

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 3. С. 109–116. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 3, pp. 109–116.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 373.5

EDN UXMZRG

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-109-116>

СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ С РАЗЛИЧНЫМ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ СТАЖЕМ

Брагина Елена Александровна, кандидат психологических наук, Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, Ульяновск, Россия, bragina24@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8833-0634>

Еремина Лариса Ивановна, кандидат педагогических наук, Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянова, Ульяновск, Россия, lariv73@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6189-8529>

Аннотация. В статье представлен анализ совладающего поведения учителей начальных классов с различным педагогическим стажем: до 5 лет, 5–15, 16–25 лет и более 25 лет. В качестве методов исследования использовались опросники «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» С. Хобфолла и «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Н. Эндлера – Дж. Паркера. Показано, что совладающее поведение учителей начальной школы характеризуется высокими показателями конструктивности, взаимосвязанностью просоциальных стратегий. При минимальных различиях в предпочтениях копинг-стратегий группы учителей различаются структурой копинг-поведения. Выявлено, что в группе молодых педагогов с увеличением стажа уменьшается частота использования стратегии осторожных действий, после 5 лет растет стремление к поиску социальной поддержки, у учителей со стажем от 16 до 25 лет снижаются стремление вступать в социальные контакты и ориентация копинга на решение проблем. Учителя со стажем более 25 лет реализуют просоциальные стратегии поиска социальной поддержки в сочетании с низким уровнем асоциальных действий. Низкий уровень эмоционально-ориентированного копинга во всех группах при высокой стрессогенности деятельности учителя начальных классов свидетельствует об определенном дефиците саморегуляции эмоциональных состояний.

Ключевые слова: копинг-стратегии, учителя начальных классов, стаж педагогической деятельности, структура совладающего поведения.

Для цитирования: Брагина Е.А., Еремина Л.И. Совладающее поведение учителей начальной школы с различным профессиональным стажем // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2023. Т. 29, № 3. С. 109–116. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-109-116>

Research Article

COPING BEHAVIOR OF PRIMARY SCHOOL TEACHERS WITH VARIOUS PROFESSIONAL EXPERIENCE

Elena A. Bragina, Candidate of psychological sciences, Ulyanovsk State Pedagogical University named after I. Ulyanov, Ulyanovsk, Russia, bragina24@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8833-0634>

Larisa I. Eremina, Candidate of Pedagogical Sciences, Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov, Ulyanovsk, Russia, lariv73@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6189-8529>

Abstract. The article provides an analysis of the coping behavior of primary school teachers with different professional experience: up to 5 years, 5-15, 16-25 years and more than 25 years. The questionnaires “Strategies for overcoming stressful situations” by S. Hobfall and “Coping behavior in stressful situations” by N Endler – J. Parker were used as research methods. It is claimed that the coping behavior of elementary school teachers is characterized by high indicators of constructiveness, interconnectedness of prosocial strategies. Concerning the structure of coping behavior groups of teachers differ in preferences for coping strategies with minimal differences. It was revealed that in the group of young teachers, the frequency of using the strategy of cautious actions decreases with an increase in experience, after 5 years the desire to seek social support increases, teachers with experience from 16 to 25 years have a decrease in the desire to enter into social contacts and the orientation of coping to problem solving. Teachers with more than 25 years of experience implement pro-social strategies for seeking social support, combined with a low level of anti-social actions. The low level of emotionally-oriented coping in all groups, along with the high stressfulness of the activity of a primary school teacher, indicates a certain deficit in the self-regulation of emotional states.

Keywords: coping strategies, elementary school teachers, experience of pedagogical activity, structure of coping behavior.

For citation: Bragina E.A., Eremina L.A. Coping Behavior of Primary School Teachers with various professional experience. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2023, vol. 29, № 3, pp. 109–116. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2023-29-3-109-116>

Исследование совладающего поведения учителей начальной школы и изменений в его структуре со стажем педагогической деятельности диктуется не только многочисленными научными данными о связи копинг-поведения педагогов с развитием синдрома эмоционального выгорания (см., например: [Вачков, Савенкова: 84; Халфина, Политика, Хахлова: 114]) и успешностью их профессиональной деятельности (см., например: [Старченко: 159]). Значимость понимания того, как учителя начальной школы справляются с трудными ситуациями, определяется уникальной ролью учителя в жизни и развитии личности младшего школьника. Первый учитель – особая фигура для ребенка, он не только развивает учебную мотивацию, учебную деятельность, транслирует нормы поведения и ценности, но и является непрекаемым авторитетом и образцом для подражания, в том числе в стрессовых ситуациях, которые не являются редкостью в школьной жизни. Отметим, что, например, в исследовании A.S. Antoniou et al. зафиксирован более высокий уровень стресса у учителей начальной школы по сравнению с учителями средней школы [Antoniou, Ploumpi, Ntall: 354]. В этом контексте стоит упомянуть и результаты исследования K.C. Herman, J. Hickmon-Rosa, W.M. Reinke, которые показали, что в начальной школе наиболее низкие результаты учеников наблюдались в классах тех учителей, у которых были установлены высокий уровень стресса и выгорания в сочетании с низким уровнем адаптационных механизмов [Herman, Hickmon-Rosa, Reinke: 98].

Мы разделяем точку зрения А.А. Киселевой, М.Ю. Кузьмина и В.В. Козлова, утверждающих, что особенности совладающего поведения определяются не только стажем педагога, но и его специальностью [Киселева, Кузьмин, Козлов: 650]. Авторы работы установили, что учителя начальной школы с большим стажем чаще, чем их молодые коллеги, используют непродуктивные копинг-стратегии, реже – стратегию «Поиск социальной поддержки» [Киселева, Кузьмин, Козлов: 649]. А. Carton, E. Fruchart также отмечают, что молодые учителя начальной школы чаще используют стратегию поиска социальной поддержки по сравнению с более опытными коллегами [Carton, Fruchart: 245]. Значимость стратегии поиска социальной поддержки для молодых учителей подчеркивает К.Б. Сафонов [Сафонов: 55]. Однако в исследовании А.Н. Тауренис связь между способами совладания у учителей начальной школы, их стажем и возрастом не обнаружена [Тауренис: 117].

В целом в научной литературе исследования совладающего поведения учителей начальной школы довольно немногочисленны, при этом в ряде работ не указывается, о каких педагогах идет речь – предметниках или учителях начальных классов.

В своем исследовании мы исходим из того, что особенности совладающего поведения педагогов характеризуются не столько преимущественным использованием той или иной копинг-стратегии, сколько определенной их структурой, свойственной группе учителей с различным стажем.

Организация и методы исследования. В исследовании приняли участие 66 учителей начальной школы. Все учителя были разделены на группы в зависимости от стажа педагогической деятельности: до 5 лет (группа Н1, 17 человек), 5–15 лет (группа Н2, 22 человека), 16–25 лет (группа Н3, 12 человек) и более 25 лет (группа Н4, 15 человек). Исследование копинг-поведения осуществлялось с использованием опросников «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (SACS) С. Хобфолла (русскоязычная версия Н. Водопьяновой, Е. Старченко) [Водопьянова: 251] и «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» Н. Эндлера – Дж. Паркера (КПСС) в адаптации Т.Л. Крюковой [Крюкова: 43]. Опросник SACS позволяет определить частоту применения активной стратегии ассертивных действий (АссД), просоциальных стратегий вступления в социальный контакт (ВСК) и поиска социальной поддержки (ПСП), пассивных стратегий осторожных действий (ОД) и избегания (Изб), стратегий импульсивных (ИД) и манипулятивных действий (МД), асоциальных стратегий – асоциальных (АсоцД) и агрессивных действий (АгрД). Отношение суммы показателей стратегий АссД, ВСК, ПСП к сумме показателей стратегий Изб, АсоцД и АгрД характеризует степень конструктивности копинга (ИК). Опросник КПСС направлен на диагностику соотношения проблемно-ориентированного копинга (ПОК), эмоционально-ориентированного копинга (ЭОК) и копинга, ориентированного на избегание (КОИ), а также стремления уйти от решения трудной ситуации путем переключения на успокаивающие занятия (шкала О) и стремления уйти от решения проблемы путем переключения на общение (шкала СО). Анализ эмпирических данных осуществлялся на основе U-критерия Манна – Уитни и коэффициента корреляции r Спирмена.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты методики SACS показывают, что во всех группах учителей доминируют стратегии ПСП, ВСК

и ОД и в минимальной степени представлена стратегия АсоцД (табл. 1).

Корреляционный анализ показателей всех учителей не выявил значимой связи со стажем ни одной из копинг-стратегий, что согласуется с данными Тауренис [Тауренис: 117]. Однако корреляционный анализ показателей каждой из групп отдельно обнаруживает, что с увеличением стажа существенно снижается частота использования стратегии ОД в группе Н1 ($r = -0,498, p \leq 0,05$) и увеличивается частота использования этой стратегии в группе Н3 ($r = 0,73, p \leq 0,01$). В группе Н2 с увеличением стажа растет частота использования стратегии ПСП ($r = 495, p \leq 0,05$). Таким образом, в первые пять лет работы учителя наблюдается рост уверенности, начиная с 5 лет – увеличение стремления к социальной поддержке и поиску опоры на социальные ресурсы, а после 15 лет стажа – повышение осторожности в трудных ситуациях.

В группе Н2 по сравнению с группой Н1 более представлена стратегия ПСП, ориентированная на подключение к решению проблем информационной и эмоциональной поддержки ($U = 128, p \leq 0,05$) и менее – склонность к использованию стратегии ОД ($U = 127, p \leq 0,05$). При этом молодые учителя группы Н1 существенно уступают учителям со стажем от 16 до 25 лет по конструктивности копинга ИК: $U = 60,5, p \leq 0,05$. В группе Н4 обнаруживается достоверное уменьшение использования стратегии МД по сравнению с группой Н2 ($U = 110,5, p \leq 0,05$).

Результаты методики КПСС не обнаруживают существенных различий по показателям копинга, за исключением показателя СО, который значимо снижается в группе Н4 по сравнению с группой Н1 ($U = 63,5, p \leq 0,05$). Этот результат в определенной степени со-

гласуется с данными тех авторов, которые, как уже было отмечено, фиксируют снижение склонности к опоре на социальные ресурсы у учителей с большим стажем (см., например: [Калашникова, Широков: 78]). Заметим, однако, что в нашем исследовании эта тенденция обнаруживается только после 25 лет стажа и свидетельствует, возможно, об определенной усталости педагогов от социальных контактов и сужении круга общения.

Во всех четырех группах преобладает показатель проблемно ориентированного копинга и фиксируются наиболее низкие показатели копинга эмоционально ориентированного (табл. 2).

Значительное доминирование проблемно ориентированного копинга может быть обусловлено усилением направленности обучения в младшей школе на организацию проблемной деятельности учеников и использование проектно-исследовательских технологий, что, в свою очередь, способствует большей ориентации на решение проблем самих педагогов. Низкий уровень эмоционально ориентированного копинга при высокой стрессогенности деятельности учителя начальных классов является, по-видимому, проявлением специфики их педагогической работы, требующей развитой способности к эмоциональной сдержанности (см., например: [Острянская: 38]). Но определенный дефицит в использовании учителями начальной школы эмоциональной разрядки в стрессовых ситуациях может порождать эмоциональные застревания и способствовать нарастанию эмоционального выгорания.

Корреляционный анализ показателей обеих методик каждой из групп учителей отдельно позволил получить дополнительные данные о структуре их совладающего поведения (рис. 1–4).

Таблица 1

Средние значения показателей копинг-стратегий в группах педагогов

Группа	АссД	ВСК	ПСП	ОД	ИД	Изб	МД	АсоцД	АгрД	ИК
Н1	19,3	22,4	23,3	22,6	19	16	15,7	13,9	15,2	1,49
Н2	21	23,5	24,9	20,7	18,3	15,1	15,7	11,6	15,7	1,65
Н3	20,3	23,5	25,8	22,3	19,4	14,6	15,9	13,2	14,8	1,7
Н4	18,7	22,1	22,9	20,7	18,9	15,7	14	11,8	13,5	1,6
среднее	19,83	22,88	22,2	21,58	18,9	15,35	15,33	12,63	14,8	1,6

Таблица 2

Средние значения показателей копинга групп педагогов

Группа	ПОК	ЭОК	КОИ	О	СО
Н1	59,8	41,4	45	20,3	16,4
Н2	58,86	40	44	19,59	16
Н3	59	37,2	45	19	18,25
Н4	57,8	37,6	40,86	18,5	15,3

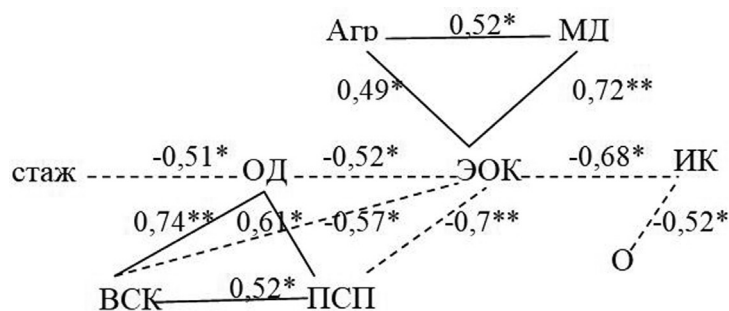


Рис. 1. Корреляционные связи показателей методик SACS и КПС в группе Н1

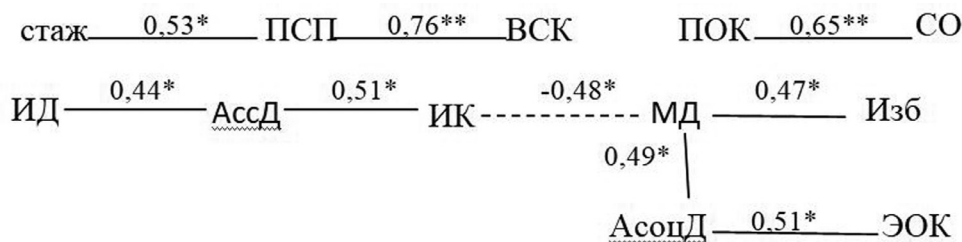


Рис. 2. Корреляционные связи показателей методик SACS и КПССС в группе Н2

Ядро корреляционной плеяды в группе Н1 образуют значимые связи показателей стратегий ВСК, ПСП и ОД, что свидетельствует и о стремлении учителей этой группы использовать социальный ресурс, и об их осмотрительности в социальных контактах. Этот результат можно расценить и как проявление их несамостоятельности, зависимости поведения от позиции социального окружения, что отмечает в своем исследовании Т.В. Ядрищенская [Ядрищенская: 134]. В свою очередь, отсутствие в анализируемой плеяде стратегии ассертивных действий, средний показатель которой в этой группе довольно высок, объясняется высокой индивидуальной вариативностью в ее использовании ($\sigma = \pm 12,1$): стратегия АссД не является значимой в структуре копинг-поведения молодых педагогов.

По-видимому, именно осторожность в социальных контактах и использовании социальной поддержки обеспечивает учителям этой группы эффективность совладающего поведения, снижение эмоциональной напряженности и, следовательно, необходимость в эмоциональной разрядке (отрицательная связь ОД/ЭОК). Однако ситуации эмоционального напряжения, актуализирующие эмоционально ориентированный копинг, порождают одновременно снижение и осмотрительности, и конструктивности копинга в целом. ЭОК в этом случае реализуется в манипулятивных и агрессивных стратегиях, а значимая отрицательная корреляция показателей ИК и О может быть понята как проявление неспособности молодых учителей отстраняться от беспокоящих их проблем.

У учителей группы Н2 достоверные связи показателей представлены несколькими группами. Во-первых, с увеличением стажа растет стремление к поиску социальной поддержки, связанное со стремлением к социальным контактам. Этот результат, возможно, является свидетельством значимости личных и профессиональных связей, на которые можно опираться в решении возникающих проблем, что подтверждается и достоверной корреляцией показателей ПОК и СО. Однако существенный вклад в конструктивность копинга вносят не просоциальные стратегии, а стратегия АссД, при этом уверенность в решении проблем не исключает импульсивности (корреляция ИД/АссД). Аналогичный результат зафиксирован в исследовании А.М. Первитской [Первитская: 94] и в нашем более раннем исследовании копинг-поведения учителей-предметников [Брагина, Белозерова, Романова: 73]. Этот факт мы связываем с тем, что увеличение стажа позволяет учителям доверять своему опыту и интуиции и действовать спонтанно. Обратим внимание, что стратегия ПСП при росте частоты ее использования с ростом стажа не связана существенно ни с ИК, ни с ПОК: можно предположить, что в решении проблем учителя этой группы все же опираются преимущественно на собственный опыт и более независимы в решении проблем, чем учителя группы Н1.

Вместе с тем связи стратегии МД со стратегией Изб и АсоцД снижают конструктивность совладающего поведения в целом, при этом последняя стратегия выступает, по-видимому, как способ эмоциональной разрядки (корреляция АсоцД/ЭОК).

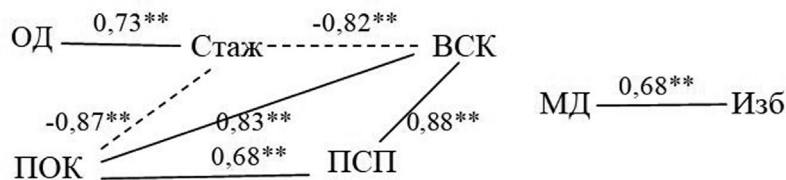


Рис. 3. Корреляционные связи показателей методик SACS и КПССС в группе Н3

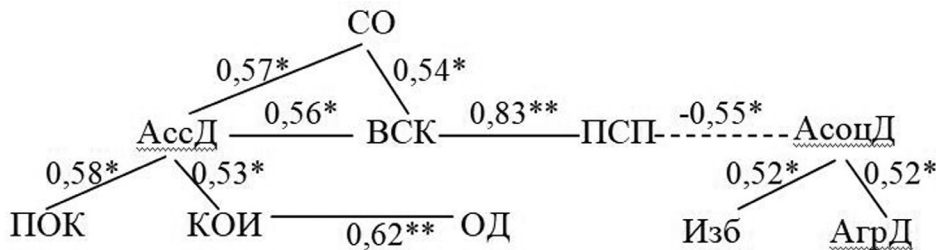


Рис. 4. Корреляционные связи показателей методик SACS и КПССС в группе Н4

В конфигурации корреляций в группе Н3 наблюдаются существенные изменения в предпочтениях копинг-стратегий со стажем: увеличивается использование стратегии ОД, снижаются и обращение к стратегии ВСК, и уровень ПОК. Взаимосвязанные, как и в группах Н1 и Н2, просоциальные стратегии вносят существенный вклад в ПОК, однако с ростом стажа их роль уменьшается. Достоверные отрицательные связи стажа, с одной стороны, и показателей ВСК и ПОК, с другой, свидетельствуют о снижении как стремления к социальным контактам, так и ориентации на проблемно ориентированный копинг. Вместе с тем снижение ориентации на решение проблем с ростом стажа в этой группе не ведет к снижению конструктивности копинг-поведения в целом: показатель ИК в группе Н3 высок и значимо не отличается от показателя ИК в группе Н2. Скорее, снижение уровня ПОК со стажем отражает отношение к возникающим проблемам: учителя либо используют наработанные способы их решения, либо научились их избегать. В пользу последнего предположения свидетельствует достоверная корреляция в этой группе показателей МД и Изб. К тому же сохранение высокого показателя ИК при снижении уровня ПОК с увеличением стажа в этой группе может быть проявлением не некоторой общей для всех структуры совладающего поведения, а результатом выработки учителями с большим стажем индивидуально-своеобразных эффективных сочетаний различных копинг-стратегий.

Анализ корреляционных связей показателей в группе Н4 дает основания считать, что социальные контакты учителей этой группы – основной ресурс уверенного поведения. Уверенность, опирающаяся на опыт и социальные связи, позволяет им, по-видимому, разделять ситуации, в которых требуется ПОК, и ситуации, в которых более целесоо-

бразен КОИ. При этом если ПОК реализуется с опорой на активные АссД, то КОИ – с опорой и на АссД, и на ОД. Иными словами, учителя группы Н4 в подходе к решению проблем демонстрируют одновременно и уверенность, и осмотрительность, и учет позиции социального окружения. Такое сочетание копинг-стратегий обуславливает практическую избыточность использования стратегии МД, что и обнаруживается в ее самом низком в этой группе показателе. Стратегии ПСП и АсоцД в группе Н4 выступают как альтернативы, при этом сочетание высокого показателя использования стратегии ПСП и наиболее низкого – стратегии АсоцД – позволяет предположить, что учителя этой группы не склонны использовать последнюю и связанные с ней стратегии Изб и АгрД.

Заключение. Совладающее поведение учителей начальной школы характеризуется высокими показателями конструктивности, взаимосвязанностью просоциальных стратегий и высокой частотой их использования, что свидетельствует о значимости для них стремления искать опору в социальных связях, но в определенной степени – о зависимости поведения от мнения окружающих. Низкий уровень эмоционально ориентированного копинга при высокой стрессогенности деятельности мы связываем с особыми требованиями к способности учителя сдерживать свои эмоциональные проявления в работе с младшими школьниками.

В первые 5 лет профессиональной деятельности с ростом стажа наблюдается снижение использования стратегии осторожных действий. И социальные контакты, и обращение за социальной поддержкой в группе молодых учителей сочетаются с осмотрительностью, что позволяет, по-видимому, избегать высокого эмоционального напряжения. Однако в случае возникающего эмоционального напряжения эмо-

ционально ориентированный копинг реализуется учителями этой группы в манипулятивных и агрессивных действиях, что может вести к существенному ситуативному снижению конструктивности совладающего поведения. Можно предположить, что стратегия осторожных действий в этой группе выступает как компенсация неопытности и, возможно, недостаточно сформированной саморегуляции.

В группе учителей со стажем от 5 до 15 лет вместе с опытом профессиональной деятельности растет стремление к поиску социальной поддержки, что отражает, по-видимому, значимость мнения профессионального окружения. Однако конструктивность копинга в этой группе существенно определяется не опорой на социальные ресурсы, а активными уверенными действиями, которые, в свою очередь, реализуются в значительной степени импульсивно, с опорой на опыт и интуицию. В эмоционально напряженных ситуациях учителя этой группы, как и молодые учителя, могут прибегать к асоциальным действиям.

Предпочтения в использовании копинг-стратегий в группах учителей со стажем от 5 до 15 лет и от 16 до 25 лет характеризуются одинаково высоким уровнем взаимосвязанных просоциальных стратегий и стратегии осторожных действий и наиболее низким – стратегии асоциальных действий, а также равно высоким показателем конструктивности копинга.

Однако в группе учителей со стажем от 16 до 25 лет обнаруживается особая структура сцепленных копинг-стратегий: с ростом стажа существенно увеличивается частота использования стратегии осторожных действий, снижаются стремление вступить в социальные контакты и ориентация копинга на решение проблем. Этот результат позволяет предположить, что высокий уровень конструктивности копинга в этой группе сохраняется не столько за счет общих его особенностей, сколько вследствие сформированности различных достаточно эффективных индивидуальных профилей копинг-стратегий.

Учителя с профессиональным стажем более 25 лет также демонстрируют высокий уровень конструктивности поведения, уверенность в своих активных действиях черпают в социальных контактах и проявляют ее и в проблемно ориентированном копинге, и в копинге, ориентированном на избегание. При этом ориентацию на избегание реализуют с осторожностью. Высокий уровень стратегии поиска социальной поддержки сочетается в этой группе с низким уровнем асоциальных действий. Однако в ситуациях, в которых учителя этой группы не чувствуют необходимости в социальной поддержке, они могут использовать асоциальные стратегии. Кроме того, в этой группе наблюдается снижение стремления уйти от решения проблем путем переклечения на общение, что можно расценить как сужение у этих педагогов круга общения.

Результаты нашего исследования позволяют осуществлять дифференцированный подход в организации психологического сопровождения как молодых, так более опытных учителей начальных классов.

Список литературы

- Брагина Е.А., Белозерова Л.А., Романова А.Д.* Копинг-поведение педагогов с различным профессиональным стажем // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. № 4 (28). С. 70–76.
- Вачков И.В., Савенкова М.А.* Особенности эмоционального выгорания педагогов с разными видами копинг-стратегий // Вестник МГПУ. Сер.: Педагогика и психология. 2019. № 3 (49). С. 84–95.
- Водопьянова Н.Е.* Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург: Питер, 2009. С. 251–260.
- Калашникова М.Б., Широков Ю.С.* Особенности копинг-стратегий педагогов // Психология обучения. 2010. № 1. С. 71–81.
- Киселева А.А., Кузьмин М.Ю., Козлов В.В.* Особенности копинг-поведения педагогов различного стажа и специальности // Интеграция образования. 2020. Т. 24, № 4 (101). С. 641–655.
- Крюкова Т.Л.* Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова: Авантитул, 2010. 61 с.
- Острянская О.А.* Формирование комплексных педагогических умений будущих учителей начальных классов: дис. ... канд. пед. наук. Полтава, 2002. 281 с.
- Первитская А.М.* Анализ предпочитаемых копинг-стратегий педагогов с различным стажем // Вестник Курганского государственного университета. 2013. № 4. С. 92–95.
- Сафронов К.Б.* Анализ возможных стратегий начинающего учителя // International Journal of Medicine and Psychology. 2022. Т. 5, № 7. С. 53–56.
- Старченко В.В.* Копинг-стратегии учителей и успешность педагогической деятельности // Перспективные направления взаимодействия науки и общества как основа инновационного развития: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. Уфа, 2020. С. 152–160.
- Тауренис А.Н.* Личностные ресурсы педагогов и ситуация неопределенности в профессиональной деятельности // Научное мнение. 2018. № 1. С. 114–120.
- Халфина Р.Р., Политика О.И., Хахлова О.Н.* Психологические особенности эмоционального выгорания педагогических работников в зависимости от стажа // Вестник психофизиологии. 2022. № 2. С. 114–123.
- Ядрищенская Т.В.* Изучение типов стрессоустойчивости и копинг-стратегий педагогов и студентов в условиях образовательной деятельности // Тенденции развития науки и образования. 2021. № 79-5. С. 132–135.

Antoniou A.S., Ploumpi A., Ntall M. Occupational stress and professional burnout in teachers of primary and secondary education: The role of coping strategies. *Psychology*, 2013, vol. 4, No. 3A, pp. 349-355. URL: <https://www.scirp.org/html/29268.html> (date access: 04.06.2023).

Carton A., Fruchart E. Sources of stress, coping strategies, emotional experience: Effects of the level of experience in primary school teachers in France. *Educational Review*, 2014, vol. 66, No. 2, pp. 245-262. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00131911.2013.769937?scroll=top&needAccess=true&role=tab&aria-labelledby=full-article> (date access: 04.06.2023).

Herman K.C., Hickmon-Rosa J., Reinke W.M. Empirically derived profiles of teacher stress, burnout, self-efficacy, and coping and associated student outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2018, vol. 20, No. 2, pp. 90-100. URL: <https://doi.org/10.1177/1098300717732066> (date access: 04.06.2023).

References

Bragina E.A., Belozeroва L.A., Romanova A.D. *Koping-povedenie pedagogov s razlichnym professional'nym stazhem* [Coping behavior of teachers with different professional experience]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Sotsiokinetika* [Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2022, No. 4 (28), pp. 70-76. (In Russ.)

Iadrishchenskaia T.V. *Izuchenie tipov stressoustoichivosti i koping-strategii pedagogov i studentov v usloviakh obrazovatel'noi deiatel'nosti* [Studying the types of stress resistance and coping strategies of teachers and students in the conditions of educational activity]. *Tendentsii razvitiia nauki i obrazovaniia* [Trends in the development of science and education], 2021, No. 79-5, pp. 132-135. (In Russ.)

Kalashnikova M.B., Shirokov Iu.S. *Osobennosti koping-strategii pedagogov* [Features of teachers' coping strategies]. *Psihologiya obucheniia* [Psychology of learning], 2010, No. 1, pp. 71-81. (In Russ.)

Khalfina R.R., Politika O.I., Khakhlova O.N. *Psihologicheskie osobennosti emotsional'nogo vygoraniia pedagogicheskikh rabotnikov v zavisimosti ot stazha* [Psychological features of emotional burnout of teaching staff, depending on the length of service]. *Vestnik psixofiziologii* [Bulletin of Psychophysiology], 2022, No. 2, pp. 114-123. (In Russ.)

Kiseleva A.A., Kuz'min M.Iu., Kozlov V.V. *Osobennosti koping-povedeniia pedagogov razlichnogo stazha i spetsial'nosti* [Features of coping behavior of teachers of various seniority and specialty]. *Integratsiia obrazovaniia* [Integration of education], 2020, vol. 24, No. 4 (101), pp. 641-655. (In Russ.)

Kriukova T.L. *Metody izucheniia sovladaiushchego povedeniia: tri koping-shkaly* [Methods of studying coping behavior: three coping scales]. Kostroma, KGU im. N.A. Nekrasova, Avantitul Publ., 2010, 61 p. (In Russ.)

Ostrianskaia O.A. *Formirovanie kompleksnykh pedagogicheskikh umenii budushchikh uchitelei nachal'nykh klassov*: dis. ... kand. ped. nauk. [Formation of complex pedagogical skills of future primary school teachers: DSc thesis]. Poltava, 2002, 281 p. (In Russ.)

Pervitskaia A.M. *Analiz predpochitaemykh koping-strategii pedagogov s razlichnym stazhem* [Analysis of preferred coping strategies of teachers with different experience]. *Vestnik Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of Kurgan State University], 2013, No. 4, pp. 92-95. (In Russ.)

Safronov K.B. *Analiz vozmozhnykh strategii nachinaishchego uchitelia* [Analysis of possible strategies of a novice teacher]. *International Journal of Medicine and Psychology* [International Journal of Medicine and Psychology], 2022, vol. 5, № 7, pp. 53-56.

Starchenko V.V. *Koping-strategii uchitelei i uspehnost' pedagogicheskoi deiatel'nosti* [Coping strategies of teachers and success of pedagogical activity]. *Perspektivnye napravleniia vzaimodeistviia nauki i obshchestva kak osnova innovatsionnogo razvitiia* [Promising areas of interaction between science and society as a basis for innovative development]: sb. st. Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Ufa, 2020, pp. 152-160. (In Russ.)

Taurenis A.N. *Lichnostnye resursy pedagogov i situatsiia neopredelennosti v professional'noi deiatel'nosti* [Personal resources of teachers and the situation of uncertainty in professional activity]. *Nauchnoe mnenie* [Scientific opinion], 2018, No. 1, pp. 114-120. (In Russ.)

Vachkov I.V., Savenkova M.A. *Osobennosti emotsional'nogo vygoraniia pedagogov s raznymi vidami koping-strategii* [Features of emotional burnout of teachers with different types of coping strategies]. *Vestnik MGPU. Ser.: Pedagogika i psikhologiya* [Bulletin of the Moscow State Pedagogical University. Ser.: Pedagogy and Psychology], 2019, No. 3 (49), pp. 84-95. (In Russ.)

Vodop'ianova N.E. *Psihodiagnostika stressa* [Psychodiagnosics of stress]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2009, pp. 251-260. (In Russ.)

Antoniou A.S., Ploumpi A., Ntall M. Occupational stress and professional burnout in teachers of primary and secondary education: The role of coping strategies. *Psychology*, 2013, vol. 4, No. 3A, pp. 349-355. URL: <https://www.scirp.org/html/29268.html> (date access: 04.06.2023).

Carton A., Fruchart E. Sources of stress, coping strategies, emotional experience: Effects of the level of experience in primary school teachers in France. *Educational Review*, 2014, vol. 66, No. 2, pp. 245-262. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/00131911.2013.769937?scroll=top&needAccess=true&role=tab&aria-labelledby=full-article>

131911.2013.769937?scroll=top&needAccess=true
&role=tab&aria-labelledby=full-article (date access:
04.06.2023).

Herman K.C., Hickmon-Rosa J., Reinke W.M. Empirically derived profiles of teacher stress, burnout, self-efficacy, and coping and associated student outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 2018, vol. 20, No. 2, pp. 90-100. URL: <https://doi.org/10.1177/1098300717732066> (date access: 04.06.2023).

org/10.1177/1098300717732066 (date access:
04.06.2023).

Статья поступила в редакцию 15.06.2023; одобрена после рецензирования 11.09.2023; принята к публикации 11.09.202.

The article was submitted 15.06.2023; approved after reviewing 11.09.2023; accepted for publication 11.09.202.