



## Жизнестойкость как внутренний ресурс профессиональной деятельности педагога

ФРИЗЕН Марина Александровна

*Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга, Петропавловск-Камчатский, Россия*

**Аннотация.** Жизнестойкость выступает значимым ресурсом профессиональной деятельности педагога в условиях современной ситуации неопределённости. *Цель.* В статье отражены результаты обобщающего исследования, целью которого выступило изучение и описание жизнестойкости как внутреннего ресурса профессиональной деятельности педагогов, работающих в разных условиях. При планировании нашей работы мы исходили из предположения о том, что жизнестойкость по-разному задействуется педагогами при разных уровнях её выраженности, имеет специфику у учителей в сравнении с другими профессиональными группами, а также имеет отличия в связи с местом проживания и включённостью в управленческую деятельность. *Метод.* Статистическому анализу (кластерному, корреляционному и критериальному) были подвергнуты данные, собранные на группах учителей, руководителей образовательных учреждений и врачей, проживающих в Петропавловске-Камчатском и/или Вилючинске (Камчатский край). *Результаты.* В ходе исследования нами было обнаружено, что педагогам свойственно большее принятие риска в сравнении с врачами. Кроме того, учителя с высоким уровнем жизнестойкости в большей степени опираются на осмысленность и планирование жизни, на свой жизненный опыт, автономность по отношению к социуму, а учителя с низким уровнем жизнестойкости больше сосредоточены на эмоциональной и материальной стороне жизнедеятельности. Обнаружены различия параметров жизнестойкости в зависимости от места проживания. *Выводы.* По итогам исследования сделан вывод о том, что у педагогов-руководителей жизнестойкость и толерантность к неопределённости задействуется в основном в рациональном, когнитивном аспекте, а у педагогов, не включённых в руководящую деятельность, — в аффективном аспекте. *Ценность результатов.* Сделанные нами выводы требуют дальнейшей проверки на более объёмных и разноплановых профессиональных и возрастных выборках. Результаты могут быть использованы для оптимизации профессиональной среды педагога.

**Ключевые слова:** жизнестойкость; личностные ресурсы; профессиональная педагогическая деятельность.

### Введение

Современная действительность сталкивает нас с разнообразными вызовами и ситуациями неопределённости (Зинченко, 2007; Корнилова, 2009). Интенсивное реформирование в России ряда профессиональных сфер, в частности, образовательной, ведёт к тому, что к ресурсной базе профессионала предъявляются высокие требования (Жиганов, 2007). Ценности и смыслы педагогической профессии переживают «проверку» временем. Работа педагога имеет как непосредственные, так и отсроченные результаты. Она во многом основывается на призвании, некой профессиональной миссии, а не на престиже и материальной

выгоде. Все это ведёт к тому, что осуществление профессиональной деятельности педагогов нередко требует высокой жизнестойкости (Логинова, 2009; Фомина, 2012). В частности, жизнестойкость лидера-руководителя можно рассматривать как важную переменную, влияющую на эффективность деятельности педагогического коллектива (Жукова, Нестик, 2013; Климов, 2013).

В рамках наших исследований мы рассматривали жизнестойкость личности как некий внутренний ресурс профессионала (в логике конструкта «личностный потенциал», предложенного Д. А. Леонтьевым и соавторами). «Личностный потенциал — это интегральная системная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе способности личности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность смысловых ориентаций и эффективность деятельности на фоне давлений и изменяющихся внешних условий. Это способность личности проявлять себя в качестве личности, выступать автономным саморегулируемым субъектом активности, оказывающим целенаправленные изменения во внешнем мире и сочетающим устойчивость к воздействию внешних обстоятельств и гибкое реагирование на изменения внешней и внутренней ситуации» (Леонтьев, 2011, с. 8). По мнению Д. А. Леонтьева, структуру личностного потенциала составляют потенциал самоопределения, потенциал реализации и потенциал сохранения, определяемые им как специфические ресурсы личности. Задействуя эти ресурсы, личность опирается на себя, поэтому данные ресурсы можно обозначить как внутренние. М. В. Логинова, определяя жизнестойкость как развивающуюся систему убеждений, благоприятствующих развитию готовности управлять системой повышенной сложности, считает её внутренним ключевым ресурсом личности (Логинова, 2009).

В рамках теоретического анализа подходов к изучению жизнестойкости А. Н. Фомина указывает, что исследователи рассматривают жизнестойкость в различных ракурсах (Фомина, 2012): как «отвагу быть» (П. Тиллих), «ключевой ресурс» (С. Мадди), «способность действовать вопреки», «укоренённость в бытии» (М. Хайдеггер), «способность преодоления самого себя» (Д. А. Леонтьев), «способность превращать проблемные ситуации в новые возможности» (С. А. Богомаз). С. Мадди операционализировал понятие «мужество быть» в модель жизнестойкости и описал три её компонента: *вовлечённость* (убеждение в том, что только благодаря своей активности человек находит в мире интересное, включённость в действие, ощущение себя внутри процесса жизни), *контроль* (убеждённость в контролируемости мира и своей способности добиться результата, человек уверен в наличии причинной связи между его усилиями и результатом проживания проблемной ситуации), *принятие риска* (отражает готовность действовать вопреки неопределённости ситуации и угрозе, открытость миру и разнообразным ситуациям как источникам значимого жизненного опыта, готовность действовать в отсутствие надежных гарантий успеха). В рамках модели жизнестойкости С. Мадди описывает трансформационный копинг, предполагающий активное преодоление ситуации, направленность на поиск, на построение будущего, в то время как регрессивное совладание, с его точки зрения, предполагает выдерживание напряжения, избегание проблемы, выбор в пользу привычных алгоритмов поведения (выбор в пользу прошлого). Применительно к динамике жизнестойкости профессионала А. Н. Фомина, ссылаясь на работы Р. И. Стецишина, указывает, что жизнестойкость формируется в процессе профессиогенеза личности и даёт возможность человеку противостоять профессионально-личностной дезадаптации, в частности, в области помогающей профессии (Фомина, 2012).

Таким образом, можно прийти к заключению о том, что жизнестойкость рассматривается исследователями и как некий ресурс, и как психологическое свойство личности, и как способность в контексте социальной адаптации человека, его саморегуляции. Мы рассматриваем жизнестойкость как внутренний ресурс профессиоанала и предполагаем, что у педагогов, осуществляющих профессиональную деятельность в различных условиях (разные места проживания, разные позиции в управленческой иерархии и др.) может наблюдаться специфика выраженности жизнестойкости и её задействования. Данная специфика может быть связана и с уровнем выраженности жизнестойкости. Кроме того, существует специфика жизнестойкости педагогов в сравнении с представителями других профессий типа «человек — человек». Для проверки этих предположений мы обратились к результатам эмпирических исследований, проведённых нами в течение 2014 — 2017 гг. Основной целью их обобщения стало описание жизнестойкости как внутреннего ресурса профессиональной деятельности педагогов, работающих в разных условиях.

## Анализ и интерпретация результатов

### Первое исследование

В рамках первого исследования, целью которого было выявление субъективного качества жизни педагогов с разным уровнем жизнестойкости, были опрошены 60 педагогов, работающих в МБОУ «СОШ № 30» Петропавловск-Камчатского городского округа и в Камчатском педагогическом колледже, в возрасте от 30 до 55 лет, из них 55 женщин и пять мужчин.

### Методики исследования

«Тест жизнестойкости» (далее ТЖ) С. Мадди, адаптированный Д. А. Леонтьевым и Е. И. Рассказовой (Леонтьев, Рассказова, 2006); опросник «Временная перспектива» (далее ВП) Ф. Зимбардо в адаптации А. Сырцовой, Е. Т. Соколовой, О. В. Митиной (Сырцова, Соколова, Митина, 2008); «Тест смысловых ориентаций» (далее СЖО) Дж. Крамбо, Л. Махолика в адаптации Д. А. Леонтьева (Леонтьев, 2000); «Шкала психологического благополучия» (далее ШПБ) К. Рифф в адаптации Т. Д. Шевеленковой, Т. П. Фесенко (Пергаменщик, Лепешинский, 2007); методика оценки качества жизни и удовлетворённости (далее КЖ) М. Фриша в адаптации Е. И. Рассказовой (Рассказова, 2012). В данной статье мы представляем часть полученных данных.

Посредством кластерного анализа выборка была разделена на две группы по показателям теста жизнестойкости. В первую группу вошли респонденты с более высоким уровнем жизнестойкости (24 человека), во вторую — со значимо более низким уровнем (32 человека). Характеристики кластеров приведены в Таблице 1.

Таблица 1. Среднегрупповые показатели Теста Жизнестойкости в двух кластерах (баллы)

Шкалы	Кластер 1	Кластер 2	t Стьюдента
Общий показатель жизнестойкости	96.8	61.2	11.85***
Вовлечённость	42.8	29.4	8.81***
Контроль	34.3	2.7	9.64***
Принятие риска	19.8	11.0	11.16***

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Сопоставление с нормативными показателями данной методики на российской выборке (Леонтьев, Рассказова, 2006) позволило сделать вывод о том, что педагоги, вошедшие в первый кластер, характеризуются высоким уровнем общей жизнестойкости, её параметры

«вовлечённость» и «контроль» оценены на уровне выше среднего, для «принятия риска» характерен высокий уровень. У педагогов, вошедших во второй кластер, обнаружены сниженные показатели по всем параметрам жизнестойкости.

Далее в каждой из групп была с помощью коэффициента  $r$  Пирсона проверена корреляционная связь между жизнестойкостью, с одной стороны, и особенностями временной перспективы, смысложизненными ориентациями, психологическим благополучием и качеством жизни, с другой стороны (значимые связи приведены в таблицах 2 и 3). Отметим, что структура обнаруженных взаимосвязей тестируемых переменных существенно различается между группами. В частности, во второй группе обнаружены связи параметров жизнестойкости со шкалами СЖО, в то время как такие связи практически полностью отсутствуют в первой группе. Обратная ситуация наблюдается в отношении параметров временной перспективы и психологического благополучия. Это даёт нам основание предположить, что при разных уровнях выраженности жизнестойкости задействуются различные ресурсы личности.

Таблица 2. Значимые связи параметров жизнестойкости с другими личностными особенностями в первой группе (педагоги с высоким общим уровнем жизнестойкости)

Шкалы ТЖ	Другие переменные	$r$ Пирсона
Общий показатель жизнестойкости	Гедонистическое настоящее (ВП)	-.511*
	Будущее (ВП)	.691***
	Фаталистическое настоящее (ВП)	-.664***
	Негативное прошлое (ВП)	-.610**
	Позитивные отношения с окружающими (ШПБ)	.451*
	Автономия (ШПБ)	.502*
	Личностный рост (ШПБ)	.735***
	Самопринятие (ШПБ)	.801***
Вовлечённость	Будущее (ВП)	.613***
	Позитивное прошлое (ВП)	.503**
	Фаталистическое настоящее (ВП)	-.592**
	Негативное прошлое (ВП)	-.574**
	Позитивные отношения с окружающими (ШПБ)	.594**
	Автономия (ШПБ)	.581**
	Самопринятие (ШПБ)	.644***
	Дети — удовлетворённость (КЖ)	-.468**
Контроль	Гедонистическое настоящее (ВП)	-.573**
	Фаталистическое настоящее (ВП)	-.636***
	Негативное прошлое (ВП)	-.575**
	Личностный рост (ШПБ)	.603**
	Самопринятие (ШПБ)	.730***
Принятие риска	Личностный рост (ШПБ)	.551**
	Самопринятие (ШПБ)	.625**
	Результат жизни (СЖО)	-.407*
	Здоровье — удовлетворённость (КЖ)	.481*
	Творчество — удовлетворённость (КЖ)	.513*
	Родственники — удовлетворённость (КЖ)	.421*
	Город — важность (КЖ)	-.406*

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Из таблицы 2 видно, что у педагогов первой группы жизнестойкость связана с ориентированностью на будущее, вовлечённость сопряжена с опорой на продуктивное прошлое, контроль не связан с ориентацией на гедонистическое, фаталистическое настоящее и нега-

тивное прошлое. Целеполагание, постановка задач является важным аспектом деятельности, поэтому стремление ответственно и эффективно её структурировать может требовать высокого уровня жизнестойкости для совладания с внутренним напряжением. В образовательной деятельности планирование помимо объективно существующей в обществе ситуации неопределённости сопровождается нарастающим объемом формальных требований, нередко вызывающих у педагогов сопротивление (ведение электронных журналов, включение в проект «Сетевой город» и др.). При этом уровень жизнестойкости оказывается достаточным для преодоления фаталистичности при пристраивании временной перспективы. Общая жизнестойкость в данной группе также взаимосвязана с параметрами психологического благополучия: педагоги с высоким уровнем жизнестойкости при проживании разнообразных ситуаций опираются на себя и позитивные отношения с окружающими, жизненный опыт рассматривают как возможность для личностного роста. В самих себе они видят достаточно ресурсов для независимого и продуктивного построения жизни.

Взаимосвязи параметра «вовлечённость» со шкалами других методик демонстрируют то, что исследуемые респонденты включены в процесс деятельности, способны получать опыт и удовлетворение от разнообразных её аспектов, опираются на свою автономность (убеждения, планы, оценки) и самопринятие. Вместе с тем, высокие показатели вовлечённости взаимосвязаны с неудовлетворённостью отношениями с детьми. Вероятно, включённость в профессиональную деятельность, отдача ей, продуктивные контакты с обучающимися в школе могут вести к специфическому восприятию отношений с собственными детьми («чужими детьми занимаюсь, а своими — нет», «другие дети уважают и ценят, а свои — нет» и др.). Следовательно, значимым для педагогов с высокой жизнестойкостью должно стать понимание того, что существующие проблемы требуют разрешения, важна гармонизация жизни, её оптимальное структурирование. Выдерживание существующих противоречий только за счет задействования жизнестойкости может существенно истощить данный ресурс.

Таблица 3. Значимые связи параметров жизнестойкости с другими личностными особенностями во второй группе (педагоги с низким общим уровнем жизнестойкости)

Шкалы ГЖ	Шкалы других методик	r Пирсона
Общий показатель жизнестойкости	Процесс жизни (СЖО)	.526**
	Осмысленность жизни (СЖО)	.490**
	Родственники — удовлетворённость (КЖ)	.351*
Вовлечённость	Процесс жизни (СЖО)	.474**
	Осмысленность жизни (СЖО)	.430*
Контроль	Позитивное прошлое (ВП)	.353*
	Процесс жизни (СЖО)	.436**
	Локус контроля — Я (СЖО)	.396*
	Осмысленность жизни (СЖО)	.476**
Принятие риска	Деньги — удовлетворённость (КЖ)	-.480**
	Гедонистическое настоящее (ВП)	.366**

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Контроль связан с опорой на себя, направленностью на личностный рост, с представлениями о жизни как управляемой. Респонденты с высокой жизнестойкостью воспринимают жизнь как полную возможностей для собственного развития, реализации потенциалов и достижения целей. Показатель принятия риска как готовности действовать без надёжных гарантий успеха у респондентов с высоким уровнем жизнестойкости связан с опорой на себя, принятием себя, осмыслением деятельности как контекста личностного роста, с удовлетво-

рённостью собственным здоровьем (возможно, видение собственных физических ресурсов для достижений), отношениями с родственниками (есть поддержка начинаний близкими), творчеством (активность рассматривается не как рутинная, навязанная, а как творческий поиск). Обратные связи контроля и показателей результативности жизни (возможно, неудовлетворённость прошлыми достижениями становится импульсом к развитию), значимости города может указывать на то, что отсроченные планы могут выходить за пределы возможностей места проживания (город воспринимается как имеющий недостаточно ресурсов для достижения целей).

У педагогов со сниженными показателями жизнестойкости её общий показатель связан с осмысленностью жизни, удовлетворённостью прошлым и отношениями с родственниками. Для продуктивного осуществления деятельности им важен опыт достижений, продуктивные отношения с близким окружением. Недостаточная жизнестойкость и осмысленность жизни могут стать причиной доминирования фаталистичной жизненной ориентации и снижения эффективности деятельности на фоне переживаемых трудностей и неудач. Вовлечённость связана с осмысленностью жизни и удовлетворённостью настоящим: понимание текущих задач профессиональной деятельности и наличие успехов в ней может обеспечить педагогам данной группы эмоциональную включённость в образовательный процесс, личную ответственность за его ход и результаты. Представления о жизни как управляемой связаны с её осмысленностью и продуктивностью. Однако, на наш взгляд, в сравнении с первой группой ресурс жизнестойкости у респондентов второй группы практически не связан с опорой на себя, свои ресурсы, субъектность. Принятие риска сопряжено с неудовлетворённостью материальной обеспеченностью и гедонистичностью настоящего. На наш взгляд, попытка изменить жизненную ситуацию без надёжных гарантий успеха при сниженной опоре на себя (жизненные цели и смыслы) носит не столько рациональный, сколько эмоциональный, спонтанный характер.

Полученные нами результаты в целом согласуются с идеей С. Мадди о задействовании при выраженной жизнестойкости трансформационного копинга, а при сниженной жизнестойкости — регрессивного совладания. Итак, *учителям с различным уровнем жизнестойкости свойственно в разной степени задействовать её как внутренний ресурс жизнеосуществления.*

## Второе исследование

Целью второго исследования стало изучение жизнестойкости и толерантности к неопределённости как компонентов личностного потенциала у лиц, осуществляющих управление в сфере образования. Выборку исследования составили 60 человек, работающих в сфере образования на различных должностях, в возрасте 30–55 лет. Основную группу (30 человек) составили лица, осуществляющие руководство в сфере образования (директора школ и их заместители). В группу сравнения вошли школьные учителя, не задействованные в управлении (30 человек). Обе группы были уравнены по параметрам пола и стажа работы.

### Методы исследования

«Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д. А. Леонтьева (Леонтьев, Рассказова, 2006); опросник «Способы совладающего поведения» (далее ССП) Р. Лазаруса и С. Фолкман (Вассерман, 2009); шкала толерантности к неопределённости (далее ТН) Д. Маклейна в адаптации Е. Г. Луковицкой (Луковицкая, 1998; Осин, 2010); модифицированный вариант личностного семантического дифференциала на стимул «Представитель администрации образовательного учреждения» (далее ЛСД) (Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2002); семантиче-

ский дифференциал «Неопределённая ситуация» (далее СДН) Е. Г. Луковицкой» (Луковицкая, 1998); направленный ассоциативный эксперимент на стимул «Моя профессиональная деятельность». В этой статье мы обращаемся к некоторой части результатов данного исследования для составления полной картины связи жизнестойкости педагога с другими параметрами его личности и деятельности, а также для конкретизации этой картины в отношении к управленческой деятельности.

В таблице 4 отражен сравнительный анализ данных двух групп посредством *t*-критерия Стьюдента. Статистические различия между группами обнаружены по всем параметрам жизнестойкости и ряду копинг-стратегий (значимо выше в основной группе руководителей), отличается восприятие ситуации неопределённости.

Таблица 4. Результаты критериального анализа данных обеих групп

Шкала	Руководители в сфере образован. (баллы, средн. значения)	Педагоги (баллы, средн. значения)	t-критерий Стьюдента
<i>Тест Жизнестойкости</i>			
Вовлечённость	36.4	31.2	3.13**
Контроль	27.7	24.1	2.31*
Принятие риска	18.6	14.1	4.13**
Общий уровень жизнестойкости	82.8	69.4	3.71**
<i>Способы Совладающего Поведения</i>			
Самоконтроль	13.4	11.8	2.05*
Поиск социальной поддержки	12.1	9.8	2.59*
Планирование решения	12.9	1.4	3.40**
Положительная переоценка	13.1	9.2	6.65***
<i>СД «Неопределённая ситуация»</i>			
Радующая — Удручающая	5.0	4.1	3.12**
Интересная — Скудная	4.1	3.4	2.56*

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Далее был проверен характер связей параметров жизнестойкости с другими показателями (Таблицы 5 и 6). Как видно из таблицы 5, общая жизнестойкость учителей связана с копинг-стратегией «самоконтроль», предполагающей купирование эмоций, рост дискомфорта ситуации неопределённости, снижение активности руководителя. В целом, надо сказать, что, по всей видимости, учителя начинают задействовать ресурс жизнестойкости в случае снижения общей комфортности, безопасности ситуации при некоторой пассивности администрации, что активизирует самоконтроль.

Результаты корреляционного анализа в основной группе показывают более разнообразные взаимосвязи параметров жизнестойкости с копинг-стратегиями. Интересно, что вовлечённость связана как с конфронтационными тенденциями, так и с гармонизирующими социальное взаимодействие тенденциями. Важно при этом, что стратегия принятия решения тесно связана с ресурсом жизнестойкости руководителя в сфере образования. Отметим, что если в структуру корреляционных связей в группе сравнения вошли параметры ситуации неопределённости, связанные с её комфортностью и безопасностью, то у руководителей в сфере образования — с непротиворечивостью. Можно предположить, что ресурс жизнестойкости и толерантности к неопределённости задействуется у педагогов-неруководителей скорее в некоем аффективном ключе, а у руководителей в сфере образования — в рациональном, когнитивном. На это указывает и значимая взаимосвязь параметра ТЖ «контроль» и индивидуального показателя толерантности к неопределённости. Обращает на себя внимание и более тесная вплетённость в систему корреляционных взаимосвязей параме-

тров личностного семантического дифференциала на стимул «Представитель администрации образовательного учреждения»: рост параметров жизнестойкости сопрягается с ростом показателей активности и снижением позитивности оценки.

Таблица 5. Значимые связи переменных в группе педагогов

Шкалы ТЖ	Шкалы других методик	r Пирсона
Общий показатель жизнестойкости	Самоконтроль (ССП)	.42*
	Радующая (СДН)	-.46**
	Приятная (СДН)	-.47**
	Активность (ЛСД)	-.61**
Вовлечённость	Самоконтроль (ССП)	.5**
	Безопасная (СДН)	-.43*
	Приятная (СДН)	-.56**
	Стимулирующая умственную активность (СДН)	-.36*
	Активность (ЛСД)	-.53**
Контроль	Самоконтроль (ССП)	.36*
	Радующая (СДН)	-.48**
	Приятная (СДН)	-.37*
	Активность (ЛСД)	-.55**
Риск	Радующая (СДН)	-.46**
	Приятная (СДН)	-.4*
	Активность (ЛСД)	-.56**

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Таблица 6. Значимые связи переменных в группе руководителей в сфере образования

Шкалы ТЖ	Шкалы других методик	r Пирсона
Общий показатель жизнестойкости	Планирование решения (ССП)	.56**
	Непротиворечивая — противоречивая (СДН)	.44*
	Оценка (ЛСД)	-.38*
	Активность (ЛСД)	.68***
Вовлечённость	Конфронтационный копинг (ССП)	.46**
	Поиск социальной поддержки (ССП)	.41*
	Планирование решения	.47**
	Непротиворечивая — противоречивая (СДН)	.39*
	Оценка (ЛСД)	-.37*
	Активность (ЛСД)	.65***
Контроль	Планирование решения (ССП)	.57***
	Оценка (ЛСД)	-.39*
	Активность (ЛСД)	.65***
	Индивидуальный балл (ТН)	.44*
Риск	Непротиворечивая — противоречивая (СДН)	.39*
	Сила (ЛСД)	.37*
	Активность (ЛСД)	.31*

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Ранее в публикациях по результатам исследований личностного потенциала руководителей в сфере образования мы уже отмечали, что позитивная обратная связь от коллег, комфортная психологическая атмосфера в коллективе значимы для руководителей образовательных учреждений (Абросимов, Бучек, Фризен, 2015; Фризен, Яницкий, Серый, 2017). Сделанные нами выводы подтверждаются результатами ассоциативного эксперимента (таблица 7). Применение отдельных процедур контент-анализа позволило нам разбить все ответы, полученные от респондентов, на смысловые группы (категории). Далее представлен-

ность каждой из категорий в общих массивах ответов основной группы и группы сравнения сравнивалась посредством углового преобразования Фишера.

Таблица 7. Частота встречаемости (%) различных категорий в результатах ассоциативного эксперимента (стимул — «Моя профессиональная деятельность»)

Категории	Руководители	Педагоги	$\phi$ Фишера
<i>Существительные</i>			
Повседневность, атрибуты работы	24.3	13.8	2.18*
Выгоды	7.5	15.0	2.10*
<i>Прилагательные</i>			
Когнитивно насыщенная	28.9	19.8	1.65*
Разнообразная	7.0	1.6	2.19*
Однообразная	3.5	8.7	1.73*
Стимулирующая развитие и активность	1.8	11.1	3.20**
Стрессогенная	7.9	22.2	3.19**
Ответственная	26.7	3.3	2.78**
<i>Глаголы</i>			
Требует, руководит	11.5	2.5	3.00**
Активизирует положительных эмоций	1.8	18.0	1.65*
Оказывает отрицательное воздействие	9.2	19.7	2.39**

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Руководители воспринимают свою профессиональную деятельность как достаточно нагруженную формальными компонентами, при этом как значимо более когнитивно насыщенную, разнообразную и ответственную. Педагоги значимо чаще связывали свою профессиональную деятельность с эмоциями, стрессом.

Таким образом, можно прийти к заключению о том, что *ресурс жизнестойкости по-разному задействуется педагогами, включёнными в управленческую деятельность, и не задействованными в ней*. На наш взгляд, лица, включённые в руководство, изначально имеют большие внутренние ресурсы, позволяющие им брать на себя ответственность за решение текущих профессиональных задач, выстраивание общей стратегии развития организации.

### Третье исследование

Третье исследование имело целью изучение специфики профессиональной деятельности и связанных с ней личностных характеристик учителей и врачей, проживающих в «закрытом» городе Вилючинске<sup>1</sup>. Выборка исследования: 25 педагогов МБУ СОШ № 2 г. Вилючинска и 25 медицинских работников Военно-медицинского госпиталя г. Вилючинска. Результаты данного исследования приводятся в данной статье для того, чтобы сравнить выраженность жизнестойкости у педагогов, работающих в разных местах проживания и на разных должностях, с одной стороны, и врачей как представителей другой профессии, с другой стороны. Сопоставление педагогов с врачами осуществлялось нами в связи с тем, что, во-первых, они так же, как учителя, являются представителями профессии типа «человек — человек», их профессиональная деятельность также в большей степени опирается на призвание, чем на материальную выгоду, и связана с существенным риском эмоционального выгорания. Во-вторых, между этими профессиями имеются и существенные различия. Например, разная степень ответственности за жизнь и здоровье «подопечных», разные сроки

<sup>1</sup> В г. Вилючинске действует строгий пропускной режим, так как здесь дислоцируются подводные лодки, выходящие на боевое дежурство.

проявления эффектов профессиональной деятельности и тому подобное. Сопоставление врачей и педагогов позволило нам описать специфику жизнестойкости последних. В таблице 4 уже было показано, что все параметры жизнестойкости значимо выше у руководителей в сфере образования, чем у учителей, не включённых в руководство. Обнаружено также, что средний показатель по шкале «Принятие риска» (ТЖ) выше у руководителей в сфере образования, чем у врачей ( $t = 3.75^{**}$  при среднем значении у руководителей 18.6, у врачей — 13.4). Следовательно, руководители образовательных учреждений более готовы действовать при отсутствии надёжных гарантий успеха, чем врачи. Впрочем, возможно, риск менее приемлем в профессиональной деятельности врача. Отметим, что показатели притяжения риска также выше у вилючинских педагогов, чем у вилючинских врачей ( $t = 2.24^*$  при среднем значении у учителей 16.7, у врачей — 13.4). Интересно также, что жизнестойкость учителей, работающих в Вилючинске, выше по двум шкалам ТЖ, чем у педагогов Петропавловска-Камчатского (таблица 8).

Таблица 8. Значимые различия показателей двух шкал ТЖ у учителей разных городов

Шкала ТЖ	Учителя Вилючинска, средние значения	Учителя Петропавловска-Камчатского, средн. знач.	t Стьюдента
Вовлечённость	35.3	31.2	2.06*
Принятие риска	16.7	14.1	2.16*

Примечание: \* —  $p \leq .05$ ; \*\* —  $p \leq .01$ ; \*\*\* —  $p \leq .001$ .

Можно сделать вывод о том, что *выраженность ряда параметров жизнестойкости школьных учителей связана с местом проживания*. Следует добавить, что в беседе учителя вилючинской школы отмечали следующее. Нередко они сталкиваются с невозможностью направить «трудных» обучающихся в специализированное учреждение (таких учреждений нет в Вилючинске), поэтому вынуждены активно работать с ними. Их профессиональная деятельность также осложняется и тем, что в городе проживает много семей военных, отцы могут подолгу отсутствовать дома, их служба связана с риском, что не может не отражаться на всей семье, на ходе образовательного процесса. Вероятно, работа в таких условиях требует от учителей, проживающих в Вилючинске, дополнительного ресурса жизнестойкости.

## Выводы

Обобщая результаты исследований, можно сформулировать ряд выводов.

1. Педагоги с разным уровнем выраженности жизнестойкости характеризуются специфичностью её задействования, а также особенностями её связи с другими личностными ресурсами. Так, педагогам с высоким уровнем жизнестойкости в большей степени свойственно целеполагание и планирование, нередко требующее совладания с внутренним напряжением. Они принимают свой жизненный опыт и опираются на него, видят жизнь как полную возможностей. Их жизнестойкость взаимосвязана с психологическим благополучием, включённостью в процесс жизни и автономией. Низкая жизнестойкость педагогов в совокупности со сниженной осмысленностью жизни сочетается с фаталистичностью представлений о жизни, может вести к трудностям планирования и построения жизни на фоне переживаемых трудностей и неудач.

Осмысленность профессиональных задач может обеспечить эмоциональную включённость педагога в деятельность, рост его личностной ответственности. Дефицитарная жизнестойкость у педагогов скорее связана с материальной, эмоциональной стороной жизни, точка опоры активности находится как бы вне личности.

2. Ресурс жизнестойкости по-разному выражен и специфично задействуется у педагогов, включённых и невключённых в управленческую деятельность. Мы полагаем, что жизнестойкость и толерантность к неопределённости задействуется у педагогов-руководителей в рациональном, когнитивном плане, а у педагогов, не включённых в управленческую деятельность, в большей степени — в аффективном плане.

3. Ряд параметров жизнестойкости педагогов характеризуется большей выраженностью в сравнении с врачами (принятие риска), а также специфичностью в соответствии с местом проживания (вовлечённость и принятие риска выше у педагогов Вилючинска в сравнении с педагогами Петропавловска-Камчатского).

Таким образом, полученные результаты позволяют рассматривать жизнестойкость как внутренний ресурс педагога, который при достаточном уровне выраженности в совокупности с осмысленностью жизни, включённостью в процесс деятельности, принятием жизненного опыта и иными описанными выше характеристиками личности позволяет активно совладать с разнообразными жизненными ситуациями. Личность выступает собственной точкой опоры при планировании и осуществлении деятельности, в том числе профессиональной.

Выводы могут быть дополнены и конкретизированы в рамках дальнейших исследований на более объёмных и разноплановых выборках представителей педагогической профессии. Перспективным направлением работы может стать изучение динамики жизнестойкости в ходе профессиогенеза, проходящего в разных условиях профессиональной деятельности.

## Литература

- Абросимов, А. Е., Бучек, А. А., Фризен, М. А. (2015). Личностный потенциал лиц, осуществляющих управление в образовательных учреждениях (на примере автономии и самоэффективности). *Вестник КРАУНЦ*, 2, 26–33.
- Вассерман, Л. И. (ред.) (2009). *Методика для психологической диагностики способа совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями*. СПб.: Психоневрологический ин-т им. В. М. Бехтерева.
- Жиганов, Б. А. (2007). *О роли социальной компетентности личности в повышении эффективности управленческих кадров в сфере образования*: дис. ... канд. психол. наук. М.
- Жукова, Е. В., Нестик, Т. А. (2013). Взаимовлияние управленческого видения и индивидуально-личностных особенностей руководителя. *Национальный психологический журнал*, 2(10), 52–60.
- Зинченко, В. П. (2007). Толерантность к неопределённости: новшество или психологическая традиция? В сб.: А. К. Болотова (ред.) *Человек в ситуации неопределённости* (9–33). М.: ТЕИС.
- Климов, А. А. (2012). Поток и жизнестойкость в организации. *Организационная психология*, 2(2), 71–78.
- Корнилова, Т. В. (2009). Неопределённость, выбор и интеллектуально-личностный потенциал человека. *Методология и история психологии*, 4, 47–59.
- Леонтьев, Д. А. (2000). *Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО)*. М.: Смысл.
- Леонтьев, Д. А. (ред.) (2011). *Личностный потенциал. Структура и диагностика*. М.: Смысл.
- Леонтьев, Д. А., Рассказова, Е. И. (2006). *Тест жизнестойкости*. М.: Смысл.
- Логинова, М. В. (2009). Жизнестойкость как внутренний ключевой ресурс личности. *Вестник Московского университета МВД России*, 6, 19–22.

- Луковицкая, Е. Г. (1998). *Социально-психологическое значение толерантности к неопределенности*: диссертация ... кандидата психологических наук. СПб.
- Осин, Е. Н. (2010). Факторная структура русскоязычной версии шкалы общей толерантности к неопределенности Д. Маклейна. *Психологическая диагностика*, 2, 65–86.
- Пергаменщик, Л. А., Лепешинский, Н. Н. (2007). Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф: процесс и результаты адаптации. *Психологическая диагностика*, 3, 73–97.
- Рассказова, Е. И. (2012). Методика оценки качества жизни и удовлетворенности: психометрические характеристики русскоязычной версии. *Психология. Журнал высшей школы экономики*, 9, 81–90.
- Сырцова, А. А., Соколова, Е. Т., Митина, О. В. (2008). Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо. *Психологический журнал*, 29(3), 101–109.
- Фетискин, Н. П., Козлов, В. В., Мануйлов, Г. М. (Ред.). (2002). *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. М.: Издательство института психотерапии.
- Фоминова, А. Н. (2012). *Жизнестойкость личности*. М.: МПГУ, Прометей.
- Фризен, М. А., Яницкий, М. С., Серый, А. В. (2017). Личностная автономия руководителей, осуществляющих профессиональную деятельность в сфере образования. *Сибирский педагогический журнал*, 6, 132–139.



## Resilience as internal resource in the teaching profession

**Marina FRIZEN**

*Vitus Bering Kamchatka State University, Petropavlovsk-Kamchatsky, Russia*

**Abstract.** *Purpose.* The resilience acts as a significant resource in the teaching profession under the conditions of a modern situation of uncertainty. In the article there reflected the results of the generalizing research which purpose is studying and the description of resilience as internal resource of the teachers working used conditions. When planning our work we made an assumption that the resilience used by teachers at different levels of its expressiveness, has specifics in comparison with other professional groups and also has differences with the place of residence, in connection with involvement in management work. *Method.* The data collected on groups of teachers, heads of the educational institutions and doctors living in Petropavlovsk-Kamchatsky and/or Vilyuchinsk (Kamchatka Krai). Data have been subjected to the statistical analysis (cluster, correlation and criteria). *Findings.* We have drawn conclusions that teachers with the high level of resilience rely on intelligence, planning, the life experience, autonomy more, when teachers with low level of resilience are more concentrated on emotional and financial aspect of teaching profession. The conclusion is drawn that at teacher-heads the resilience and tolerance to uncertainty is involved basically in a rational, cognitive key, and at the teachers who aren't included in the management in an affective key. Doctors have greater risk taking in comparison to teachers; distinctions of parameters of resilience depends on the place of residence. The conclusions drawn by us demand further check on more sizable and versatile sampling. *Value of the results.* Results can be applied to optimization of the professional environment of the teacher.

**Keywords:** resilience, personal resources, teaching profession.

### References

- Abrosimov, A. E., Buchek, A. A., Frizen, M. A. (2015). Lichnostnyy potentsial lits, osushchestvlyayushchikh upravlenie v obrazovatel'nykh uchrezhdeniyakh (na primere avtonomii i samoeffektivnosti) [Personality potential of persons exercising management in educational institutions (on the example of autonomy and self-efficacy)]. *Vestnik KRAUNTS*, 2, 26–33.
- Fetiskin, N. P., Kozlov, V. V., Manuylov, G. M. (Eds.). (2002). *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Socio-psychological diagnosis of development of the individual and small groups]. M.: Izdatel'stvo instituta psikhoterapii.
- Fominova, A. N. (2012). *Zhiznestoykost' lichnosti* [Individual resilience]. M.: MPGU, Prometey.
- Frizen, M. A., Yanitskiy, M. S., Seryy, A. V. (2017). Lichnostnaya avtonomiya rukovoditeley, osushchestvlyayushchikh professional'nyuyu deyatelnost' v sfere obrazovaniya [Personal autonomy of

- managers who carry out professional activities in the field of education]. *Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal*, 6, 132–139.
- Klimov, A. A. (2012). Potok i zhiznestoykost' v organizatsii [Flow and resilience in the organization]. *Organizational psychology*, 2(2), 71–78.
- Kornilova, T. V. (2009). Neopredelennost', vybor i intellektual'no-lichnostnyy potentsial cheloveka [Uncertainty, choice and intellectual-personal potential of a person]. *Metodologiya i istoriya psikhologii*, 4, 47–59.
- Leontiev, D. A. (2000). Test smyslozhiznennykh orientatsiy (SZHO) [Test of meaningful orientations (SZHO)]. M.: Smysl.
- Leontiev, D. A. (red.) (2011). *Lichnostnyy potentsial. Struktura i diagnostika* [Personal potential. Structure and diagnostics]. M.: Smysl.
- Leontiev, D. A., Rasskazova, E. I. (2006). *Test zhiznestoykosti* [Test of resilience]. M.: Smysl.
- Loginova, M. V. (2009). Zhiznestoykost' kak vnutrenniy klyuchevoy resurs lichnosti [Viability as an internal key resource of the individual]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii*, 6, 19–22.
- Lukovitskaya, E. G. (1998). *Sotsial'no-psikhologicheskoe znachenie tolerantnosti k neopredelennosti: dissertatsiya ... kand. psikhologicheskoy nauk* [Socio-psychological significance of tolerance to indeterminacy: the dissertation ... The candidate of psychological sciences]. SPb.
- Osin, E. N. (2010). Faktornaya struktura russkoyazychnoy versii shkaly obshchey tolerantnosti k neopredelennosti D. Makleya [Factor structure of the Russian-language version of the scale of general tolerance to the uncertainty of D. McLain.]. *Psikhologicheskaya diagnostika*, 2, 65–86.
- Pergamenshchik, L. A., Lepeshinskiy, N. N. (2007). Oprosnik «Shkaly psikhologicheskogo blagopoluchiya» K. Riff: protsess i rezul'taty adaptatsii [Questionnaire “Scale of psychological well-being” K. Riff: process and results of adaptation]. *Psikhologicheskaya diagnostika*, 3, 73–97.
- Rasskazova, E. I. (2012). Metodika otsenki kachestva zhizni i udovletvorennosti: psichometricheskie kharakteristiki russkoyazychnoy versii [Methodology for assessing the quality of life and satisfaction: the psychometric characteristics of the Russian version]. *Psikhologiya. Zhurnal vysshey shkoly ekonomiki*, 9, 81–90.
- Syrtsova, A. A., Sokolova, E. T., Mitina, O. V. (2008). Adaptatsiya oprosnika vremennoy perspektivy lichnosti F. Zimbardo [Adaptation of the questionnaire of the temporary perspective of the person Ph. Zimbardo]. *Psikhologicheskiy zhurnal*, 29(3), 101–109.
- Vasserman, L. I. (Ed.) (2009). *Metodika dlya psikhologicheskoy diagnostiki sposoba sovladaniya so stressovymi i problemnymi dlya lichnosti situatsiyami* [A technique for psychological diagnosis of the method of coping with stressful and problematic situations for a person]. SPb.: Psikhonevrologicheskiy in-t im. V. M. Bekhtereva.
- Zhiganov, B. A. (2007). *O roli sotsial'noy kompetentnosti lichnosti v povyshenii effektivno-sti upravlencheskikh kadrov v sfere obrazovaniya: dis. ... kand. psikhologicheskoy nauk* [On the role of social competence of the individual in enhancing the effectiveness of managerial personnel in the field of education: dis. ... cand. psychol. sciences]. M.
- Zhukova, E. V., Nestik, T. A. (2013). Vzaimovliyaniye upravlencheskogo videniya i individual'no-lichnostnykh osobennostey rukovoditelya [Interaction of managerial vision and personal characteristics of the leader]. *Natsional'nyy psikhologicheskiy zhurnal*, 2(10), 52–60.
- Zinchenko, V. P. (2007). Tolerantnost' k neopredelennosti: novost' ili psikhologicheskaya traditsiya? [Tolerance to uncertainty: news or psychological tradition?] In A. K. Bolotova (Ed.). *Chelovek v situatsii neopredelennosti* (9-33). M.: TEIS.