факторные нагрузки по всем пунктам статистически значимы ($p < 0,001$). Шкалы опросника между собой статистически значимо коррелируют ($r > 0,743$; $p < 0,001$). Конвергентная валидность опросника обоснована с помощью корреляционного анализа между шкалами опросника и тестом жизнестойкости С. Мадди ($r = 0,376$, $p < 0,01$).

Выявленные психолого-педагогические условия легли в основу программы развития профессиональной жизнестойкости педагога.

В третьей главе «Экспериментальная апробация программы развития профессиональной жизнестойкости педагога в образовательной среде» описана методологическая база развития профессиональной жизнестойкости педагога, психолого-педагогическая модель, программа и результаты ее реализации. Экспериментально проверены психолого-педагогические условия, реализованные в программе развития профессиональной жизнестойкости.

Субъектно-деятельностный, риск-ресурсный, средовый подходы, теоретические концепции жизнестойкости личности, психологической безопасности образовательной среды и личности в ней, психологического сопровождения, теории самоэффективности, саморегуляции, позитивной педагогики и психологии позволили спроектировать психолого-педагогическую модель развития профессиональной жизнестойкости педагога с учетом когнитивного, эмоционально-волевого, поведенческого компонентов (рис. 2).



Рисунок 2 - Психолого-педагогическая модель развития профессиональной жизнестойкости педагога

Модель отражает психолого-педагогические условия развития профессиональной жизнестойкости, способствующие сохранению психологической безопасности педагога в образовательной среде, этапы, методологические подходы, психологические механизмы, детерминанты, личностные ресурсы, содержание и технологии психолого-педагогического сопровождения. Модель стала базовой для психолого-педагогической программы, использующей технологию внутришкольного командообразования.

Разработанная наряду с другими психолого-педагогическими условиями жизнестойкого совладания педагога с угрозами и вызовами в профессиональной деятельности и реализованная психолого-педагогическая программа развития профессиональной жизнестойкости педагога направлена на активизацию психологических механизмов, личностных ресурсов, актуализацию психологических детерминант. Технология внутришкольного командообразования предусматривала реализацию педагогическим коллективом инновационного проекта, использование комплекса обучающих мероприятий для управленческих команд: проектировочный семинар, взаимоаудит-практикумы, открытую экспертизу программ образовательных организаций, стажировки. Для всех педагогов она включала мотивирующую диагностику, самоаудит-практикумы, мастер-классы, консультации, психологический интенсив-тренинг «Быть жизнестойким! Профессиональный потенциал педагога», предусматривала заполнение тренажера «Быть в ресурсе!».

Программа реализована в рамках сетевого регионального инновационного проекта (далее – РИП) «Формирование психологической безопасности педагогов в условиях реализации обновленных ФГОС ООО» в 2022-2024 г. (табл. 2). Эксперимент проводился на базе университета непрерывного образования и инноваций Ивановской области и восьми школ - региональных инновационных площадок. Были сформированы экспериментальная (ЭГ, $n = 36$ чел.) и контрольная группы (КГ, $n = 46$ чел.) из числа педагогов школ – участников РИП.

Таблица 2 - Программа развития профессиональной жизнестойкости педагога

Виды деятельности	Продукт
<i>Мотивационно-целевой этап</i>	
<i>Цель - мотивация управленческих команд и педагогов школ</i>	
Мотивирующая диагностика школьных команд. Разработка профиля рисков, ресурсов и перспектив. Установочный взаимоаудит - практикум для управленческих команд, самоаудит-практикум для педагогов	Профили рисков, ресурсов и перспектив школ - участников РИП (далее – Профиль)
<i>Проектировочно-технологический этап</i>	
<i>Цель – проектирование технологии развития профессиональной жизнестойкости педагогов</i>	
Проектировочный семинар для управленческих команд по разработке вариативной части инновационного проекта. Открытая экспертиза программ школ по реализации инновационного проекта для управленческих команд. Разработка ДПП ПК для управленческих команд «Психологическая безопасность педагога в условиях реализации ФГОС и ФОП основного общего	РИП по обеспечению психологической безопасности педагогов как субъектов образовательной среды (инвариантная часть). РИП школ по обеспечению психологической безопасности педагогов как субъектов образовательной среды (вариативная часть) – восемь программ. ДПП ПК для управленческих команд

образования». Разработка программы интенсив-тренинга по развитию профессиональной жизнестойкости педагогов «Быть жизнестойким! Профессиональный потенциал педагога». Разработка тренажера для педагогов «Быть в ресурсе!». Стартовая диагностика	«Психологическая безопасность педагога в условиях реализации ФГОС и ФООП основного общего образования». Программа интенсив-тренинга по развитию профессиональной жизнестойкости педагогов «Быть жизнестойким! Профессиональный потенциал педагога». Тренажер для педагогов «Быть в ресурсе!»
<p><i>Процессуально-формирующий этап</i></p> <p><i>Цель – активизация психологических механизмов, актуализация психологических детерминант, развитие личностных ресурсов, способствующих повышению уровня профессиональной жизнестойкости педагога, определение эффективности программы развития профессиональной жизнестойкости педагога, перспектив развития</i></p>	
Обучение управленческих команд по ДПП ПК «Психологическая безопасность педагога в условиях реализации ФГОС и ФООП основного общего образования». Проведение психологических семинаров, практикумов, мастер-классов для педагогов РИП. Проведение школами стажировок для управленческих команд других школ РИП. Обучение педагогов в ходе интенсив-тренинга Итоговая диагностика. Взаимоаудит-практикум для управленческих команд. Самоаудит-практикум для педагогов	Методические разработки мероприятий школ (программы стажировочных семинаров, конспекты проведенных мероприятий). Банк эффективных технологий, практик, приемов, диагностических материалов

Сравнительный анализ результатов диагностики профессиональной жизнестойкости, психологической безопасности педагогов ЭГ до и после формирующего эксперимента выявил значимые различия по ряду показателей (табл. 3).

Таблица 3 - Динамика развития профессиональной жизнестойкости педагогов (ЭГ), Т-критерий Вилкоксона

Критерий	Показатель	ЭГ (n = 36)		
		До	После	P
		М	М	
<i>Когнитивный компонент профессиональной жизнестойкости</i>				
Позитивное мышление	Позитивное переформулирование и личностный рост	11,72	13,61	0,000
Позитивное восприятие	Самопринятие	53,53	57,03	0,002
Вера в свои силы и компетенции	Самоэффективность	24,00	29,25	0,000
Установка на личностный рост и саморазвитие	Личностный рост	54,47	58,64	0,005
Готовность к изменениям	Принятие риска	11,31	13,28	0,000
Убежденность в развивающем потенциале профессии	Референтная значимость ОС (когнитивный компонент)	3,47	3,86	0,005
<i>Эмоционально-волевой компонент профессиональной жизнестойкости</i>				
Увлеченность	Референтная значимость ОС (эмоциональный компонент)	4,68	5,35	0,000

Эмоциональная устойчивость	Сдерживание	10,11	11,14	0,000
Самоконтроль	Контроль	12,14	14,75	0,000
Целеустремленность	Цели в жизни	57,56	61,89	0,001
<i>Поведенческий компонент профессиональной жизнестойкости</i>				
Умение анализировать ситуацию и планировать стратегии поведения	Планирование	11,78	14,42	0,000
Активная позиция	Активный копинг	11,78	14,06	0,000
Поиск ресурсов и поддержки	Использование инструментальной социальной поддержки	10,22	12,47	0,000
Концентрация на совладании	Подавление конкурирующей деятельности	10,19	12,50	0,000
Приверженность профессии	Референтная значимость ОС (поведенческий компонент)	2,16	2,72	0,000
Включенность в деятельность	Вовлеченность	12,17	14,69	0,000
Выстраивание эффективных коммуникаций	Позитивные отношения	57,56	61,00	0,004

В структуре профессиональной жизнестойкости обнаружена динамика компонентов профессиональной жизнестойкости педагога (когнитивного, эмоционально-волевого, поведенческого), подтверждающая ее развитие (рис. 3).

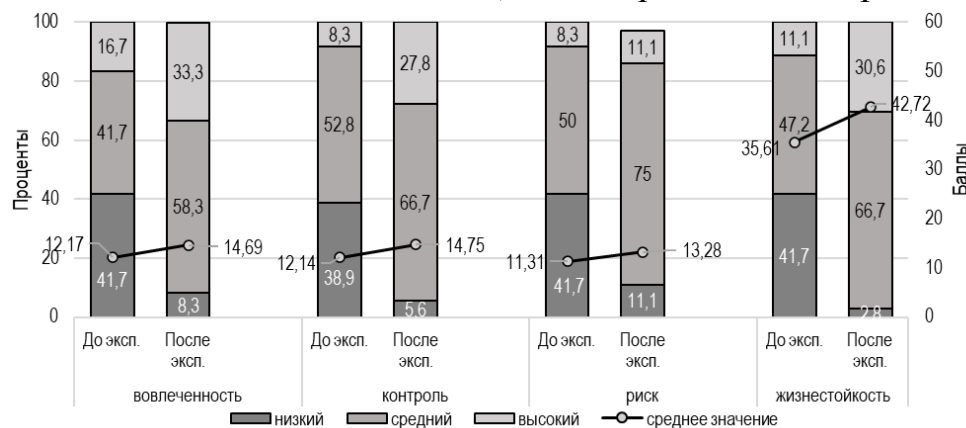


Рисунок 3 – Динамика показателей по шкалам методики «Профессиональная жизнестойкость педагога» (ЭГ)

Этому способствовало усиление включенности в деятельность, самоконтроль, готовность к изменениям, самоэффективность, закрепление направленности на профессиональный рост и саморазвитие, позитивное отношение к педагогической деятельности, улучшение позитивных коммуникаций и эмоциональная вовлеченность в профессиональные ситуации. Сохранилось доминирование конструктивных копинг-стратегий в преобладании активного совладания, планирования, подавления конкурирующей деятельности. Для педагогов стало характерно большее осознание значимости и ценности профессии, чувство гордости за деятельность своего коллектива, вера в себя и своих учеников.

У педагогов усилилось ощущение защищенности от психологического насилия во взаимодействии со всеми участниками образовательных отношений. Значимо повысилась для педагога референтная значимость образовательной среды школы (рис. 4).

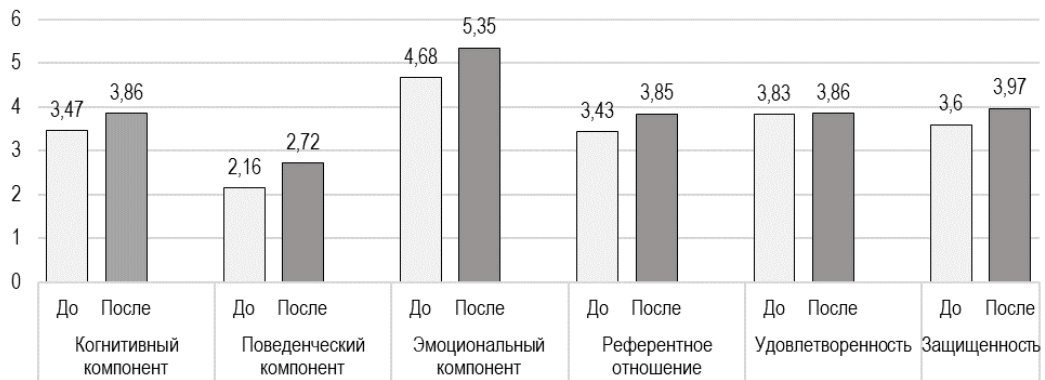


Рисунок 4 - Динамика психологической безопасности в образовательной среде у педагогов до и после эксперимента (ЭГ)

Отмечено смягчение негативного восприятия угроз общественного характера, которые, наряду с отношением к образовательной среде являются детерминантами профессиональной жизнестойкости педагога. Менее актуальными стали психологические угрозы межличностного характера.

Сравнение результатов в КГ и ЭГ по завершению формирующего эксперимента (t-критерий Вилкоксона, $p < 0,05$), позволило сделать вывод о повышении уровня профессиональной жизнестойкости и психологической безопасности педагогов в образовательной среде и, следовательно, об эффективности психолого-педагогических условий. По оценкам педагогов наибольшее значение для них имел полученный опыт использования инструментов развития профессиональной жизнестойкости. В результате реализации программы актуализировались психологические детерминанты за счет активизации психологических механизмов и нивелирующих личностных ресурсов, способствующих развитию профессиональной жизнестойкости в обеспечении психологической безопасности педагога.

В **заключении** диссертации изложены общие выводы и перспективы дальнейших исследований.

1. Определено, что профессиональная жизнестойкость педагога представляет собой динамический процесс и интегративную характеристику личности, включающую когнитивный, эмоционально-волевой и поведенческий компоненты, и отражающую способность конструктивно справляться с трудностями, вызовами и изменениями в образовательной среде. Высокий уровень профессиональной жизнестойкости способствует психологической безопасности педагога в образовательной среде, представляя психологический ресурс адаптации к её условиям, в том числе в ответ на возникающие угрозы, преобразуя трудности в ситуации развития и обеспечивая качество профессиональной деятельности.

2. Доказано, что существуют различия в оценке педагогами образовательной среды, позволившие сгруппировать их в факторы угроз психологической безопасности педагога: угрозы общественного характера, интенсификации труда, межличностного характера и цифровизации образования. Установлено, что проблема психологической безопасности педагога детерминирована значимостью этих угроз и потенциалом образовательной среды, способным их нивелировать, создавая у педагога ощущение психологической защищенности в профессиональной сфере.

3. Эмпирически установлено, что профессиональная жизнестойкость педагога является предиктором психологической безопасности педагога в образовательной среде по показателям референтной значимости образовательной среды, удовлетворенности характеристиками, защищенности от психологического насилия в ней; психологического благополучия, а также протектором профессионального выгорания и субъективной значимости угроз в образовательной среде, что подтверждает ресурсность профессиональной жизнестойкости педагога.

4. Психологическими детерминантами профессиональной жизнестойкости педагога в образовательной среде являются субъективная значимость угроз общественного характера (принятие трансформационных изменений в обществе и понимание их позитивных последствий, низкая чувствительность к депрессии, психологическому давлению, эмоциональному дискомфорту, социальной незащищенности) и отношение к образовательной среде (понимание значимости, достоинств, развивающего потенциала педагогической деятельности, позитивное отношение к профессии педагога и желание оставаться в ней). Обоснование психологических детерминант позволило сформулировать психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога - сформированность активной позиции по отношению к образовательной среде, позволяющей переосмысливать субъективную значимость психологических угроз.

5. Ведущими психологическими механизмами профессиональной жизнестойкости педагога выступают механизм эмоциональной саморегуляции, связанный с удовлетворенностью значимыми характеристиками образовательной среды, защищенностью от психологического насилия во взаимодействии с учениками, коллегами и администрацией школы, с обеспечением хорошего самочувствия педагога; самоэффективности, связанный с уверенностью и способностью справляться с вызовами, стрессами, неудачами, обеспечивая устойчивость к угрозам и рискам в профессиональной деятельности; самоидентификации, обеспечивающий референтную значимость образовательной среды. Целенаправленное создание практико-ориентированных ситуаций для активизации указанных психологических механизмов представляет психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога.

6. Личностными ресурсами профессиональной жизнестойкости педагога являются навыки совладания, обеспечивающие конструктивное преодоление сложных ситуаций; эмоциональная устойчивость посредством способности распознавать и управлять эмоциями; эффективные коммуникативные навыки, поддерживающие взаимодействия с участниками образовательных отношений; позитивное мышление, выражающееся в оптимизме и конструктивности; рефлексивность и осознанность, обеспечивающие внимательность и критическое мышление, саморегуляцию, способствующую управлению поведением; самоэффективность. Актуализация указанных личностных ресурсов составляет психолого-педагогическое условие развития профессиональной жизнестойкости педагога.

7. Адаптирована на русский язык методика «Профессиональная жизнестойкость», являющаяся надежным и валидным инструментом для оценки профессиональной жизнестойкости педагогов.

8. Психолого-педагогическая программа развития профессиональной жизнестойкости педагога, направленная на активизацию психологических механизмов, личностных ресурсов, психологических детерминант показала свою эффективность. По результатам сравнительного анализа (до и после участия в программе) в экспериментальной группе выявлены статистически значимые различия по когнитивному, эмоционально-волевому и поведенческому компонентам профессиональной жизнестойкости, достоверные различия определены между экспериментальной и контрольной группами после завершения программы. Средством реализации программы стала технология внутришкольного командообразования и применение методов позитивной психологии и педагогики, педагогики диалога и сотрудничества, автокоммуникаций, практики внимательности и осознанности, психофизических оздоровительных гимнастик.

9. Развитие профессиональной жизнестойкости педагога как ресурса его психологической безопасности стало возможным благодаря реализации комплекса выявленных психолого-педагогических условий. У педагогов усилилось ощущение защищенности от психологического насилия во взаимодействии со всеми участниками образовательных отношений, повысилась референтная значимость образовательной среды школы. Менее актуальны стали психологические угрозы общественного и межличностного характера.

Основные положения и выводы диссертационного исследования отражены в следующих публикациях автора (общий объем – 20,9 п.л., личный вклад автора – 7,77 п.л.):

а) публикации в изданиях, рекомендованных ВАК при Минобрнауки России:

1. Кольчугина, Н. И. Влияние жизнестойкости педагога на психологическую безопасность и благополучие / Н. И. Кольчугина // Учебный эксперимент в образовании. – 2024. – № 1(109). – С. 26-39. – DOI 10.51609/2079-875X_2024_1_26. (0,96 п.л.).

2. Кольчугина, Н. И. От самоэффективности педагога - к психологической безопасности и жизнестойкости / Е.А. Шмелева, Н.И. Кольчугина, Ю.А. Львова, О.А. Силаева // Вестник практической психологии образования. – 2024. – Т. 21, № 2-1. – С. 47-53. – DOI 10.17759/bppe.2024210206. (0,45 п.л. / 0,11 п.л.).

3. Кольчугина, Н. И. Психолого-педагогические подходы к развитию жизнестойкости и психологической безопасности педагога / Н. И. Кольчугина // Научный поиск: личность, образование, культура. – 2024. – №4(54). – С. 57-61. – DOI 10.54348/SciS.2024.4.9. (0,54 п.л.).

б) публикации в отечественных изданиях, входящих в международные реферативные базы данных и системы цитирования, утвержденных приказом Минобрнауки России:

4. Кольчугина, Н. И. Жизнестойкость и психологическая безопасность педагога в образовательной среде / Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков,

Н. И. Кольчугина, Ч. К. Фан // Образование и наука. – 2022. – Т. 24, № 9. – С. 143-173. – DOI 10.17853/1994-5639-2022-9-143-173. (Scopus, WoS) (1,6 п.л. / 0,7 п.л.).

в) статьи в материалах научно-практических конференций, сборниках научных трудов:

5. Кольчугина, Н. И. Психологическая безопасность педагога-психолога: опыт фокус-группового исследования / Н. И. Кольчугина, Н. А. Пузырева // Научный поиск: личность, образование, культура. – 2023. – № 1(47). – С. 42-51. – DOI 10.54348/SciS.2023.1.6. (0,95 п.л. / 0,48 п.л.).

6. Кольчугина, Н. И. Наставничество в обеспечении профессиональной жизнестойкости молодых педагогов / С. А. Коноплев, Е. А. Шмелева, Н. И. Кольчугина // Научный поиск: личность, образование, культура. – 2022. – № 4(46). – С. 34-41. – DOI 10.54348/SciS.2022.4.7. (0,69 п.л. / 0,32 п.л.).

7. Кольчугина, Н. И. Личностные детерминанты психологической безопасности и жизнестойкости педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, Ю. А. Львова // Психология личности: методология, теория, практика (Методология, теория и история психологии) : Сборник статей. – Москва: Институт психологии РАН, 2024. – С. 1025-1029. (0,39 п.л. / 0,2 п.л.)

8. Кольчугина, Н. И. Психологическая безопасность: процесс, состояние или свойство личности? / Ю. А. Рыбакова, Н. И. Кольчугина // Психологическая безопасность и жизнестойкость в помогающем социуме : Сборник материалов Всероссийской конференции с международным участием, Иваново - Шуя, 18–19 октября 2024 года. – Шуя: Ивановский государственный университет, 2024. – С. 174-178. (0,18 п.л. / 0,09 п.л.).

9. Кольчугина, Н. И. Самоэффективность как психологический ресурс жизнестойкости педагогов различных стажевых категорий / Н. И. Кольчугина, Е. В. Иванова // Психологическая безопасность и жизнестойкость в помогающем социуме : Сборник материалов Всероссийской конференции с международным участием, Иваново - Шуя, 18–19 октября 2024 года. – Шуя: Ивановский государственный университет, 2024. – С. 75-78. (0,17 п.л. / 0,09 п.л.).

10. Кольчугина, Н. И. Руководитель образовательной организации в формировании психологической безопасности педагога / Н. И. Кольчугина, Е. В. Иванова // Наука и образование в современном вузе: вектор развития: сборник материалов научно-практической конференции, Шуя, 16 мая 2024 года. – Шуя: Ивановский государственный университет, 2024. – С. 98-100. (0,16 п.л. / 0,08 п.л.).

11. Кольчугина, Н. И. Профессиональная жизнестойкость в психологической безопасности специалистов социономического профиля / П. А. Кисляков, Е. А. Шмелева, О. А. Силаева, Н. И. Кольчугина, А. Л. С. Меерсон // Личностные и регуляторные ресурсы человека в условиях социальных вызовов: Материалы VII Международной научно-практической конференции, Ставрополь, 15–16 июня 2023 года. – Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2023. – С. 117-122. (0,3 п.л. / 0,10 п.л.).

12. Кольчугина, Н. И. Копинг-стратегии жизнестойких педагогов / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков // Педагогика и психология современного образования: теория и практика: Материалы научно-практической конференции, Ярославль, 20–21 апреля 2023 года. – Ярославль: Ярославский

государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского, 2023. – С. 128-136. (0,39 п.л. / 0,13 п.л.).

13. Кольчугина, Н. И. Жизнестойкость педагога как значимый ресурс его психологического благополучия / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков, Е. В. Иванова // Психологическое благополучие субъектов образования : сборник научных материалов, Ярославль, 22 февраля 2023 года. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2023. – С. 129-136. (0,36 п.л. / 0,10 п.л.).

14. Кольчугина, Н. И. Особенности смысложизненных ориентаций педагогов с разным уровнем жизнестойкости / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, О. А. Силаева, П. А. Кисляков // Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований : Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 90-летию со дня рождения А. В. Брушлинского и 300-летию основания Российской академии наук, Москва, 12–14 октября 2023 года. – Москва: Институт психологии РАН, 2023. – С. 1489-1493. (0,41 п.л. / 0,10 п.л.).

15. Кольчугина, Н. И. Копинг-стратегии как значимый ресурс жизнестойкости современного педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, Е. В. Иванова, П. А. Кисляков // Наука и образование в современном вузе: вектор развития : сборник материалов научно-практической конференции, Шуя, 18 мая 2023 года / Ивановский государственный университет, Шуйский филиал. – Шуя: Ивановский государственный университет, Шуйский филиал, 2023. – С. 72-75. (0,22 п.л. / 0,06 п.л.).

16. Кольчугина, Н. И. Особенности жизнестойкости педагогов с разным стажем работы / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков // Психология в меняющемся мире: проблемы, гипотезы, перспективы : Сборник материалов всероссийской научной конференции с международным участием, Челябинск, 12–13 мая 2023 года. Том Часть 1. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2023. – С. 73-78. (0,28 п.л. / 0,10 п.л.).

17. Кольчугина, Н. И. Жизнестойкость в обеспечении психологической безопасности педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева // Наука и образование в современном вузе: вектор развития : сборник материалов научно-практической конференции, Шуя, 19 мая 2022 года. – Шуя: Ивановский государственный университет, Шуйский филиал, 2022. – С. 117-119. (0,15 п.л. / 0,08 п.л.).

18. Кольчугина, Н. И. Личностные ресурсы психологического благополучия педагога в современной образовательной среде / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков, Е. В. Иванова // Актуальные вопросы благополучия личности: психологический, социальный и профессиональный контексты : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, Ханты-Мансийск, 17 ноября 2022 года. – Ханты-Мансийск: Югорский государственный университет, 2022. – С. 140-145. (0,26 п.л. / 0,10 п.л.).

19. Кольчугина, Н. И. О психологических угрозах педагога в образовательной среде школы / Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков, Н. А. Кольчугина, Н. А. Демченко // Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности : Материалы XI Международной научно-практической конференции, Улан-Удэ, 22–23 сентября 2022 года / Отв. редактор Ю.Ю. Шурыгина. – Улан-Удэ:

Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления, 2022. – С. 323-325. (0,15 п.л. / 0,1 п.л.).

20. Кольчугина, Н. И. Жизнестойкость как значимый ресурс профессионального долголетия педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков, Е. В. Иванова // Стратегии и ресурсы личностно-профессионального развития педагога: современное прочтение и системная практика : Сборник научных статей, Москва, 04–05 июля 2022 года. – Москва: Психологический институт РАО, 2022. – С. 37-40. – DOI 10.24412/c1-36923-2022-1-37-40. (0,27 п.л. / 0,10 п.л.).

21. Кольчугина, Н. И. Психологические риски и угрозы в профессиональной деятельности современного педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, Е. В. Иванова // Интеграция науки и образования в XXI веке: психология, педагогика, дефектология : сборник научных трудов по материалам VI Международной научно-практической конференции, Саранск, 18 марта 2022 года. – Саранск: Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева, 2022. – С. 43. (0,54 п.л. / 0,18 п.л.).

22. Кольчугина, Н. И. Психологические угрозы, риски, ресурсы жизнестойкости педагога / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, П. А. Кисляков // Психология XXI столетия : Сборник по материалам ежегодного Конгресса (Новиковские чтения), Диостан, 06–08 мая 2022 года. – Диостан: Международная Академия Психологических Наук, 2022. – С. 70-76. (0,41 п.л. / 0,20 п.л.).

23. Кольчугина, Н. И. Психологическая безопасность педагога в современной образовательной среде / Н. И. Кольчугина, Е. А. Шмелева, Е. В. Иванова // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии. – Москва: Институт психологии РАН, 2021. – С. 250-264. (0,88 п.л. / 0,29 п.л.).

24. Кольчугина, Н. И. Профессиональное долголетие педагога в обеспечении психологической безопасности в образовательной среде / Н. И. Кольчугина, Е. В. Иванова, Е. А. Шмелева // Наука и образование в современном вузе: вектор развития : Материалы научно-практ. конференции, Шуя, 13 мая 2021 года. – Шуя: Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2021. – С. 92-94. (0,19 п.л. / 0,06 п.л.).

г) учебные издания:

25. Кольчугина, Н. И. Психологическая безопасность образовательной среды и ее субъектов / П. А. Кисляков, Е. А. Шмелева, О. А. Силаева, Н. И. Кольчугина. – Шуя: Ивановский государственный университет, 2024. – 176 с. (10,0 п.л. / 2,5 п.л.).