

# Отношение к себе как профессионалу у педагогов с разным «кризисным профилем» личности

С. В. Духновский<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Югорский государственный университет  
628012, Россия, г. Ханты-Мансийск, ул. Чехова, д. 16

## Сведения об авторе:

**Сергей Витальевич Духновский**  
e-mail: dukhnovskysv@mail.ru  
SPIN-код РИНЦ: 9146-2898

© Автор (2020).  
Опубликовано Российским  
государственным педагогическим  
университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** В статье приводятся данные эмпирического исследования педагогов с разным кризисным профилем и релевантным ему видом отношения к себе как профессионалу. Авторы предполагали, что особенности отношения к себе как профессионалу являются, с одной стороны, индикаторами переживания кризиса, а с другой – ресурсами, развитие которых позволяет конструктивно преодолевать острые, переломные моменты жизни. Было обследовано 175 педагогов общеобразовательных школ Курганской области и

Ханты-Мансийского автономного округа (Югра) комплексом из двух авторских методик: «Переживание кризиса личностью» и «Отношение к себе как профессионалу». Обследованная выборка была разделена на три группы. Первая – педагоги с кризисным профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» (71 учитель). Вторая – субъекты с профилем «истощение с неопределенным прогнозом» (43 педагога). Третья – педагоги с профилем «переживание кризиса с неопределенным прогнозом» (61 учитель). Установлены различия в особенностях отношения к себе как профессионалу у педагогов с разными кризисными профилями личности. Так, для педагогов с профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» свойственно «активно-позитивное отношение к себе», педагоги с кризисным профилем «истощение с неопределенным прогнозом» отличаются «пассивно-негативным отношением к себе как профессионалу», а у педагогов с профилем «переживание кризиса с неопределенным прогнозом» выражен «пассивно-позитивный вид отношения к себе как профессионалу». Показано, что активность, включающая в себя уровень притязаний и установку на профессиональное саморазвитие, выступая характеристикой отношения к себе как профессионалу, является ресурсом конструктивного переживания кризиса, тогда как позитивность, предполагающая принятие себя и представление о себе как профессионале, является индикатором глубины переживания кризиса.

**Ключевые слова:** активность, позитивность, отношение к себе, профессионал, переживание кризиса.

# The attitude of teachers with different “crisis profiles” to themselves as a professionals

S. V. Dukhnovsky<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ugra State University,  
16 Chekhov Str., Khanty-Mansiysk 628012, Russia

## Author:

**Sergey V. Dukhnovsky**

e-mail: dukhnovskysv@mail.ru

SPIN: 9146-2898

## Copyright:

© The Author (2020).

Published by Herzen State  
Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** The article presents data from an empirical study of teachers with different crisis profiles and corresponding types of their professional self-perception. The authors assumed that, on the one hand, features of professional attitude serve as indicators of an ongoing crisis, while, on the other hand, they serve as a resource that help a person to constructively overcome critical periods in their life. 175 teachers of secondary schools in the Kurgan region and Khanty-Mansi Autonomous Okrug (Ugra) were examined using a set of two methods developed by the authors: “Experiencing a crisis as a person” and “Treating yourself as a professional”.

The respondents were divided into three groups. The first group included teachers with an “adaptation with a favourable forecast” crisis profile (71 teachers). The second group included participants with an “exhaustion with an uncertain forecast” profile (43 teachers). The third group included teachers with an “ongoing crisis with an uncertain forecast” profile (61 teachers). Teachers with different crisis profiles demonstrated different features of professional self-perception. Thus, teachers with the “adaptation with a favourable forecast” profile typically demonstrate “active and positive professional self-perception,” teachers with the “exhaustion with an uncertain forecast” crisis profile tend to have “passive and negative professional self-perception,” and teachers with the “ongoing crisis with an uncertain forecast” profile demonstrate “passive and positive professional self-perception.” It is shown that an activity motivated by ambition and oriented towards professional self-development – which is a characteristic feature of attitude to oneself as professional – serves as a resource for overcoming the crisis constructively, while positive attitude – which implies self-acceptance and self-perception as a professional – indicated the intensity of the crisis experience.

**Keywords:** activity, positivity, self-attitude, professional, crisis experience.

## Введение

Возникновение острых, переломных моментов – явление, если не неизбежное, то, по крайней мере, случающееся в жизни человека. Их переживание, проживание, преодоление накладывает отпечаток на человека как личность, в том числе и на его отношение к себе. Актуальным это является и применительно к профессиональной деятельности педагогов, деятельность которых в современных условиях находится в «зоне риска» возникновения

кризисов. Этому способствуют как внешние, так и внутренние факторы. Внешними факторами, например, могут быть вынужденный переход на дистанционные формы обучения, резкая смена привычного режима, ритма профессиональной деятельности, что сопровождается изменением требований к педагогам, ожиданий от них. Внутренними факторами могут выступать готовность эффективно работать в ситуациях неопределенности, устойчивость к резким переменам в профессиональной жизни учителя. В этом плане считаем, что

отношение к себе как профессионалу, его особенности являются одним из условий конструктивного переживания кризисов.

В научном плане вопросы самоотношения, в том числе и профессионального, рассматривались в работах Столина (Столин 1983), Пантилеева (Пантилеев 1993), Дарижаповой (Дариджапова 2008), Карпинского, Колышко (Карпинский, Колышко 2010), Герасимова (Герасимов 2010) и др. Кризис, и его переживание, преодоление, раскрывались в исследованиях Амбрумовой (Амбрумова 1985), Куликовым (Куликов 2004), Солдатовой (Солдатова 2007), Духновским, Журавлевой (Духновский, Журавлева 2019) и др.

Несмотря на это, обзор исследований показал, что вопрос о соотношении кризисного профиля личности педагога с видами его отношения к себе как профессионалу является малоизученным. В исследовании мы предполагали, что особенности отношения к себе как профессионалу являются с одной стороны, индикаторами переживания кризиса, а с другой – ресурсами, развитие которых позволяет конструктивно преодолевать острые, переломные моменты жизни.

Под «кризисом» будем понимать личностно-ситуативное явление в жизни человека, феноменологичное по своей природе. Момент, событие жизни приобретает «кризисную нагрузку» только благодаря переживанию, и что самое важное – только в переживании (Духновский 2016). Суть в том, что, как отмечал В. А. Ананьев, не имеет значения само событие с точки зрения внешней характеристики, его эмоционального накала, а имеет значение способ переработки, преодоления и влияние его на дальнейшую жизнь человека (Ананьев 1999). Для кризиса важное значение имеет его «прочувствование, возможно даже интуитивное», осознание некой предельной точки, «пограничной черты», что находит своё отражение в кризисном профиле личности. *Кризисный профиль личности* – особенности содержательных характеристик интегральной индивидуальности субъекта, переживающего (не переживающего)

острый, переломный момент в своей жизни, как системы свойств человека (со стороны ее индивидуального своеобразия), начиная от биохимических особенностей организма и кончая социальным статусом личности в обществе (Мерлин 1986).

При описании «отношения к себе как профессионалу» использовали положения кризисной теории развития личности (Ананьев 1999), представление о профессионале как субъекте трудовой деятельности (Толочек 2017), классификацию типов и видов деятельности профессионала, разработанную Поварёнковым (Поварёнков 2018), представление о структуре отношений личности, имеющееся в работах Л. В. Куликова (Куликов 1997).

Так, Л. В. Куликов указывал на то, что источники отношений (в том числе и отношения к себе) могут быть как внешними, так и внутренними, и даже навязанными средой. Процессами отношения к себе выступают познание себя, самооценка и саморегуляция, тогда как компонентами – познавательный (представления о себе), эмоциональный (принятие себя) и поведенческий (установки на себя, активность, направленная на себя) (Куликов 1997).

Рассматривая личность профессионала, исходили из того, что, по мнению В. А. Ананьева, *личность* представляет собой открытую, нелинейную, сложную, самоорганизующуюся систему, которая представляет собой блуждающий по многовариантным путям жизненного поля процесс (Ананьев 1999). Согласно В. А. Толочеку, *профессионал* – «субъект профессиональной деятельности, длительно специализирующийся в определенной трудовой сфере, успешно справляющийся с возложенными на него должностными функциями, имеющий соответствующую квалификацию, интегрированный в профессиональном сообществе (в контактных группах, в организации, в профессии)» (Толочек 2017, 61).

При определении типов деятельности профессионала, использовали классификацию задач, решаемых профессионалом, предложенную Ю. П. Поварёнковым.

По этому основанию учёный выделяет профессиональные и метапрофессиональные типы деятельности. *Деятельности, относящиеся к профессиональному типу*, «ориентированы на решение профессиональных задач, связанных с созданием материальных и духовных ценностей (потребительских стоимостей). Их название определяется содержанием конкретных профессий и специальностей» (Поварёнков 2018, 23). *Виды деятельности, относящиеся к метапрофессиональному типу*, «ориентированы на “воспроизводство” самого профессионала. Они делятся на два подтипа: на деятельности профессионально-содержательного и статусного развития профессионала» (Поварёнков 2018, 23). В отношении к себе это может выражаться в установках, направленных на профессиональное саморазвитие и должностное (статусное) развитие профессионала.

Итак, с нашей точки зрения *отношение к себе как профессионалу* предполагает познание себя, самооценку, саморегуляцию и осознание себя, проявляющиеся в представлении и принятии себя как профессионала, а также установку на профессиональное саморазвитие и должностное развитие субъекта профессиональной (в том числе и будущей) деятельности.

### Методика исследования

В исследовании приняли участие 175 педагогов (учителей-предметников) общеобразовательных школ Курганской области и Ханты-Мансийского автономного округа Югра. Стаж педагогической деятельности обследованных от 5 до 10 лет. Исследование проводилось в период «самоизоляции» (с 6 по 20 апреля 2020 года) в связи с мерами по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия в связи с распространением коронавирусной инфекции (COVID-19).

Период, в который проводилось обследование, с точки зрения его внешних характеристик (самоизоляция, переход на дистанционные формы обучения, смена привычного ритма жизни и деятельности,

в том числе и профессиональной, наличие неопределенности) правомерно обозначить как *ненормативный кризис*, который, по мнению В. А. Ананьева, проявляется в особых событиях, нетипичных, индивидуальных, непредсказуемых (Ананьев 1999). Соответственно, неопределенность является одной из особенностей данного периода.

В эмпирическом исследовании использовали комплекс, состоящий из двух авторских методик:

1) «Переживание кризиса личностью» (Духновский 2016) для выявления кризисного профиля личности и его характеристик. «Кризисный профиль» определяется соотношением показателя «Индекс ситуационного реагирования» (определяет величину кризисной нагрузки субъекта) с показателем «Психологическая устойчивость личности». *Индекс ситуационного реагирования* представляет собой выраженность ситуационных реакций личности, проходящих на непатологическом уровне и связанных с возникновением психологического кризиса, описанных Абрумовой (Абрумова 1985). К ним относятся: реакция эмоционального дисбаланса, пессимизм, отрицательный баланс, демобилизация, оппозиция и дезорганизация. *Психологическая устойчивость* – это «качество личности, отдельными аспектами которого являются стойкость, уравновешенность, сопротивляемость. Оно позволяет личности противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в различных испытаниях» (Куликов 2004, 92).

2) «Отношение к себе как профессионалу» (ОСП), основное назначение которой – оценка выраженности содержательных характеристик (активности – пассивности, позитивности – негативности) в отношении к себе как профессионалу с помощью самооценок тестируемого. *Предмет методики* – уровень притязаний, представление и принятие себя как профессионала, а также установка на профессиональное са-

моразвитие и должностное развитие работника (кандидата). Методика позволяет выявить субъектов с разными видами отношения к себе как профессионалу на основании соотношения величины активности личности с позитивностью личности. *Величина активности* в отношении к себе оценивается числовыми величинами по шкалам «уровень притязаний» и «установка на профессиональное саморазвитие». *Величина позитивности* отношения к себе оценивается числовыми величинами по шкалам «принятие себя как профессионала» и «представление о себе как профессионале».

Описание и анализ наиболее значимых эмпирических данных

На первом этапе по результатам методики «Переживание кризиса личностью» (ППК) обследованные педагоги были разделены на три группы в зависимости от выраженности кризисного профиля.

*Первая группа* – педагоги с профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» (показатели по шкале «индекс ситуационного реагирования» находятся на низком и пониженном уровне – до 45 Т-баллов,

в сочетании с умеренным показателем «психологической устойчивости» от 46 до 55 Т-баллов). В группу, которую мы обозначили как «Адаптация», вошли 71 педагог.

*Вторая группа* – педагоги с профилем «истощение с неопределенным прогнозом» (показатели по шкале «индекс ситуационного реагирования» находятся на низком и пониженном уровне – до 45 Т-баллов, в сочетании с низким и пониженным показателем «психологической устойчивости» до 45 Т-баллов). В группу, которую мы обозначили как «Истощение», вошли 43 педагога.

*Третья группа* – педагоги с профилем «переживание кризиса с неопределенным прогнозом» (показатели по шкале «индекс ситуационного реагирования» и «психологическая устойчивость» выражены умеренно – в диапазоне от 46 до 54 Т-баллов). В группу, которую мы обозначили как «Кризис», вошли 61 педагог.

Различия по шкалам методики «Переживание кризиса личностью» (ППК) между группами педагогов, представлены в таблице 1.

Таблица 1. Различия по шкалам методики «Переживание кризиса личностью» (ППК) между группами педагогов с разным кризисным профилем

Шкалы методики «ППК»	Средние значения		
	Адаптация	Истощение	Кризис
Реакция эмоционального дисбаланса	11,9±2,3	16,0±4,5	16,8±4,3
Пессимистическая реакция	13,1±3,0	12,9±3,1	22,0±4,7
Реакция отрицательного баланса	12,7±3,7	14,7±4,2	21,9±5,0
Реакция демобилизации	14,3±3,6	13,3±3,4	17,3±4,9
Реакция оппозиции	12,0±3,2	14,0±4,0	21,1±5,1
Реакция дезорганизации	14,1±4,1	16,4±3,5	22,0±5,5
Индекс ситуационного реагирования	78,2±17,9	86,9±21,5	120,7±27,3
Психологическая устойчивость	27,7±6,2	23,1±5,4	25,4±5,7

Результаты, представленные в таблице 1, позволяют сказать следующее. У педагогов первой группы, с кризисным профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» возможно наличие трудностей и проблем в жизни, которые они стараются конструктивно разрешить, что приводит к дополнительному вовлечению психологических

ресурсов и снижению психологической устойчивости (о чем свидетельствует умеренный уровень данного показателя – от 46 до 55 Т-баллов). Субъектам присуще благоприятное или приближенное к нему психическое состояние, свойственно переживание субъективного благополучия, что находит своё отражение в показателе

индекса ситуационного реагирования, который выражен на низком и пониженном уровне – до 45 Т-баллов.

Для педагогов второй группы с кризисным профилем «истощение с неопределенным прогнозом» характерно наличие трудностей в жизни субъекта, которое приводит к истощению и неэффективному функционированию психологической защиты, и как следствие, снижение личных превентивных ресурсов – адаптационно-компенсаторных способностей для преодоления жизненных трудностей. Это выражается в пониженной психологической устойчивости – отсутствии веры в себя, неуверенности в своих возможностях, депривации основных жизненных потребностей, таких как самореализация, самоуважение, самоутверждение (показатели находятся до 45 Т-баллов). У субъектов данной группы имеет место пассивное отношение к жизненной ситуации, в оценке жизненных ситуаций преобладает пессимистическая позиция, неверие в возможность успешного преодоления препятствий в сочетании с пониженным настроением и отрицательным эмоциональным фоном, неудовлетворенностью жизнью и низкой оценкой личностной успешности. Об этом свидетельствует показатель «индекс ситуационного реагирования», который находится на низком и пониженном уровне – до 45 Т-баллов.

В третьей группе педагогов с профилем «переживание кризиса с неопределенным

прогнозом» имеет место значительное вовлечение психологических ресурсов, что приводит к снижению психологической устойчивости. Субъекты испытывают сложности при соизмерении уровня напряжения с ресурсами своей психики и организма. У них недостаточная способность противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, свойственны трудности, связанные с выполнением стоящих перед субъектом задач в течение длительного времени. Об этом свидетельствует показатель «психологической устойчивости», находящийся в диапазоне от 46 до 54 Т-баллов. У педагогов данной группы выражено неблагоприятное психическое состояние – в оценке многих жизненных ситуаций преобладает неопределенная позиция, сомнения в возможности успешного преодоления препятствий в сочетании с умеренным субъективным благополучием (отсутствием серьезных проблем и эмоционального комфорта, удовлетворяющего субъекта). Об этом говорят показатели по шкале «индекс ситуационного реагирования», которые находятся на низком и пониженном уровне до 45 Т-баллов.

Далее обратимся к результатам исследований, полученным по методике «Отношение к себе как профессионалу» (ОСП) у педагогов с разным кризисным профилем личности. Результаты, представлены в таблице 2.

Таблица 2. Средние значения по методике «Отношение к себе как профессионалу» (ОСП) у педагогов с разным кризисным профилем

Шкалы методики «ОСП»	Средние значения		
	Адаптация	Истощение	Кризис
Уровень притязаний	54,0±9,1	38,9±7,7	43,4±7,9
Установка на профессиональное саморазвитие	52,3±8,3	38,0±7,2	46,1±8,1
Активность	105,7±19,4	76,3±18,0	88,5±18,9
Представление о себе как профессионале	57,4±9,4	37,7±7,1	49,7±8,7
Принятие себя как профессионала	58,1±9,0	34,2±6,7	54,5±9,2
Позитивность	114,9±18,4	71,2±17,7	102,9±19,1
Установка на должностное развитие	39,7±6,7	36,4±5,9	37,1±6,1

На основании данных представленных в таблице 2, нами установлены виды отношения к себе как профессионалу у педагогов с разным кризисным профилем.

Так, для педагогов с профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» свойственно «активно-позитивное отношение к себе как профессионалу». Причём вектор позитивности у них является доминирующим. Показатели принятие себя и представление о себе как профессионале выражены на высоком уровне (9 стэнов), тогда как уровень притязаний и установка на профессиональное саморазвитие – на повышенном (7 стэнов). Патологизирующими условиями, изменяющими кризисный профиль и отношение к себе в неблагоприятную сторону, согласно нашей позиции (Духновский 2016) могут выступать вынужденная социальная мобильность, быстро меняющийся темп жизни и деятельности, а также ситуации непризнания.

Педагоги с кризисным профилем «истощение с неопределённым прогнозом» отличаются «пассивно-негативным отношением к себе как профессионалу». Им присущи пониженный уровень активности и позитивности в отношении к себе. В частности, установка на профессиональное саморазвитие и принятие себя как профессионала выражены на низком уровне (3 стэна), тогда как уровень притязаний и представление о себе как профессионале – на пониженном (4 стэна соответственно). Факторами, ухудшающими кризисный профиль (Духновский, 2016) и изменяющими отношение к себе как профессионалу в неблагоприятную сторону, могут

быть ситуации неопределённости при кардинальной смене стереотипа поведения, а также условия эмоционального отвержения, соперничества, ответственности за других, подконтрольности.

У педагогов с профилем «переживание кризиса с неопределённым прогнозом» выражен «пассивно-позитивный вид отношения к себе как профессионалу». Величина активности находится на умеренном уровне (в диапазоне от 5 до 6 стэнов) в сочетании с позитивностью, которая находится на повышенном уровне (в диапазоне от 7 до 8 стэнов). У данной категории педагогов имеет место снижение уровня притязаний и установки на профессиональное саморазвитие, показатели которых, в свою очередь, находятся на границе повышенного и среднего уровня (6-7 стэнов). При этом у них выражено представление о себе как профессионале и принятие себя как профессионала (величина позитивности). Причём показатели представлений о себе выражены на более высоком уровне (8 стэнов). Условиями, изменяющими кризисный профиль и отношение к себе в неблагоприятную сторону, могут являться отсутствие опыта и способностей конструктивного решения жизненных трудностей (Духновский 2016).

Взаимозависимость показателей кризисного профиля личности педагога с показателями его отношения к себе как профессионалу нашла своё эмпирическое подтверждение в ходе корреляционного анализа. Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3. Матрица интеркорреляций шкал методики «Отношение к себе как профессионалу» (ОСП) и шкал методики «Переживание кризиса личностью» (ППК)

Шкалы методики «ППК»	Шкалы методики «ОСП»					
	Уп	Ср	Акт	Пред	Эмо	Поз
Индекс ситуационного реагирования	-0,42	-0,55	-0,45	-0,53	-0,49	-0,59
Психологическая устойчивость	0,47	0,33	0,49	0,32	0,29	0,37

Примечание: Уп – уровень притязаний, Ср – установка на самоазвитие, Акт – величина активности, Пред – представление о себе, Эмо – принятие себя.

В частности, установлено, что показатель «активность» имеет значимую корреляционную связь с показателем «психологическая устойчивость» и «ситуационное реагирование» ( $r=0,49$  и  $r=-0,45$  соответственно, при  $p \leq 0,05$ ). Таким образом, активное отношение к себе как профессионалу, включающее в себя уровень притязаний и установку на профессиональное саморазвитие, предполагает повышение психологической устойчивости педагога. Соответственно, считаем, что активность как показатель отношения к себе может выступать ресурсом, развитие и поддержание которого позволяет противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранению работоспособности и здоровья. При этом ведущее значение в данном случае имеет показатель «уровень притязаний» как субъективное стремление работника к желаемым профессиональным целям, процесс и достижение которых, способствуют переживанию благополучия, формированию позитивной самооценки и самоосуществлению личности профессионала.

Показатель «позитивности» как характеристики отношения к себе взаимосвязан с показателем «ситуационное реагирование» ( $r=-0,59$ , при  $p \leq 0,05$ ). Соответственно, чем больше у педагогов выражено представление и принятие себя как профессионала, тем меньше выражена величина кризисной нагрузки субъекта – ситуационных реакций, связанных с возникновением психологического кризиса, тем благоприятнее психическое состояние и настроение. Таким образом, позитивность как показатель отношения к себе – индикатор благополучия педагога. Ведущее значение при этом имеет показатель «представление о себе как профессионале», т. е. когнитивная составляющая отношения к себе.

Таким образом, активность (понимаемая в контексте характеристики отношения к себе как профессионалу) может выступать ресурсом конструктивного переживания кризиса, тогда как позитивность – индикатором характера, особенностей

данного переживания. В этом контексте укажем, что у педагогов с активно-позитивным отношением к себе необходимо сделать акцент на формировании установки на саморазвитие на более высоком уровне, у педагогов с пассивно-позитивным отношением в качестве профилактики деструктивного переживания кризисов может рассматриваться развитие уровня притязаний и установки на саморазвитие. У педагогов с пассивно-негативным отношением к себе как профессионалу необходимо повышать принятие себя, формировать представление о себе, установку на профессиональное саморазвитие и уровень притязаний. Укажем, что данный вид отношения к себе наиболее неблагоприятен как с позиции профилактики кризисов, так и с точки зрения здоровья, благополучия личности, а также эффективности профессиональной деятельности.

## Выводы

1. Выявлены группы педагогов, которые различаются по показателям «психологическая устойчивость» и «индекс ситуационного реагирования», определяющих «кризисный профиль» личности. Первая группа – педагоги с профилем «адаптация с благоприятным прогнозом», вторая – с профилем «истощение с неопределенным прогнозом» и третья – педагоги с профилем «переживание кризиса с неопределенным прогнозом».

2. Установлены различия в особенностях отношения к себе как профессионалу у педагогов с разными кризисными профилями личности. Так, для педагогов с профилем «адаптация с благоприятным прогнозом» свойственно «активно-позитивное» отношение к себе, педагоги с кризисным профилем «истощение с неопределенным прогнозом» отличаются «пассивно-негативным» отношением к себе как профессионалу, тогда как у педагогов с профилем «переживание кризиса с неопределенным прогнозом» выражено «пассивно-позитивное» отношение к себе как профессионалу.



3. Нашло эмпирическое подтверждение, предположение о том, что параметры отношения к себе как профессионалу являются, с одной стороны, индикаторами переживания кризиса, а с другой – ресурсами, развитие которых позволяет конструктивно преодолевать острые, переломные моменты жизни.

4. Показано, что активность, выступая характеристикой отношения к себе как профессионалу, включающая в себя уровень притязаний и установку на профессиональное саморазвитие, является ресурсом конструктивного переживания кризиса, тогда как позитивность, предполагающая принятие и представление о себе как профессионале, является индикато-

ром глубины переживания кризиса, сопровождающегося ситуационными реакциями личности.

5. Для профилактики деструктивного переживания кризисов у педагогов с активно-позитивным отношением к себе необходимо сделать акцент на формирование установки на саморазвитие на более высоком уровне, педагоги с пассивно-позитивным отношением нуждаются в развитии уровня притязаний и установки на саморазвитие, тогда как у педагогов с пассивно-негативным отношением к себе как профессионалу необходимо повышать принятие себя, формировать представление о себе, установку на профессиональное саморазвитие и уровень притязаний.

### Литература

- Амбрумова, А. Г. (1985) Анализ состояний психологического кризиса и их динамика. *Психологический журнал*, № 6, с. 107–115.
- Ананьев, В. А. (1999) Введение в потрясающую психотерапию. *Журнал практического психолога*, № 7–8, с. 15–31.
- Герасимов, П. Е. (2010) Теоретические аспекты проблемы «самоотношения». *Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития*, т. 3, № 4 (12), с. 80–84.
- Дарижапова, М. Н. (2008) *Акмеологические особенности самоотношения государственных служащих*. Автореферат диссертации на соискание степени кандидата психологических наук. Москва, Российская академия государственной службы при президенте РФ, 2008, 26 с.
- Духновский, С. В. (2016) *Психология личности и деятельности педагога: учебное пособие*. М.: РИОР: ИНФРА-М, 399 с.
- Духновский, С. В., Журавлева, Ю. А. (2019) Социально-психологические индикаторы переживания педагогами кризиса в межличностных отношениях с субъектами педагогического процесса. *Психология человека в образовании*, т. 1, № 2, с. 137–145. DOI: 10.33910/2686-9527-2019-1-2- 137-145
- Карпинский, К. В., Колышко, А. М. (2010) *Профессиональное самоотношение личности и методика его психологической диагностики*. Гродно: ГрГУ, 140 с.
- Куликов, Л. В. (1997) *Психология настроения*. СПб.: Изд-во СПбГУ, 234 с.
- Куликов, Л. В. (2004) *Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики*. СПб.: Питер, 464 с.
- Мерлин, В. С. (1986) *Очерк интегрального исследования индивидуальности*. М.: Педагогика, 256 с.
- Пантिलеев, С. Р. (1993) *Методика исследования самоотношения*. М.: Смысл, 1993, 32 с.
- Поварёнков, Ю. П. (2018) Уточнённая характеристика типов и видов деятельности профессионала. *Организационная психология и психология труда*, т. 3, № 2, с. 4–26.
- Солдатова, Е. Л. (2007) *Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости*. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 267 с.
- Столин, В. В. (1983) *Самосознание личности*. Москва: МГУ, 1983, 284 с.

Толочек, В. А. (2017) *Профессиональная карьера как социально-психологический феномен*. Москва: ИП РАН, 262 с.

## References

- Ambrumova, A. G. (1985) Analiz sostoyanii psikhologicheskogo krizisa i ikh dinamika [Analysis of psychological crisis states and their dynamics]. *Psikhologicheskii zhurna — Psychological journal* 1, no. 6, pp. 107–115. (In Russian)
- Anan'ev, V. A. (1999) Vvedenie v potryasayushchuyu psikhoterapiyu [Introduction to stunning psychotherapy]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa*, no. 7–8, pp. 15–31. (In Russian)
- Darizhapova, M. N. (2008) *Akmeologicheskie osobennosti samootnosheniya gosudarstvennykh sluzhashchikh* [Akmeological features of self-attitude of public servants]. Extended abstract of PhD dissertation (Psychology). Moscow, RANEPa, 2008, 26 p. (In Russian)
- Dukhnovskii, S. V. (2016) *Psikhologiya lichnosti i deyatel'nosti pedagoga: uchebnoe posobie* [Psychology of personality and the activities of a teacher: a textbook]. Moscow: RIOR Publ.; INFRA-M Publ., 399 p. (In Russian)
- Dukhnovskii, S. V., Zhuravleva, Yu. A. (2019) Sotsial'no-psikhologicheskie indikatory perezhivaniya pedagogami krizisa v mezhlichnostnykh otnosheniyakh s sub'ektami pedagogicheskogo protsessa [Socio-psychological indicators of teachers' experiences of the crisis in interpersonal relations with subjects of the pedagogical process]. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii — Psychology in Education*, vol. 1, no. 2, pp. 137–145. DOI: 10.33910/2686-9527-2019-1-2- 137-145 (In Russian)
- Gerasimov, P. E. (2010) Teoreticheskie aspekty problemy “samootnosheniya” [Theoretical aspects of the problem of “self-relation”]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya — Izvestiya of Saratov University. New Series. Series: Educational Acmeology. Developmental Psychology*, vol. 3, no. 4 (12), pp. 80–84. (In Russian)
- Karpinskii, K. V., Kolyshko, A. M. (2010) *Professional'noe samootnoshenie lichnosti i metodika ego psikhologicheskoi diagnostiki* [Professional self-presentation of the personality and the method of its psychological diagnosis]. Grodno: GrSU Publ., 140 p. (In Russian)
- Kulikov, L. V. (1997) *Psikhologiya nastroyeniya* [Psychology of mood]. Saint Peterburg: SPbSU Publ., 234 p. (In Russian)
- Kulikov, L. V. (2004) *Psikhogigiena lichnosti. Voprosy psikhologicheskoi ustoichivosti i psikhoprofilaktiki* [Psychogygiene personality. Issues of psychological sustainability and psychoprophylaxis]. Saint Petersburg.: Piter Publ., 464 p. (In Russian)
- Merlin, V. S. (1986) *Ocherk integral'nogo issledovaniya individual'nosti* [Essay on the integral study of individuality]. Moscow: Pedagogika Publ., 256 p. (In Russian)
- Pantileev, S. R. (1993) *Metodika issledovaniya samootnosheniya* [Methodology for the study of self-relation]. Moscow: Smysl Publ., 1993, 32 p. (In Russian)
- Povarenkov, Yu. P. (2018) Utochnennaya kharakteristika tipov i vidov deyatel'nosti professional [Refined description of types and types of professional activities]. *Institut psikhologii Rossiiskoi akademii nauk. Organizatsionnaya psikhologiya i psikhologiya truda*, vol. 3, no. 2, pp. 4–26. (In Russian)
- Soldatova, E. L. (2007) *Struktura i dinamika normativnogo krizisa perekhoda k vzroslosti* [Structure and dynamics of the normative crisis of transition to adulthood]. Chelyabinsk: YuUrGU Publ., 267 p. (In Russian)
- Stolin, V. V. (1983) *Samosoznanie lichnosti* [Self-awareness of personality]. Moscow: MSU Publ., 1983, 284 p. (In Russian)
- Tolochek, V. A. (2017) *Professional'naya kar'era kak sotsial'no-psikhologicheskii fenomen* [Professional career as a socio-psychological phenomenon]. Moscow: IP RAS Publ., 262 p. (In Russian)