

ПОВЫШЕНИЕ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ В ДЕТСКИХ САДАХ В РЕЗУЛЬТАТЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ

ДРЮКОВА-ФИЛАТОВА Екатерина Борисовна

МДОУ ИРМО «Хомутовский детский сад № 1»

с. Хомутово, Иркутская область, Россия

ЩУКИНА Елена Геннадьевна

ФГБОУ ВО «Забайкальский государственный университет»

г. Чита, Россия

Представлены результаты психологической работы в детских садах двух регионов РФ по повышению субъективного благополучия воспитателей. В результате реализации специальной программы, которая реализовывалась в течение восьми месяцев на базе детских садов двух регионов РФ, удалось добиться повышения уровня субъективного благополучия воспитателей и доказать закономерность динамики этого повышения как на разных этапах программы, так и на этапе отсроченного контроля.

Ключевые слова: психологическое сопровождение воспитателей, субъективное благополучие, субъективное благополучие воспитателей, благополучие субъектов образовательной среды.

Феноменология субъективного благополучия является в настоящий момент довольно популярной в психологии. К настоящему моменту накоплен значительный опыт психологической работы с субъективным благополучием как за рубежом, так и в отечественной науке. При этом зарубежные исследования в последние десятилетия имеют выраженный практико-ориентированный характер – в кросс-культурных работах представлены сведения о различиях структуры, предикторов благополучия [8; 9; 10; 11] и эффективности методов воздействия на него [12; 13; 14; 15].

В российской психологии субъективное благополучие чаще рассматривается как фактор формирования отдельных психологических черт, как условие развития, как компонент безопасной среды, активно изучаются детерминанты, предикторы и корреляты благополучия как феномена в целом и отдельных его компонентов [1; 2; 3].

А.В. Воронина определяет субъективное благополучие как «системное качество человека, обретаемое им в процессе жизнедеятельности на основе психофизиологической сохранности функций, которое проявляется у субъекта в переживании содержательной наполненности и ценности жизни в целом как средства достижения внутренних, социально-ориентированных целей и является условием реализации его потенциальных

способностей и возможностей» [2, с. 144]. Автор реализует структурно-уровневый подход к этому явлению, связывая субъективное благополучие и психическое здоровье.

С.А. Минюрова и И.В. Заусенко рассматривают субъективное благополучие с функциональной точки зрения: соглашаясь с тем, что оно выражается главным образом в позитивном функционировании, они добавляют в него компонентный уровень, подразумевая под ним обусловленность личностными и индивидуально-типологическими чертами, свойствами, характеристиками [4].

Особенно сложен вопрос о методах целенаправленного формирования субъективного благополучия. Предлагаются следующие основные принципы формирующего воздействия на субъективное благополучие личности: 1) обязательное соблюдение режима воздействия с сочетанием индивидуальных и групповых форм работы, 2) установление доверительного контакта, 3) учет индивидуальной жизненной ситуации, 4) фокус на самоанализе, 5) использование эффекта новизны, 6) обязательное рефлексивное тестирование, 7) неидеальность используемых методов [5; 6; 7].

При этом исследования субъективного благополучия воспитателей детских садов с программами его целенаправленного формирования в психологической практике отсутствуют. Между тем, есть все основания полагать, что именно субъективное благополу-

чие воспитателя является важнейшим условием его эффективной педагогической деятельности, условием психологической безопасности личности воспитанника, фактором снижения рисков профессионального выгорания [1; 3; 10; 15].

На этой основе была поставлена цель – разработать и экспериментально апробировать программу повышения субъективного благополучия воспитателей детских садов.

Блоки программы обусловлены общепринятой логикой психологических формирующих воздействий с вовлечением личности: 1) мотивационный, 2) основной (связан с преобразованием недостаточно эффективных форм самоотношения и поведения в рамках благополучия), 3) закрепляющий (связан с «автоматизацией», чтобы субъективное благополучие стало постоянным атрибутом жизни воспитателей).

Поскольку работа с субъективным благополучием предполагает как повышение уже имеющегося его уровня (позитивный блок), так и преодоление субъективного неблагополучия (негативный блок), представим в таблице 1 содержание работы в рамках программы по этим условным блокам.

Таблица 1

«ПОЗИТИВНЫЙ» И «НЕГАТИВНЫЙ» БЛОКИ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

Характеристики формирующей программы	«Позитивный» блок	«Негативный» блок
Ключевые задачи	Повышение субъективного ощущения счастья и удовлетворенности	Устранение психологических барьеров и помех в переживании счастья и удовлетворенности
Реализуемые направления и методы воздействия	Позитивное направление, направление повышения осознанности, арт-терапия и сказкотерапия	«Терапия благополучия», направление физической активности, арт-терапия и сказкотерапия, направление эмоционального интеллекта
Реализуемые ключевые принципы психологической работы с субъективным благополучием	Осуществление поддержания и гармонизации субъективного благополучия за счет проработки и рефлексии самооценки его параметров. Опора на представления о будущем («Я через 5 лет»), представления о референтных лицах (отец, мать, «Идеал») и антиподе референтного лица («Антиидеал»). Обеспечение возможности для переноса достигнутых позитивных изменений в профессиональную деятельность.	Стимулирование рефлексии, касающейся аспектов адаптации, самопринятия, принятия других, эмоционального комфорта и других коррелятов субъективного благополучия; привлечение внимания к маркерам дезадаптации, выгорания, пессимистического настроения и другим проявлениям эмоционально-личностного неблагополучия. Организация целенаправленной отработки когнитивной, аффективной, регулятивной и поведенческой составляющих каждого из параметров субъективного благополучия. Проработка имплицитных представлений о благополучии на трех гетерархических уровнях (мега-, макро- и микро- уровнях). Учет детерминант (социальных, внутриличностных и организмических), понижающих субъективное благополучие.
Стратегические понятия	Гармонизация, планирование, саморазвитие и самоактуализация	Преодоление, личностное здоровье, адаптация, уверенность в себе, рефлексия, самоанализ

Организационно эксперимент заключался в периодических занятиях с группами воспитателей: 2 раза в неделю по 1,5 часа в течение 8 месяцев с перерывами на зимние каникулы и с учетом отмен занятий по техническим причинам. В итоге в каждом детском саду было проведено 60 занятий общей продолжительностью 90 астрономических часов. Занятия проводились в дневное время в течение детского сончаса.

Опишем выборку эксперимента по апробации формирующей программы. Экспериментальная группа – воспитатели, нуждающиеся в психологическом сопровождении и повышении субъективного благополучия, согласившиеся проходить программу занятий на базе четырех детских садов Забайкальского края и Иркутской области (62 чел.), контрольная группа – воспитатели, также нуждающиеся в повышении субъективного благополучия, но отказавшиеся от участия в программе (76 чел.). Группы были уравновешены по возрасту и стажу педагогической деятельности.

В качестве психодиагностического метода применялась шкала субъективного благополучия (А. Perrudet-Badoux, G. Mendelssohn и J. Chiche, в адаптации М.В. Соколовой). На рис. 1 представлены усредненные результаты по этой шкале до и после реализации программы в обеих группах.

Видно, что до эксперимента в обеих группах общий показатель субъективного благополучия был неодинаков, но мал в обоих случаях и, согласно стандартизированной норме теста, относился к одному и тому же интервалу средне-низких и низких значений. После эксперимента картина иная: столбец экспериментальной группы более чем в два раза больше, чем аналогичный столбец в экспериментальной группе, и это означает, что экспериментальный эффект очень выражен. Видно, что показатель субъективного благополучия в экспериментальной группе значительно изменился – вошел в более высокий интервал тестовой шкалы, перешел на качественно более высокий уровень.

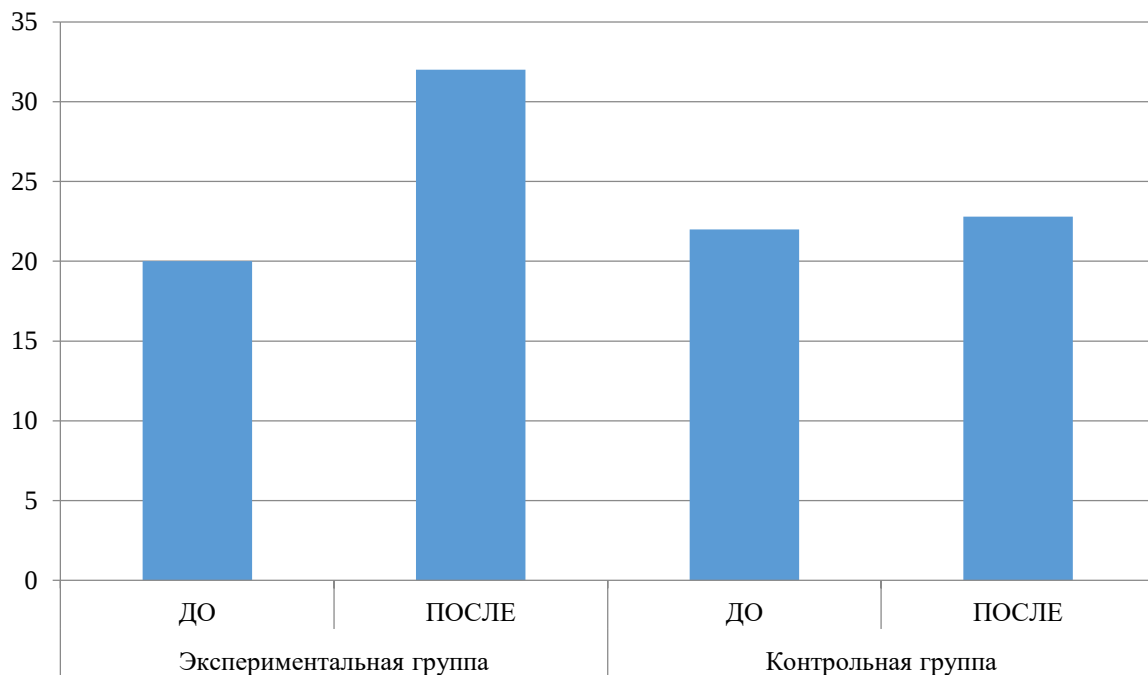


Рисунок 1. Усредненные сдвиги в экспериментальной и контрольной группах ДО и ПОСЛЕ эксперимента по уровню субъективного благополучия воспитателей

Несмотря на то, что усредненные значения в экспериментальной и контрольной группах наглядно демонстрируют полученные поло-

жительные формирующие эффекты, их было необходимо дополнить статистическими расчетами. Для решения этой задачи было выбра-

но два статистических критерия – G-знаков и ϕ^* (угловое преобразование Фишера).

В результате апробации программы были получены статистически значимые сдвиги в показателях субъективного благополучия, отраженные в таблице 2. Показатели в контрольной группе сдвинулись

статистически незначимо под влиянием неконтролируемых внешних переменных, и эти сдвиги оцениваются нами как частичный эффект тестирования. В контрольной группе оба статистических критерия показали достоверные сдвиги в сторону повышения.

Таблица 2

СДВИГИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОГРАММЫ

Экспериментальная группа		Контрольная группа	
Gэмп.	ϕ^* эмп.	Gэмп.	ϕ^* эмп.
9 ($p \leq 0,01$)	2,44 ($p \leq 0,01$)	8	1,01

Кроме того, была оценена динамика субъективного благополучия по нескольким промежуточным срезам и по отсроченному срезу по окончании программы (рисунок 2).

Статистическая оценка динамики с помощью критерия множественных изменений Фридмана показала, что эти изменения имеют не случайный, а закономерный характер, связанный с организованным психологическим воздействием (15,212 при $p \leq 0,01$ в эксперимен-

тальной группе и 03,212 в контрольной группе). Формирующая программа способствует не просто «скачку» субъективного благополучия воспитателей, а создает устойчивое субъективное благополучие, которое не падает и не возвращается к исходному уровню даже через полгода после окончания эксперимента, – в результате программы происходит глубинная перестройка личности, повышающая качество ее внутренней жизни.

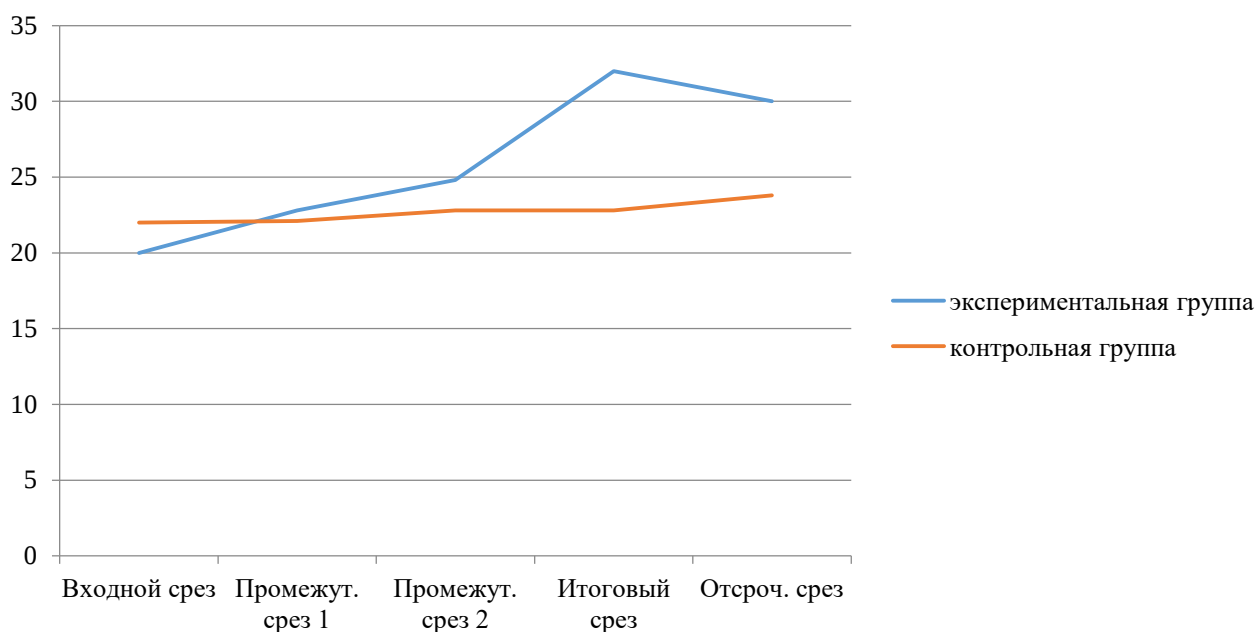


Рисунок 2. Динамика показателя субъективного благополучия воспитателей в экспериментальной и контрольной группах на разных этапах программы

Таким образом, в результате реализации специальной психологической программы для воспитателей детских садов удалось доказать, что она эффективно повышает субъективное благополучие воспитателей и имеет при этом длительный эффект. Закономерным

продолжением этого исследования может быть оценка влияния повысившегося субъективного благополучия воспитателей на параметры образовательной среды детских садов, а также на динамику симптомов профессионального выгорания воспитателей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Башкатов С.А. Теоретические основания и эмпирическое исследование способов и приемов повышения характерологической позитивности и личностного благополучия с позиции позитивной психологии / С.А. Башкатов, Н.В. Гафарова // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. – 2015. – Т. 8. – № 2. – С. 78-87.
2. Воронина А.В. Проблема психического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. – № 21. – 2005. – С. 142-147.
3. Иванова В.М. Влияние личности педагога на развитие взаимоотношений в группе детей дошкольного возраста: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. – СПб., 2001. – 151 с.
4. Минюрова С.А., Заусенко И.В. Личностные детерминанты психологического благополучия педагога // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-determinanty-psihologicheskogo-blagopoluchiya-pedagoga>.
5. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Москва, 2005. – 206 с.
6. Antoniou A.-S., Ploumpi A., Ntalla M. (2013) Occupational stress and professional burnout in teachers of primary and secondary education: The role of coping strategies // Psychology. 4(3A). P. 349-355. DOI:10.4236/psych.2013.43A051
7. Deepa Tanksale Big Five personality traits: Are they really important for the subjective well-being of Indians? // International Journal of Psychology. Volume50, Issue1 February 2015 P. 64-69. – URL: <https://doi.org/10.1002/ijop.12060>.
8. Diener E., Pressman S.D., Hunter J., Delgadillo-Chase D. If, Why, and When Subjective Well-Being Influences Health, and Future Needed Research. Appl Psychol Health Well Being. 2017 Jul; 9(2): 133-167.
9. Fedorov A., Ilaltdinova E., Frolova S. (2020) Teachers' Professional Well-Being: State and Factors. Universal Journal of Educational Research 8(5): 1698-1710, 2020.
10. Fiorilli C., Paul W. Y.H., De Stasio S., Castro F.V., Benevene P. eds. (2020). Well-Being of School Teachers in Their Work Environment. Lausanne: Frontiers Media SA.
11. Garrosa E., Ladstätter F., Moreno B., Gan Y. and Carmona I. (2014) The Experience of Work Engagement, Hardy Personality, Optimism and Subjective Well-Being among Nurses from China and Spain. Open Journal of Social Sciences, 2, 106-109. doi:10.4236/jss.2014.25021.
12. Kwon K.-A., Horm D.M., Amirault C. (2021) Early childhood teachers' well-being: What We Know and Why We Should Care // ZERO TO THREE Journal. 2021. 41(3). P. 35-44.
13. Li Z.-Q., Wang L. and Zhang H.-M. (2010) Personality Traits and Subjective Well-Being: The Mediating Role of Emotion Regulation. Psychological Science, 33, 165-167.
14. Ryff C.D., Singer B. (2008) Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. Journal of Happiness Studies, 9(1), 13-39. 2008. doi:10.1007/s10902-006-9019-0.
15. Yang D., Yang X., Chen H. and Sun D. (2020) Relationship between Personality Traits and Course Subjective Well-Being: Mediating Effect of Self-Efficacy. Open Access Library Journal, 7, 1-9. doi:10.4236/oalib.1106010.

INCREASING THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF KINDERGARTEN TEACHERS AS A RESULT OF A SPECIAL PSYCHOLOGICAL PROGRAM

DRYUKOVA-FILATOVA Ekaterina Borisovna

Khomutovsky kindergarten No. 1
Khomutovo, Irkutsk region, Russia

SHUKINA Elena Gennadievna

Transbaikal State University
Chita, Russia

The results of psychological work in kindergartens of two regions of the Russian Federation to improve the subjective well-being of educators are presented. As a result of the implementation of a special program that was implemented for eight months on the basis of kindergartens in two regions of the Russian Federation, it was possible to achieve an increase in the level of subjective well-being of educators and to prove the regularity of the dynamics of this increase both at different stages of the program and at the stage of delayed control.

Keywords: psychological support of educators, subjective well-being, subjective well-being of educators, well-being of subjects of the educational environment.

КУЛЬТУРОЛОГИЯ

ОТЕЧЕСТВЕННАЯ КУЛЬТУРА «НА КРЕСТЕ ЦИВИЛИЗАЦИИ». О ВРЕМЕНИ И О СЕБЕ

ЛЫСЕНКО Анатолий Иванович

кандидат философских наук, доцент

АНОО ВО Центросоюза РФ «Сибирский университет потребительской кооперации»
г. Новосибирск, Россия

В статье делается анализ явления Культуры, как необходимого и возможного ее бытия, в наличествующих формах, целях и задачах. Рассматривается механизм функционирования в рамках цивилизационного процесса, в котором материальное жестко определяет, контролирует идеальное, духовное. Где «зло земное» порождает явления «декультуризации».

Ключевые слова: культура, цивилизация, общество и человек, бытие, идеалы и реальность.

Культура – это мера человечности в человеке.

Карл Маркс

Культура – необходимое основание и, одновременно, вершина человеческого бытия. Известно, что вершин иногда достигают, но удержаться на них сложно, часто невозможно. Оказалось, что культура способна изменить себе, превратившись, обер-

нувшись цивилизацией, примирившись с констатацией: на дворе Истории «глобальный кризис». С неизбежными раздумьями о будущем (пониманием, что завтра начинается уже позавчера). Однако требование «высокого и светлого» подменяется уходом в