

## ДУХОВНЫЙ ФАКТОР ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА: ПРОБЛЕМА ИЛИ РЕСУРС?

**Аннотация.** В статье рассмотрена проблема духовного фактора психологического здоровья специалиста помогающих профессий на примере профессии «педагог». Представлено авторское видение феномена психологического здоровья, его факторов. Раскрываются взгляды российских, зарубежных исследователей на проблему духовности, духовной составляющей в профессиональной деятельности педагога как личностного ресурса преодоления синдрома профессионального выгорания. Представлены некоторые результаты собственных исследований, в которых подтверждается, что у педагогов с выраженной духовной стратегией маркеры рассогласования динамического равновесия психологического здоровья выражены значительно меньше.

**Summary.** The article deals with the problem of the spiritual factor of the psychological health of a specialist helping professions on the example of the profession “teacher”. The author’s vision of the psychological health phenomenon and its factors is presented. The views of Russian and foreign researchers on the problem of spirituality, the spiritual component in the professional activity of a teacher as a personal resource for overcoming the professional burn-out syndrome, are revealed. Some results of our own research are presented, which confirm the point of view of many scientists that teachers with a pronounced spiritual strategy have significantly less pronounced mismatch markers in the dynamic balance of psychological health.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, духовный фактор психологического здоровья, духовность, педагог, специалисты помогающих профессий.

**Keywords:** psychological health, spiritual factor of psychological health, spirituality, teacher, specialists of helping professions.

Проблема психологического здоровья специалистов помогающих профессий и педагога, в частности, – это одна из важнейших проблем. По степени значимости эту проблему следует рассматривать в контексте общей концепции охраны здоровья нации, так как именно от педагога, социальных работников в большей степени зависит здоровье подрастающего поколения. Профессия педагога относится к группе профессий повышенного риска по частоте нарушений состояния здоровья. Проблемы соматических нарушений и психического здоровья в большинстве случаев имеют психологическую природу. Однако психологическому здоровью педагога уделяется недостаточное внимание, прослеживается некоторое недопонимание, что психологическое здоровье специалистов помогающих профессий – это не только их субъективная проблема (в отличие от психического здоровья), но и профессионально важное качество специалиста помогающих профессий и педагога, в частности.

Феномен психологического здоровья является сложной категорией, которая на сегодняшний момент не имеет единой трактовки в психологи-

ческих и междисциплинарных исследованиях. Существует значительное количество различных подходов к изучению психологического здоровья, мы же в большей степени опираемся на интегративный подход, синтезируя феноменологический, аксиологический на основе холистического подхода, то есть рассматриваем феномен психологического здоровья как интегральную целостность, обладающую универсальной человеческой ценностью и как вариации «способа бытия в мире» (по К. Ясперсу). Опираясь на теоретические и методологические исследования, вслед за И.В. Дубровиной, М.И. Воловиковой, А.Л. Журавлевым и др. мы рассматриваем феномен психологического здоровья относительно личности, как продукта общественных отношений и общественного развития [1; 2]. В метасистеме личности мы представляем психологическое здоровье как динамическое равновесие этой метасистемы, расценивая ее с трех диспозиций: «Я для себя», то есть индивидуальный фактор личностного здоровья; «Мир для меня», то есть социальный фактор и «Я для мира», то есть духовный фактор. Для помогающих профессий особую значимость имеет выраженность и структура духовного фактора [3]. Динамическое равновесие всех трех факторов психологического здоровья обеспечивает согласованность внутренних ценностных и мотивационно-потребностных диспозиций личности, то есть психологическое здоровье [5].

Дефиниции «духовное здоровье», «душевное здоровье», «духовно-нравственное здоровье» часто являются смысловым аналогом психологического здоровья, опираясь на понимание и трактовку предмета «психологии как науке о душе, которую мы потеряли» (А. Грот). В современных отечественных исследованиях духовность рассматривается и в отношении к нравственности: «духовность как нравственность личности» (Б.Б. Нусхаева, С.Л. Шалаева), в которую религиозный компонент может быть включен, а может и отсутствовать, однако, духовно-нравственная сфера личности, в нашем понимании, основана на ключевых христианских заповедях, своеобразного «кодекса нравственности» цивилизованного общества и личности. Согласно В.П. Зинченко, нравственность, в контексте духовно-нравственных качеств человека, есть внешняя (экспрессивная) форма проявления высших духовных (внутренних форм) качеств человека и, прорываясь во вне, может быть предъявлена, дарована другому человеку (В.П. Зинченко, Л.Г. Дикая). Это очень важный аспект для педагогической профессии [4].

В зарубежных исследованиях проблема духовного компонента в психологии наиболее активно разрабатывается в конце 20 и начала 21 века, через выявление связей позитивной психологии и теологии в рамках христианской и позитивной психологии. Предпосылками послужили работы Франклина (1963), Эллисона (1983), Рида (1986, 1987), концептуализация духов-

ности (Coleman & Holzemer, 1999, Pase & Stables, 1997) [7]. Исследования направлены на поиск нового мировоззренческого плюрализма. Категория духовность в зарубежных исследованиях понимается как внешняя составляющая в психическом здоровье личности и более узко, чем в отечественных исследованиях: духовность в прямой взаимосвязи с религиозностью, религиозным статусом личности, хотя единых трактовок этой категории нет, учитывая различные концептуальные ориентации исследователей. Во многих исследованиях существуют методологические опасения мировоззренческого плюрализма в психологии, интеграции теологии в психологию (Coleman & Holzemer, Mickley, Soeken, Riley и др.). Мы же придерживаемся более широкой трактовки духовности: «духовность как субъективная реальность, которая проявляется в нравственности через отношение специалиста к самому себе, к другим людям и миру в целом» (И.М. Ильичева). Духовность и нравственность составляют неотъемлемую часть педагогической профессии (В.И. Андреев, Б.З. Вульф, Л.М. Митина, М.Н. Миронина и др.) [4]. По отношению к педагогической деятельности духовный компонент, духовно-нравственный потенциал личности имеет особое и, на наш взгляд, первостепенное значение, которое, по результатам многих исследований, «перекрывает» недостаток внешних ресурсов и потребностей, отмечается, что для учителей, которые мотивированы внутренними стимулами, положительный вклад внешних мотивов ограничен (R. Levacic, 2009) [6], учителя руководствуются альтруистическими ценностями, направленными на поощрение образования, морального духа и благосостояния учащихся, следуя своей миссии, не заботясь о профессиональных условиях (R. Arviv-Elyashiy, A. Gal, 2017) [7]. Однако, это не означает, что для педагога не важны профессиональные условия, внешние ресурсы, речь идет об иерархии личностно-профессиональных потребностей педагога, основой которых является внутренняя мотивация (внутренние потребности) у преданных своему делу учителей. Доказано, что преобладание внешней мотивации приводит к смене профессиональной деятельности или к профессиональному маргинализму, оставаясь в профессии (Е.П. Ермолаева, Т.Е. Гура, Е.В. Федосенко) [5].

Эмоциональное выгорание педагога во многих отечественных исследованиях связано с духовно-нравственной сферой личности: выгорание как выгорание души (А.А. Китаев-Смык), потеря смысла жизни, возникновение экзистенциальной пустоты как характеристики последней стадии выгорания (Т.И. Рогинская). Духовная деятельность в зарубежных исследованиях рассматривается как важный психологический ресурс (Sowell, Mullen), который оказывает положительный эффект на психическое здоровье (Meisenheider & Chandier) человека через когнитивное посредничество,

эмоциональную / социальную поддержку и смысл (Sullivan, Maton, L. Chiu, J. Emblen, L. Hofwegen, R. Sawatzky, H. Meyerhoff); так, выявлена прямая взаимосвязь веры и духовной практики с субъективным статусом здоровья (Meisenheider & Chandier) [6]. Исследования прямого и опосредованного влияния духовности на снижение стресса (Fehring, Marsh, Mickley, Mullen, Sovell и др.). Утверждение позитивной экзистенциальной позиции, приоритет бытийных ценностей, актуализация осмысленности жизни, само-трансцендентность, индивидуализация и социальная интеграция личности в профессиональной деятельности способствует совладанию с выгоранием (Ю. Василенко); влияние духовно-нравственного потенциала на выгорание педагога (И.А. Курапова) [4].

Так, по результатам наших исследований (в исследовании приняли участие педагоги образовательных учреждений Санкт-Петербурга, Ленинградской области и Чукотского автономного округа от 20 лет до 65 лет с разным стажем педагогической деятельности, ) было установлено, что такие маркеры нарушения динамического равновесия психологического здоровья педагога как личностная тревожность, выраженность протективных психологических защит и их напряженность, неудовлетворенность жизнью, низкий уровень психологического благополучия, неудовлетворенность реализацией профессионального потенциала могут быть разными по интенсивности в группах испытуемых в зависимости от их жизненных стратегий личности. У педагогов с выраженной духовной стратегией маркеры рассогласования динамического равновесия психологического здоровья выражены меньше, чем в двух других группах [4].

Необходимо обратить внимание и на значимые корреляционные связи, которые были выявлены между духовным фактором психологического здоровья и остальными переменными в наших исследованиях. Установлено, что чем более выражен духовный фактор психологического здоровья у педагога на *личностном уровне*, тем выше уровень психологического благополучия ( $0,11; p < 0,01$ ), креативности ( $0,08; p < 0,05$ ) и менее выражен такой незрелый механизм психологической защиты как отрицание ( $-0,12; p < 0,01$ ), что может говорить о лучшей адаптации. На *социальном уровне* - выше значимость социально-политических факторов для творческой самореализации, равнодушия к жизни страны, гражданская позиция ( $0,10; p < 0,01$ ) и значимость референтной группы ( $0,08; p < 0,05$ ) и менее выражена такая характеристика социального интеллекта как способность распознавать общие свойства в потоке экспрессивной или ситуативной информации о поведении ( $-0,11; p < 0,01$ ), что может быть вызвано некоторой идеализацией человеческой природы. На *профессиональном уровне*, чем ярче выражен духовный фактор здоровья, тем более интеллигентен ( $0,33;$

$p < 0,01$ ), организован ( $0,08; p < 0,05$ ) и общителен педагог ( $0,09; p < 0,05$ ), тем лучше относится к детям, направлен на предмет ( $0,11; p < 0,01$ ), выше оценивает значимость таких стимулов творческой деятельности педагога как поиск более эффективных технологий преподавания предмета в целом ( $0,08; p < 0,05$ ). Большее значение педагог придает таким внутренним факторам творческой самореализации как интернальный локус контроля (принятие ответственности на себя) ( $0,08; p < 0,05$ ) и меньшее значение - ценности творческой самореализации, учитывая направленность на служение другому ( $-0,09; p < 0,05$ ), волевым качествам ( $-0,09; p < 0,05$ ), ниже оценивает результаты своей профессиональной деятельности ( $-0,12; p < 0,01$ ).

Таким образом, мы предприняли попытку осветить некоторые стороны влияния духовного психологического здоровья педагога, обеспечивающего его динамического равновесия в метасистеме личности и выступающего своего рода ресурсом предупреждения синдрома профессионального выгорания, субъект-субъектной позиции профессионального взаимодействия, что имеет важнейшее значение в сфере помогающих профессий.

### Литература

1. Абульханова-Славская, К. А. Жизненная стратегия: как ее строить? / К. А. Абульханова-Славская // Психология зрелости; ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара, 2003.
2. Воловикова, М.И. Итоги исследований психологического здоровья в лаборатории психологии личности / М. И. Воловикова, И. А. Джидарьян // Психологический журнал. – 2017. – Т. 38. – № 2. – С. 19–31.
3. Карпов, А. В. Предпосылки и перспективы метасистемного подхода в психологических исследованиях / А. В. Карпов // Теория и методология психологии: Постнеклассическая перспектива / отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич. – М., 2007.
4. Федосенко, Е. В. Ценностные диспозиции и стратегии жизни в картине психологического здоровья педагога / Е. В. Федосенко // Психологические проблемы смысла жизни и акме; электронный сборник материалов XXIII Международного симпозиума. – 2018. – С. 122–136.
5. Федосенко, Е. В. Профессиональный маргинализм в педагогической профессии: проблемы и пути решения / Е. В. Федосенко, Т. Е. Гура // Педагогическое образование в государствах – участниках СНГ: современные проблемы, концепции, теории и практика: сборник научных статей; под общей редакцией И.И. Соколовой. – 2011. – С. 143–153.
6. Levačić, R. Teacher incentives and performance: An application of principal-agent theory, Oxford Development Studies, 37(1), 2009.
7. Rinat Arviv-Elyashiv, Adiv Gal. Hierarchy of Needs of Persistent Mathematics and Science Teachers. American Journal of Educational Research. 2017; 5(7).