

## Психологическое благополучие педагогов с разным стажем педагогической деятельности (поколенческий аспект)

Е. А. Воюшина<sup>1</sup>, М. И. Постникова<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова,  
163002, Россия, Архангельск, наб. Северной Двины, 17

### Сведения об авторах:

**Воюшина Екатерина Александровна**

e-mail: e.voyushina@mail.ru  
SPIN-код РИНЦ: 8915-7134

**Постникова Маргарита Игоревна**

e-mail: post-margarita@yandex.ru  
SPIN-код РИНЦ: 5944-0316

### Финансирование:

Исследование проведено при поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект № 18-013-00910 А.

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** В статье представлены результаты пилотажного исследования, направленного на изучение психологического благополучия преподавателя в условиях модернизации высшего образования. В исследовании приняли участие 54 преподавателя (14 мужчин, 40 женщин), представителей разных поколений, проживающих в Архангельске, их стаж работы в университете от 1 года до 42 лет. Теоретико-методологическую базу исследования составил гуманистический подход к пониманию феномена «психологическое благополучие», а также его психологическая трактовка как позитивного эмоционального состояния, достигнутого посредством личностного саморазвития. Результаты структурированы в соответствии с двумя исследовательскими вопросами: 1) какова взаимосвязь между психологическим благополучием и опытом работы преподавателя университета? 2) как опыт преподавателя в университете опосредует содержание психологического благополучия? Для оценки психологического благополучия педагогов мы использовали опросник «The scales of psychological well-being» Carol Ruff (в адаптации и модификации Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко) (Шевеленкова, Фесенко 2005). Статистическая обработка результатов исследования проводилась с помощью пакета статистических программ IBM SPSS Statistics 23. Анализ полученных результатов показал: 1) все средние значения по отдельным шкалам психологического благополучия соответствуют нормативным показателям, что свидетельствует о психологическом благополучии педагогов в целом; 2) выявлено три уровня психологического благополучия – высокий, средний и низкий. Подавляющее большинство респондентов относится к высокому и среднему уровню психологического благополучия (96 %); 3) самые высокие значения по показателю «Психологическое благополучие» у преподавателей с наибольшим стажем работы (от 31 года). Для преподавателей со стажем работы более 31 года характерно позитивное отношение к окружающим, четко выработанные стратегии взаимодействия с субъектами образовательных отношений. Высокие значения по шкале «Цель в жизни» демонстрируют педагоги со стажем работы 5 и менее лет. В данной выборке самый низкий показатель по шкале «Самопринятие» у педагогов со стажем работы 6–10 лет. Возможно, это результат вхождения в профессиональный кризис, когда возникает ощущение, что развитие прекратилось и появляется неудовлетворенность карьерой, результатами работы.

being» Carol Ruff (в адаптации и модификации Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко) (Шевеленкова, Фесенко 2005). Статистическая обработка результатов исследования проводилась с помощью пакета статистических программ IBM SPSS Statistics 23. Анализ полученных результатов показал: 1) все средние значения по отдельным шкалам психологического благополучия соответствуют нормативным показателям, что свидетельствует о психологическом благополучии педагогов в целом; 2) выявлено три уровня психологического благополучия – высокий, средний и низкий. Подавляющее большинство респондентов относится к высокому и среднему уровню психологического благополучия (96 %); 3) самые высокие значения по показателю «Психологическое благополучие» у преподавателей с наибольшим стажем работы (от 31 года). Для преподавателей со стажем работы более 31 года характерно позитивное отношение к окружающим, четко выработанные стратегии взаимодействия с субъектами образовательных отношений. Высокие значения по шкале «Цель в жизни» демонстрируют педагоги со стажем работы 5 и менее лет. В данной выборке самый низкий показатель по шкале «Самопринятие» у педагогов со стажем работы 6–10 лет. Возможно, это результат вхождения в профессиональный кризис, когда возникает ощущение, что развитие прекратилось и появляется неудовлетворенность карьерой, результатами работы.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, личность педагога, ценностные ориентиры, педагогическая карьера, субъективное благополучие.

# Psychological well-being of teachers with different experience of pedagogical activity: A generational approach

E. A. Voyushina<sup>1</sup>, M. I. Postnikova<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Northern (Arctic) Federal University named after M. V. Lomonosov,  
17 Severnaya Dvina Emb., Arkhangelsk 163002, Russia

## Authors:

**Voyushina Ekaterina A.**

e-mail: e.voyushina@mail.ru  
SPIN: 8915-7134

**Postnikova Margarita I.**

e-mail: post-margarita@yandex.ru  
SPIN: 5944-0316

## Funding:

This research was funded by Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project no. 18-013-00910 A.

## Copyright:

© The Authors (2019).  
Published by Herzen State Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** The article presents results of researching psychological well-being of teachers in the context of modernization of higher education. The study involved 54 university teachers (14 men and 40 women), of different generations from Arkhangelsk, with a work experience at university from ranging 1 to 42 years. The theoretical and methodological basis of the study was a humanistic approach to well-being and its psychological interpretation as a positive emotional state achieved through personal self-development. We analyzed the correlation between psychological well-being and the work experience of a university teacher. The aim was to understand how a teacher's experience at university influences his or her psychological well-being. We studied the psychological well-being using the Russian version of Carol Ryff's Scales of Psychological Well-Being adapted by T. Shevelenkova and P. Fesenko (Shevelenkova, Fesenko 2005). Statistical processing of the research results was carried out with the help of IBM SPSS Statistics 23 software package. The results showed that: 1) all the average values of individual scales of psychological well-being correspond to standard indicators, which implies that the teachers do experience psychological well-being; 2) three levels of psychological well-being

were identified – high, medium and low. The vast majority of respondents demonstrate a high or medium level of psychological well-being (96 %); 3) the highest values of the “Psychological well-being” indicator are noted among the teachers with the extensive work experience (more than 31 years). Teachers with a work experience of more than 31 years have positive attitude towards people around them, they have clear strategies for collaboration with other people within education sphere. Teachers with a work experience of 5 years or less have high indicators on the “Goal in life”. In this sample, the lowest indicator on the scale of “Self-acceptance” is noted among teachers with a work experience of 6–10 years. Perhaps this is the result of a professional crisis, when a teacher has a feeling that development has stopped and experiences dissatisfaction with the career and work results.

**Keywords:** psychological well-being, personality of a teacher, value orientations, teaching career, subjective well-being.

## Введение

Современная образовательная реформа повышает требования не только к выпускникам образовательных учреждений, но и к педагогам. При этом речь идет не только о профессиональной компетентности педагога, но и о его психологическом благополучии, самооценке, стремлении к саморазвитию, знании своих сильных и слабых сторон, эмоциональных и поведенческих проявлениях. Педагог создает комфортную и безопасную образовательную среду, оказывает значительное влияние на личность обучающегося, побуждает к саморазвитию. Во многом это зависит от того, насколько сам педагог способен к позитивному преобразованию себя и своей жизни, т. е. к благополучию.

В различных областях научного знания встречается многообразие подходов к изучению оптимального функционирования личности, что, в свою очередь, приводит к неоднозначности в трактовке термина.

Согласно теории аффективного баланса, разработанной N. Bradburn, показателем психологического благополучия становится соотношение позитивных и негативных эмоций, переживаемых людьми в их повседневной жизни (Bradburn 1969).

В дальнейшем выделились две основные парадигмы изучения благополучия: гедонистическая и эвдемонистическая. Базовым понятием для представителей гедонистического направления стал термин «субъективное благополучие» (Subjective Well Being (SWB)). Субъективное благополучие включает в себя эмоциональный и когнитивно-оценочный компоненты. Эмоциональный компонент отвечает за баланс между отрицательными и положительными эмоциями, а когнитивный предполагает соотношение качества жизни с личностными стандартами (иначе, удовлетворенность жизнью). Наиболее известным примером гедонистического подхода является модель субъективного благополучия E. Diener, в состав которой входят: удовлетворенность жиз-

нью, отсутствие негативного аффекта, наличие положительных эмоций.

Термин эвдемония, лежащий в основе второго подхода, был использован С. Ryff для исследования удовлетворенности жизнью и хорошего самочувствия. Истоки данного подхода можно найти уже в трудах Аристотеля. В Никомаховой этике (Nicomachean Ethics) философ формулирует идею о счастье как высшем благе, а человеческая жизнь направлена на достижение этого блага через цепочку заданных целей. Конечной целью будет полноценная реализация человеческого потенциала. Представители гуманистической психологии (A. Maslow, C. Rogers) нередко рассматривают термин «счастье» как эквивалент самоактуализации. По их мнению, человек обладает свободной волей, стремлением к самосовершенствованию и может достичь психологического благополучия. Т. е. психологическое благополучие здесь трактуется как результат саморазвития личности. Среди наиболее известных эвдемонистических моделей можно выделить:

- модель психологического благополучия С. Ryff, состоящую из 6 элементов: самопринятие; позитивные взаимоотношения с окружающими, личностный рост, целеустремленность, умение преуспевать в среде функционирования, автономия (Ryff, Keyes 1995);

- модель психологического благополучия М. Ryan, E. L. Deci включающую 3 компонента: автономия; компетентность; взаимосвязь с другими людьми (Ryan, Deci 2000).

Представитель гуманистической психологии М. Csikszentmihalyi отмечает, что люди находятся в гармонии с собой и удовлетворены своей жизнью, если у них есть возможность заниматься любимым делом. Это состояние он назвал «чувством потока», когда человек полностью погружен в то, что он делает. Для достижения потокового состояния необходимо найти равновесие между трудностью задачи и навыками человека. Если задача слишком легка или

слишком тяжела, состояние потока не может быть достигнуто. Личность, которая испытывает чувство потока, часто идентифицирует себя как счастливого человека. В самом общем виде, можно говорить о достижении человеком счастья через выполнение профессиональной деятельности, в том числе и педагогической. Сама специфика профессии педагога предполагает не только созидание, но и постоянное самосовершенствование.

Психологическое благополучие личности – это переживание чувства удовлетворённости собственной жизнью как результата позитивного функционирования, достигнутого посредством личностного саморазвития. Направление саморазвития педагога связано с внутренним стремлением личности к позитивному или негативному способу функционирования в жизни и профессиональной деятельности. Позитивное функционирование педагога предполагает установление взаимоотношений со всеми участниками образовательного процесса, умение понимать свои цели и задачи, потребности учащихся, адекватно оценивать свои личностные качества, своевременно заботиться о восстановлении эмоционального баланса (Заусенко, Минюрова 2012). Негативное функционирование педагога характеризуется наличием большого количества психологических защит, препятствующих установлению контакта с учащимися или другими участниками педагогического процесса, склонность к шаблонному, стереотипному поведению, неумение реально оценивать свои возможности и умения, склонность к самоуничтожению.

Позитивное функционирование педагога включает в себя направленность личности – систему устойчиво доминирующих мотивов или мотивационных образований, которая определяет вектор её активности, поступки и предпочтения. Мотивация – это психологическая движущая сила, побуждающая человека достигать желаемых целей.

Она позволяет действовать максимально эффективно и целенаправленно. Мотивация педагога позволяет ему не только качественно передавать знания, но и побуждать обучающихся к раскрытию своих способностей, достижению более высоких результатов, развитию доверия. Таким образом, мотивация лежит в основе успешной профессиональной деятельности педагога. В свою очередь мотивация опирается на психологическое благополучие человека. Согласно исследованиям М. Ryan и Е. L. Deci, люди с высоким уровнем психологического благополучия действуют более просоциально и способствуют укреплению общества. Так, педагоги, обладающие данным уровнем психологического благополучия, поддерживают нравственные устои общества, воспитывают ответственных граждан, создают интеллектуальный капитал страны (Ryan, Deci 2000).

Среди исследований, связанных с психологическим благополучием учителей, можно выделить: изучение особенностей мотивации педагогов (Око, 2014); взаимосвязь между самоэффективностью учителей и их профессиональным выгоранием (Brouwers, Tomic 2000; Evers, Tomic, Brouwers 2004; Skaalvik, Skaalvik 2014; Schwarzer, Hallum 2008); влияние уровня стресса на психологическое благополучие педагога (Boz 2008; Caires, Almeida, Vieira 2012); внутренние и внешние факторы, влияющие на психологическое благополучие педагогов (Damasio, Pimenteira de Melo, Lustosa 2013; Refahi et al. 2015; Jantarapat, Suttharangsee, Petpichechian 2014; McInerney et al. 2014) и др.

### Материалы и методы

Целью нашего пилотажного исследования стало описание психологического благополучия педагогов с разным стажем педагогической деятельности. Мы предположили, что соотнесение структурных элементов психологического благополучия у педаго-

гов будут отличаться в зависимости от стажа работы.

В исследовании принимали участие 54 преподавателя высших и средних учебных заведений. Из них 14 мужчин, 40 женщин. Стаж работы от 1 года до 42 лет. Согласно стажу работы респонденты были распределены на 7 групп: 5 и менее лет, 6–10 лет, 11–15 лет, 16–20 лет, 21–30 лет, 31–40 лет, более 41 года.

Для оценки психологического благополучия педагогов мы использовали опросник The scales of psychological well-being Carol Ryff (в адаптации и модификации Т. Д. Шевеленковой, П. П. Фесенко) (Шевеленкова, Фесенко 2005). Опросник содержит 84 вопроса, 10 шкал (позитивное отношение к окружающим, автономия, управление средой, личностный рост, цели в жизни, самопринятие, баланс аффекта, осмысленность жизни, человек как открытая система, автономия, психологическое

благополучие). Участники указали степень их согласия с различными утверждениями по 6-балльной шкале Лайкерта в диапазоне от 1 (абсолютно не согласен) до 6 (абсолютно согласен).

### Результаты и их обсуждение

В результате статистической обработки полученных данных с помощью пакета статистических программ «IBM SPSS Statistics 23» мы определили среднее арифметическое значение каждого показателя психологического благополучия и его стандартное отклонение, демонстрирующее диапазон средних значений в данной выборке (Таблица 1). Значение критерия  $\lambda$ -Колмогорова-Смирнова и уровень его статистической значимости, представленные в таблице 1, свидетельствуют о том, что распределение значений в выборке соответствует нормальному распределению.

Таблица 1. Статистические характеристики показателей психологического благополучия личности педагогов

Шкала	Среднее	Ст.отклонение	$\lambda$	Уровень значимости
Позитивное отношение к окружающим	58,25	10,30	0,07	$p>0,05$
Автономия	54,925	8,86	0,05	$p>0,05$
Управление средой	56,325	9,40	0,07	$p>0,05$
Личностный рост	60,4	9,07	0,06	$p>0,05$
Цели в жизни	59,825	9,29	0,04	$p>0,05$
Самопринятие	57,325	10,11	0,06	$p>0,05$
Баланс аффекта	95,45	18,74	0,04	$p>0,05$
Осмысленность жизни	94,275	14,23	0,07	$p>0,05$
Человек, как открытая система	62,525	8,69	0,06	$p>0,05$
Автономия	40,025	7,15	0,05	$p>0,05$
Психологическое благополучие	347,05	48,93	0,04	$p>0,05$

На основании анализа данных Таблицы 1, опираясь на критерии, выделенные Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко для каждого показателя психологического благополучия, мы можем сделать вывод, что все средние значения по отдельным шкалам психологического благополучия соответствуют нормативным показателям методики, что свидетельствует о психологическом благополучии педагогов в целом.

Условно преподавателей можно разделить по уровням психологического благополучия (высокий, средний и низкий). Для данной выборки распределение по баллам будет следующим: 1 уровень (низкий) 297 и менее баллов; 2 уровень (средний) от 298 до 396 баллов; 3 уровень (высокий) 397 и более баллов. В нашем исследовании подавляющая часть респондентов продемонстрировала высокий и средний уровень

психологического благополучия. Низкий уровень психологического благополучия продемонстрировали только два респондента (стаж работы одного – 5 и менее лет, другого – 21-30 лет).

Обратимся к средним значениям каждого показателя психологического благополучия исходя из стажа работы (данные представлены в Таблице 2).

Таблица 2. Средние значения шкал психологического благополучия в зависимости от стажа педагогической деятельности

Стаж ПД	ПОК	АВТ	УС	ЛР	ЦЖ	СП	БА	ОЖ	ЧОС	АВТ	ПБ
5 и менее лет	53,33	52,66	55	61	60	57,66	97,66	91,66	61	42	339,66
6-10 лет	54,8	53,2	53,6	58,4	57,8	53,2	97,6	87	57,4	40,2	331
11-15 лет	55,33	53,66	56,66	63	59,66	56,66	103,33	98	66,33	40,66	345
16-20 лет	58	55,2	52,4	60,6	58,4	58	95,8	88,8	62,6	38,8	342,6
21-30 лет	58,5	53,41	55,91	57,41	58,75	57	96,66	93,91	60,91	41,91	341
31-40 лет	63	65	65,5	57,5	60	61,5	80,5	96	59	32,5	372,5
более 41 года	75	61	67	73	72	73	65	111	75	35	421

Согласно данным показателям для преподавателей со стажем работы более 31 года характерно наиболее позитивное отношение к окружающим. Эти педагоги в силу жизненного и профессионального опыта открыты к доверительным, эмоционально положительным отношениям с окружающими.

Самые нижние позиции занимают значения показателей Управление средой и Автономия. Высокие показатели по шкале Автономия демонстрируют только преподаватели с опытом работы от 31 до 40 лет. Возможно, это связано с наличием четко выработанных поведенческих установок и умением реалистично оценивать свои личностные особенности и управлять ими. Молодые педагоги только начинают свой профессиональный путь и еще не выработали четкую поведенческую стратегию. На основании полученных данных можно предположить, что педагоги в некоторой степени обеспокоены внешними ожиданиями и оценками других, подвержены социальному давлению в мыслях и поступках, а также в повседневных делах.

Преподаватели демонстрируют высокие значения по шкалам Личностный рост и Человек как открытая система. В целом, специфика педагогической профессии

предполагает постоянное стремление к совершенствованию себя и своих знаний. Педагогу необходимо не только быть в курсе последних научных достижений, но и владеть современными методами обучения. Самое высокое значение для данной выборки зафиксировано у преподавателей со стажем работы более 41 года. Мы связываем это с максимальным развитием когнитивного потенциала, обобщением и структурированием своих научных разработок и достижений.

Высокие значения по шкале Цель в жизни у педагогов, которые только начинают свой профессиональный путь (5 и менее лет). В этот период педагоги осознают свои профессиональные цели, основываясь на своих убеждениях и ценностных ориентирах. Высокий показатель и у педагогов, завершающих свою педагогическую карьеру. Здесь на первый план выходит переосмысление своей жизненной цели, подведение итогов своей деятельности.

В целом значения шкалы Самопринятие демонстрируют позитивное отношение педагогов к себе как к человеку, занимающему общественно полезной деятельностью. Однако, у педагогов со стажем работы 6–10 лет этот показатель несколько ниже. Возможно, это результат вхождения в про-

фессиональный кризис, когда возникает ощущение, что развитие прекратилось и появляется неудовлетворенность карьерой, результатами работы.

Низкие показатели по шкале Баланс аффекта означают, что человек позитивно оценивает себя и свою деятельность, принимает себя со всеми достоинствами и недостатками, умеет устанавливать и поддерживать контакты. Самое высокое значение по данному показателю у педагогов со стажем работы в 11–15 лет. Это значит, что эти люди негативно оценивают свою личную и профессиональную жизнь, не удовлетворены полученными результатами, испытывают трудности в преодолении жизненных препятствий, не верят в собственные силы.

Самые высокие значения по показателю Психологическое благополучие в данной выборке у преподавателей с наибольшим стажем работы (от 31 года). Вероятно, это связано с наличием у данной группы преподавателей четких целевых ориентиров, на которые они опираются в своей жизнедеятельности, умения быстро и грамотно решать стоящие перед ними профессиональные задачи. Для данных педагогов характерно принятие себя и умение регули-

ровать свое поведение в соответствии со всеми особенностями.

### Выводы

Для любой страны образование молодого поколения является важной задачей. И ключевая роль здесь принадлежит именно педагогу. Поэтому педагог в любых обстоятельствах должен быть мотивированным, эффективным, настроенным на позитивное функционирование. Хорошее психологическое благополучие имеет особое значение для педагогов, т. к. оно включает в себя саморазвитие педагога, акцентирует его внимание на смысле жизни и смысле профессиональной деятельности, выстраивает цепочку задач, позволяющих педагогу максимально раскрыться и овладеть педагогическим мастерством, помогает устанавливать и поддерживать доверительные отношения с учащимися. Обладая всеми этими качествами, педагог может совершенствоваться в своей профессии. Если у педагога хорошее психологическое состояние, то он с большей вероятностью внесет интеллектуальный, творческий, инновационный вклад в развитие личности обучающегося. Психологическое благополучие педагога является важнейшим условием успешной реализации модернизации образования.

### Литература

- Водяха, С. А. (2012) Современные концепции психологического благополучия личности. *Педагогика и психология*, № 2, с. 132–138.
- Заусенко, И. В., Минюрова, С. А. (2013) Личностные детерминанты психологического благополучия педагога. *Педагогическое образование в России*, № 1, с. 94–101.
- Шевеленкова, Т. Д., Фесенко, Т. П. (2005) Психологическое благополучие личности. *Психологическая диагностика*, № 3, с. 95–121.
- Bradburn, N. (1969) *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Pub. Co., 320 p.
- Damáσιο, B. F., Pimenteira de Melo, R. L., Lustosa, R. (2013) Meaning in Life, Psychological Well-Being and Quality of Life in Teachers. *Paidéia*, vol. 23(54), pp. 73–82.
- Evers, W. J., Tomic, W., Brouwers, A. (2004) Burnout among teachers: Students' and teachers' perceptions compared. *School Psychology International*, vol. 25(2), pp. 131–148.
- Jantarapat, C., Suttharangsee, W., Petpichechian, W. (2014) Factors related to psychological well-being of teachers residing in a situation of unrest in Southern Thailand. *Songklanagarind Journal of Nursing*, vol. 34, pp. 76–85.

- McInerney, D. M., Ganotice, F. A., King, R. B., Morin, A. J. (2014) Teachers' Commitment and Psychological Well-being: Implications of self-beliefs for teaching in Hong Kong. *Educational Psychology*, vol. 35(8), pp. 926–945. doi: 10.1080/01443410.2014.895801.
- Refahi, Z., Bahmani, B., Nayeri, A., Nayeri, R. (2015) The relationship between attachment to God and identity styles with Psychological well-being in married teachers. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, vol. 174, pp. 1922–1927.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychology*, vol. 55, pp. 68–78.
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, pp. 719–727.
- Skaalvik, E. M., Skaalvik, S. (2014) Teacher Self-Efficacy and Perceived Autonomy: Relations with Teacher Engagement, Job Satisfaction, and Emotional Exhaustion. *Psychological Reports*, vol. 114, pp. 68–77.
- Schwarzer, R., Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: mediation analysis. *Applied Psychology: An International Review*, vol. 57, pp. 152–171. doi: 10.1111/j.1464-0597.2008.00359.x.
- Zaki, S. (2016) Psychological well-being teachers need to enhance in teaching. *International Education & Research Journal*, vol. 2, pp. 27–29.
- Özü, Ö., Zepeda, S., Ilgan, A., M. Jimenez, A., Ata, A., Akram, M. (2017) Teachers' psychological well-being: a comparison among teachers in U.S.A., Turkey and Pakistan. *International Journal of Mental Health Promotion*, vol. 19 (3), pp. 144–158. doi: 10.1080/14623730.2017.1326397.

## References

- Bradburn, N. (1969) *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Pub. Co., 320 p. (In English)
- Damáσιο, B. F., Pimenteira de Melo, R. L., Lustosa, R. (2013) Meaning in Life, Psychological Well-Being and Quality of Life in Teachers. *Paidéia*, vol. 23(54), pp. 73–82. (In English)
- Evers, W. J., Tomic, W., Brouwers, A. (2004) Burnout among teachers: Students' and teachers' perceptions compared. *School Psychology International*, vol. 25(2), pp. 131–148. (In English)
- Jantarapat, C., Suttharangsee, W., Petpichechian, W. (2014) Factors related to psychological well-being of teachers residing in a situation of unrest in Southern Thailand. *Songklanagarind Journal of Nursing*, vol. 34, pp. 76–85. (In English)
- McInerney, D. M., Ganotice, F. A., King, R. B., Morin, A. J. (2014) Teachers' Commitment and Psychological Well-being: Implications of self-beliefs for teaching in Hong Kong. *Educational Psychology*, vol. 35(8), pp. 926–945. doi: 10.1080/01443410.2014.895801. (In English)
- Özü, Ö., Zepeda, S., Ilgan, A., M. Jimenez, A., Ata, A., Akram, M. (2017) Teachers' psychological well-being: a comparison among teachers in U.S.A., Turkey and Pakistan. *International Journal of Mental Health Promotion*, vol. 19 (3), pp. 144–158. doi: 10.1080/14623730.2017.1326397. (In English)
- Refahi, Z., Bahmani, B., Nayeri, A., Nayeri, R. (2015) The relationship between attachment to God and identity styles with Psychological well-being in married teachers. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, vol. 174, pp. 1922–1927. (In English)

- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2000) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychology*, vol. 55, pp. 68–78. (In English)
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, pp. 719–727. (In English)
- Schwarzer, R., Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: mediation analysis. *Applied Psychology: An International Review*, vol. 57, pp. 152–171. doi: 10.1111/j.1464-0597.2008.00359.x. (In English)
- Shevelenkova, T.D., Fesenko, T.P. (2005) Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti [Psychological well-being of the individual]. *Psikhologicheskaya diagnostika [Psychological diagnosis]*, vol. 3, pp. 95–121. (In Russian)
- Skaalvik, E. M., Skaalvik, S. (2014) Teacher Self-Efficacy and Perceived Autonomy: Relations with Teacher Engagement, Job Satisfaction, and Emotional Exhaustion. *Psychological Reports*, vol. 114, pp. 68–77. (In English)
- Vodyakha, S. A. (2012) Sovremennye kontseptsii psikhologicheskogo blagopoluchiya lichnosti [The modern concept of psychological well-being of the individual]. *Pedagogika i psikhologiya [Pedagogy and psychology]*, vol. 2, pp. 132–138. (In Russian)
- Zaki, S. (2016) Psychological well-being teachers need to enhance in teaching. *International Education & Research Journal*, vol. 2, pp. 27–29. (In English)
- Zausenko, I. V., Minyurova, S. A. (2013) Lichnostnye determinanty psikhologicheskogo blagopoluchiya pedagoga [Personal determinants of psychological well-being of the teacher]. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii [Pedagogical education in Russia]*, vol. 1, pp. 94–101. (In Russian)